**АРТИКУЛЯЦИОННАЯ И ДЫХАТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКИ**

**В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ**

**СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

(консультация для родителей с практикой)

У детей с речевыми нарушениями отмечается слабость и вялость артикуляционной моторики (языка, губ, щек): их движения нечетки, наблюдаются трудности удержания артикуляционной позы, переключаемости, быстрая истощаемость. Для того чтобы звукопроизношение было чистым, нужны сильные, упругие и подвижные органы речи - язык, губы, мягкое небо. Так как все речевые органы состоят из мышц, то, следовательно, они поддаются тренировке.

Для выработки полноценных движений губ, языка, челюсти необходимо выполнять артикуляционную гимнастику.

Что такое артикуляционная гимнастика?

Это специальные упражнения для развития подвижности, ловкости языка, губ, щек, уздечки.
Зачем нужна артикуляционная гимнастика?

1. возможность исправить дефекты на начальной стадии без помощи логопеда;
2. более быстрое преодоление дефектов речи во время занятий с логопедом благодаря уже подготовленным мышцам;
3. устранение эффекта «каши во рту» у детей с правильным, но вялым звукопроизношением;
4. возможность научить ребенка говорить правильно, четко и красиво.

Проведение занятий дома:

* Ежедневно по 5-7 мин.
* Занятия перед зеркалом.
* Упражнения лучше проводить в игровой форме.
* Начинать изучение упражнения в игровой форме.

Не огорчайтесь, если некоторые упражнения не будут получаться с первого раза. Попробуйте повторять их вместе с ребенком. Будьте терпеливы, ласковы и спокойны, и у вас все получится.

А теперь немного практических упражнений.

Начинать гимнастику лучше с упражнений для губ. Давайте с вами попробуем выполнить ряд упражнений.

Залогом четкого произношения звуков и ясной дикции является хорошо поставленное речевое дыхание.

Техника выполнения упражнений:

* воздух набирать через нос
* плечи не поднимать
* выдох должен быть длительным и плавным
* необходимо следить, за тем, чтобы не надувались щеки (для начала их можно придерживать руками)
* нельзя много раз подряд повторять упражнения, так как это может привести к головокружению

Уважаемые родители!

Только целенаправленная систематическая работа по развитию артикуляционного аппарата поможет вашему ребенку научиться произносить правильно звуки русского языка.