Гимнастика для рук и ног - занятие нам привычное и знакомое, а вот зачем язык тренировать, ведь он и так «без костей»?

**Язык** - главная мышца органов речи. И для него, как для всякой мышцы, гимнастика просто необходима. Ведь язык должен быть достаточно хорошо развит ,чтобы выполнять тонкие целенаправленные движения ,именуемые звукопроизношением. Чтобы избежать недостатков ( либо смягчить их и облегчить формирование правильного произношения) стоит начать заниматься артикуляционной гимнастикой как можно раньше. Поначалу артикуляционную гимнастику необходимо выполнять перед зеркалом.

Ребенок должен видеть движения языка. У взрослых артикуляция - автоматизированный навык, а ребенку необходимо через зрительное восприятие обрести автоматизм, постоянно упражняясь. Если некоторые упражнения не будут получаться с первого раза даже у взрослых, необходимо повторить их вместе с ребенком, признаваясь ему: « Смотри, у меня тоже не получается , давай попробуем вместе». С ребенком нужно заниматься ежедневно по 5-10 минут. Проводить артикуляционную гимнастику лучше всего в виде игры.

 Во время занятий с ребенком нужно стараться быть терпеливым, спокойным, обязательно хвалить ребенка.

 Упражнения подбирает логопед, исходя из правильной артикуляции звука.

Они объединены в комплексы. Каждый комплекс способствует развитию определённых движений и положений губ, языка , с его помощью вырабатывается направленная воздушная струя, т.е. всё то, что необходимо для правильного образования звука.

**ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМНАСТИКА ДЛЯ РАЗВИТИЯ РЕЧИ.**

Работа над звукопроизношением требует системного подхода, согласно которому необходимо развивать не только отдельные части речевого аппарата, но и добиваться совокупных координированных действий дыхательного, голосового и артикуляционно-резонаторного аппаратов .

Взаимосвязь развития мелкой моторики рук и речи замечена детскими психологами уже давно. Один из эффективных способов развития мелкой моторики- упражнения для развития пальчиков или пальчиковая гимнастика. Ребенок вместе с взрослым проговаривает короткие стишки, сопровождая каждую фразу движениями пальчиков. Такие упражнения усиливают согласованную деятельности речевых зон, способствуют развитию воображения и памяти, а пальцы и кисти рук приобретают гибкость и податливость. А самое главное, что ребенок воспринимает пальчиковую гимнастику как игру и с удовольствием выполняет все задания.

Вот несколько примеров артикуляционных упражнений для растягивания уздечки:

**«Маляр»**

Улыбнуться, открыть рот. Широким кончиком языка погладить нёбо от зубов к горлу. Нижняя челюсть не должна двигаться.

 **«Лошадка»**

Улыбнуться, открыть рот. Пощёлкать кончиком языка, как цокают лошадки. Рот при этом открыт, кончик языка не вытянут и не заострён. Следить, чтобы он не подворачивался внутрь, а нижняя челюсть оставалась неподвижной.

 **«Грибок»**

Улыбнуться, открыть рот. Присосать широкий язык к нёбу. Это шляпка гриба, а подъязычная связка – ножка. Кончик языка не должен подворачиваться, губы – в улыбке. Если ребёнку не удаётся присосать язык, то можно пощёлкать языком, как в упражнении «Лошадка». В пощёлкивании тренируется нужное движение языка.

 **«Гармошка»**

Положение языка как в упражнении «Грибок», губы в улыбке. Не отрывая язык, открывать и закрывать рот.

 **«Барабан»**

Улыбнуться, открыть рот. Многократно и отчетливо произносить звук Д-Д-Д. Язык при произнесении этого звука упирается в верхние зубы, рот не закрывать. Очень часто при выполнении этого упражнения ребенок закрывает рот. Чтобы этого не происходило, можно зажать зубами палочку шириной примерно 1 см или ручку детской зубной щетки прямоугольной формы (ручка не должна быть толстой, она должна быть прямой, как линеечка).

 **«Качели»**

Улыбнуться, открыть рот. На счет «раз-два» поочередно упираться языком то в верхние, то в нижние зубы. Нижняя челюсть при этом неподвижна.

 **«Дотянись до носа»**

Улыбнуться, открыть рот. Широкий кончик языка поднять к носу и опустить к верхней губе. Следить, чтобы язык не сужался, а губы и нижняя челюсть были неподвижны.

**«Футбол»**

Рот закрыть, кончик языка с напряжением упирать то в одну, то в другую щёку так, чтобы под щекой надувались мячики.

**«Котёнок»**

На блюдечко положить немного сгущёнки (сметаны, варенья) и предложить ребенку слизать её языком как котёнок. Можно также лизать мороженое.

 Подготовила логопед Хрулёва С.Б.