***Советы логопеда***

***Важность выполнения артикуляционной гимнастики в исправлении звукопроизношения у дошкольников***

Чтобы узнать важность выполнения гимнастики для губ, языка необходимо рассказать от чего возникают проблемы в звукопроизношении, оказывается все дело в дизартрии.

**Дизартрия** – это нарушение звукопроизношения, вследствие нарушения иннервации речевого аппарата, возникающее в результате поражения нервной системы. Т.е в первую очередь дает сбой нервная система, при которой работа органов артикуляции резко тормозит; возникают парезы или повышается тонус языка, губ, поэтому ребенок не может произнести данный звук, начинает его искажать или заменять другим более простым по артикуляции.

Важным является в исправлении звукопроизношении подкрепление не только педагогическими методами, но и медикаментозными, которые под силу неврологу.

Для тренировки мышц органов артикуляции предлагаются упражнения, **цель которых** - выработка полноценных движений и определенных положений органов артикуляционного аппарата, необходимых для правильного произношения звуков.

**Рекомендации по проведению упражнений артикуляционной гимнастики**

* Проводить артикуляционную гимнастику нужно ежедневно, чтобы вырабатываемые у детей навыки закреплялись. Лучше выполнять упражнения 3 раза в день по 3-5 минут.
* Каждое упражнение выполняется по 5-7 раз.
* Статические упражнения выполняются по 10-15 секунд (удержание артикуляционной позы в одном положении).
* Артикуляционную гимнастику выполняют сидя, так как в таком положении у ребенка прямая спина, тело не напряжено, руки и ноги находятся в спокойном положении.
* Ребенок должен хорошо видеть лицо взрослого, а также свое лицо, чтобы самостоятельно контролировать правильность выполнения упражнений. Поэтому ребенок и взрослый во время проведения артикуляционной гимнастики должны находиться перед настенным зеркалом. Также ребенок может воспользоваться небольшим ручным зеркалом (примерно 9х12 см), но тогда взрослый должен находиться напротив ребенка лицом к нему.



**Начинать гимнастику лучше с** **упражнений для губ**

1**.Улыбка.** Удерживание губ в улыбке. Зубы не видны.

2. **Хоботок (Трубочка).** Вытягивание губ вперед длинной трубочкой.

3.**Улыбка - Хоботок.** Чередование положений губ.

**Статические упражнения для языка**

1. **Бегемот.** Рот широко открыт, язык спокойно лежит в ротовой полости.   
2. **Лопаточка.** Рот открыт, губы в улыбке, широкий расслабленный язык лежит на нижней губе.   
3. **Чашечка.** Рот широко открыт. Передний и боковой края широкого языка подняты, но не касаются зубов.   
4. **Иголочка (Стрелочка. Жало).** Рот открыт. Узкий напряженный язык выдвинут вперед.   
5. **Горка (Киска сердится).** Рот открыт. Кончик языка упирается в нижние резцы, спинка языка поднята вверх.   
6. **Трубочка.** Рот открыт. Боковые края языка загнуты вверх.   
7. **Грибок.** Рот открыт. Язык присосать к нёбу.

**Динамические упражнения для языка.**

1. **Часики (Маятник).** Рот приоткрыт. Губы растянуты в улыбку. Кончиком узкого языка попеременно тянуться под счет педагога к уголкам рта.   
2. **Змейка.** Рот широко открыт. Узкий язык сильно выдвинуть вперед и убрать в глубь рта.   
3. **Качели.** Рот открыт. Напряженным языком тянуться к носу и подбородку, затем усложняем, и язык тянется к верхним и нижним резцам.   
4. **Спрячь конфетку.** Рот закрыт. Напряженным языком упереться то в одну, то в другую щеку.   
5. **Чистка зубов.** Рот открыт, губы в улыбке. Под счет чистим нижние, затем верхние зубы по показаниям логопеда.

6. **Катушка.** Рот открыт. Кончик языка упирается в нижние резцы, боковые края прижаты к верхним коренным зубам. Широкий язык выкатывается вперед и убирается в глубь рта.   
7. **Лошадка.** Присосать язык к нёбу, щелкнуть языком. Цокать медленно и сильно, тянуть подъязычную связку. Рот при этом открыт нижняя челюсть остается неподвижной.  
8. **Гармошка.** Рот раскрыт. Язык присосать к нёбу. Не отрывая язык от нёба, сильно оттягивать вниз нижнюю челюсть.   
9. **Маляр.** Рот открыт. Широким кончиком языка, как кисточкой, ведем от верхних резцов до мягкого нёба.   
10. **Вкусное варенье.** Рот открыт. Широким языком облизать верхнюю губу и убрать язык вглубь рта.

11. **Дятел.** Рот открыт, губы в улыбке. Кончиком языка упереться в верхние альвеолы (бугорки) и на выдохе ритмично ускоряя темп произносить ДДДДД…

12. **Индюк болбочет**. Рот открыт. Широким кончиком языка ритмично облизывать верхнюю губу произнося бл-бл-бл.

**Данные упражнения помогут при постановке артикуляционных укладов и автоматизации уже поставленных звуков.**

**Желаю вам успехов!**