**«Рекомендации по выполнению упражнений**

**артикуляционной гимнастики»**

**Артикуляционная гимнастика** – это упражнения для тренировки органов артикуляции (губ, языка, нижней челюсти), необходимые для правильного звукопроизношения.

**Цель** **артикуляционной гимнастики** – выработка пра­вильных, полноценных движений артикуляционных органов, необхо­димых для правильного произношения звуков, и объединение простых движений в сложные — артикуляционные уклады различных фонем.

* При выполнении упражнений необходимо соблюдать определенную последовательность – от простых упражнений к более сложным.
* На начальном этапе упражнения выполняются в медленном темпе, перед зеркалом.
* Количество повторов каждого упражнения от 2 до 10-15 раз.

**Главное, чтобы упражнение выполнялось правильно!**

* Зеркало можно убрать, когда ребенок научится правильно выполнять движения.
* Выполняется данный комплекс гимнастики 2-3 раза в день.
* Если для ребенка утомительно выполнять все упражнения подряд, можно выполнять гимнастику «блоками» - по 2-3 упражнения в течение занятия (если оно проводится специалистом), или в течение дня.
* Можно использовать механическую помощь, если у ребенка не получается какое-либо движение. Ручкой чайной ложки, шпателем или чистым пальцем помогите ребенку поднять язык вверх.
* После освоения ребенком начального комплекса гимнастики рекомендуется постепенно добавлять упражнения с учетом индивидуальных дефектов произношения.

**Комплекс упражнений, вырабатывающий правильный артикуляционный уклад звуков С-Сь-З-Зь-Ц**

**1. «Лягушка – Хоботок»**

На счет раз улыбнуться, с напряжением обнажив сомкнутые зубы. На счет два – губы и зубы сомкнуты, с напряжением вытянуть губы вперед трубочкой. Чередовать под счет.

*Свои губки прямо к ушкам*

*Растяну я как лягушка.*

*А теперь слоненок я,*

*Хоботок есть у меня.*

**2. «Лопаточка»**

Улыбнуться, открыть рот. Положить широкий язык на нижнюю губу. Удерживать в спокойном состоянии под счет до 5.

*Язык лопаткой положи*

*И под счет его держи:*

*Раз, два, три, четыре, пять!*

*Язык надо расслаблять!*

**3. «Накажем непослушный язычок»**

Положить широкий язык между губами и «пошлепать» его «пя-пя-пя».

**4. «Киска сердится»**

Улыбнуться, открыть рот. Кончиком языка упереться в нижние зубы. На счет раз – выгнуть язык горкой, упираясь кончиком в нижние зубы. На счет два – вернуться в исходное положение. Кончик языка не должен отрываться от нижних зубов, рот не закрывается.

*На скамейке у окошка*

*Улеглась и дремлет кошка.*

*Кошка глазки открывает,*

*Кошка спинку выгибает.*

**5. «Упрямый ослик»**

Губы в улыбке, рот приоткрыт. С силой произносить звукосочетание ИЕ! Кончик языка при этом упирается в нижние зубы.

**6. «Трубочка»**

Открыть рот, свернуть язык трубочкой. Длительно подуть в эту трубочку.

**Комплекс упражнений, вырабатывающий правильный артикуляционный уклад звуков Ш-Ж-Щ-Ч**

**1. «Лягушка-Хоботок»**

На счет раз улыбнуться, с напряжением обнажив сомкнутые зубы. На счет два – губы и зубы сомкнуты, с напряжением вытянуть губы вперед трубочкой. Чередовать под счет.

*Свои губки прямо к ушкам*

*Растяну я как лягушка.*

*А теперь слоненок я,*

*Хоботок есть у меня.*

**2. «Лопаточка»**

Улыбнуться, открыть рот. Положить широкий язык на нижнюю губу. Удерживать в спокойном состоянии под счет до 5.

*Язык лопаткой положи*

*И под счет его держи:*

*Раз, два, три, четыре, пять!*

*Язык надо расслаблять!*

**3. «Накажем непослушный язычок»**

Положить широкий язык между губами и «пошлепать» его «пя-пя-пя».

**4. «Чашечка»**

Улыбнуться, открыть рот, положить широкий язык на нижнюю губу, боковые края языка загнуть в форме чашечки. Удерживать под счет до 5. Нижняя губа не должна обтягивать нижние зубы.

*Вкусных мы блинов поели,*

*Выпить чаю захотели.*

*Язычок наверх мы тянем,*

*Чашку с чаем представляем.*

**5. «Бублик» или «Рупор»**

Выполнить упражнение «Хоботок». Затем округлить губы так, чтобы были видны зубы. Следить, чтобы между зубами было расстояние. Удерживать губы в таком положении под счет до 5.

**6. «Фокус»**

Положить на самый кончик носа маленький кусочек ватки. Язык в форме чашечки плотно примыкает к верхним губам. Нужно сдуть ватку с кончика носа.

**7. «Лошадка»**

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

*Я – веселая лошадка,*

*Темная, как шоколадка.*

*Язычком пощелкай громко –*

*Стук копыт услышишь звонкий.*

**8. «Маляр»**

Улыбнуться, открыть рот. Широким кончиком языка погладить нёбо от зубов к горлу. Нижняя челюсть при этом неподвижна.

*Красить комнаты пора.*

*Пригласили маляра.*

*Челюсть ниже опускаем,*

*Маляру мы помогаем.*

**9. «Вкусное варенье»**

Улыбнуться, открыть рот. Языком в форме чашечки облизывать верхнюю, а затем нижнюю губу по кругу. Выполнять в одну, а потом в другую сторону. Повторить 4-5 раз.

*Блин мы ели с наслажденьем –*

*Перепачкались вареньем.*

*Чтоб варенье с губ убрать,*

*Ротик нужно облизать.*

**10. «Грибок»**

Улыбнуться, открыть рот, присосать язык к нёбу. Следить, чтобы при этом рот был широко открыт. Если не получается сразу «приклеить» язычок к нёбу, предложите ребенку медленно пощелкать языком, как в упражнении «Лошадка».

*Под березой у дорожки*

*Гриб растет на толстой ножке.*

*Мимо мы пройти не сможем,*

*Гриб в лукошко мы положим.*

**Комплекс упражнений, вырабатывающий правильный артикуляционный уклад звуков К-Г-Х**

**1. «Лягушка-Хоботок»**

На счет раз улыбнуться, с напряжением обнажив сомкнутые зубы. На счет два – губы и зубы сомкнуты, с напряжением вытянуть губы вперед трубочкой. Чередовать под счет.

*Свои губки прямо к ушкам*

*Растяну я как лягушка.*

*А теперь слоненок я,*

*Хоботок есть у меня.*

**2. «Лопаточка-Иголочка»**

Улыбнуться, открыть рот. На счет раз – положить широкий язык на нижнюю губу. На счет два – высунуть язык наружу острым как жало.

*Язык лопаткой положи*

*И спокойно подержи.*

*Язык иголочкой потом*

*Потянем тонким острием.*

**3.** **«Киска сердится»**

Улыбнуться, открыть рот. Кончиком языка упереться в нижние зубы. На счет раз – выгнуть язык горкой, упираясь кончиком в нижние зубы. На счет два – вернуться в исходное положение. Кончик языка не должен отрываться от нижних зубов, рот не закрывается.

*На скамейке у окошка*

*Улеглась и дремлет кошка.*

*Кошка глазки открывает,*

*Кошка спинку выгибает.*

**4.** **«Чистим нижние зубки»**

Улыбнуться, приоткрыть рот. Кончиком языка «почистить» нижние зубки с внутренней стороны, делая движения языком вправо-влево. Нижняя челюсть при этом не двигается.

**5. «Посчитаем нижние зубки»**

Улыбнуться, приоткрыть рот. Кончиком языка упираться по очереди в каждый нижний зуб с внутренней стороны. Следить, чтобы нижняя челюсть была неподвижна.

**Комплекс упражнений, вырабатывающий правильный артикуляционный уклад звуков Л-Ль**

**1. «Качели»**

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

*На качелях я качаюсь*

*Вверх-вниз, вверх-вниз.*

*И все выше поднимаюсь,*

*А потом – вниз.*

**2. «Пароход»**

Приоткрыть рот и длительно на одном выдохе произносить звук Ы-Ы-Ы. Необходимо следить, чтобы кончик языка был опущен и находился в глубине рта.

*Пароход плывет по речке,*

*И труба дымит, как печка.*

**3.** **«Маляр»**

Улыбнуться, открыть рот. Широким кончиком языка погладить нёбо от зубов к горлу. Нижняя челюсть при этом неподвижна.

*Красить комнаты пора.*

*Пригласили маляра.*

*Челюсть ниже опускаем,*

*Маляру мы помогаем.*

**4. «Чистим верхние зубки»**

Улыбнуться, приоткрыть рот. Кончиком языка «почистить» верхние зубки с внутренней стороны, делая движения языком вправо-влево. Нижняя челюсть при этом не двигается.

**5. «Посчитаем верхние зубки»**

Улыбнуться, приоткрыть рот. Кончиком языка упираться по очереди в каждый верхний зуб с внутренней стороны. Следить, чтобы нижняя челюсть была неподвижна.

**6. «Поймаем звук Л»**

Улыбнуться. Во время произнесения звука А широкий кончик языка закусить зубами. Постепенно, увеличивая темп движения, вы услышите звук Л.

**Комплекс упражнений, вырабатывающий правильный артикуляционный уклад звуков Р-Рь**

**1. «Качели»**

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

*На качелях я качаюсь*

*Вверх-вниз, вверх-вниз.*

*И все выше поднимаюсь,*

*А потом – вниз.*

**2.** **«Маляр»**

Улыбнуться, открыть рот. Широким кончиком языка погладить нёбо от зубов к горлу. Нижняя челюсть при этом неподвижна.

*Красить комнаты пора.*

*Пригласили маляра.*

*Челюсть ниже опускаем,*

*Маляру мы помогаем.*

**3. «Чистим верхние зубки»**

Улыбнуться, приоткрыть рот. Кончиком языка «почистить» верхние зубки с внутренней стороны, делая движения языком вправо-влево. Нижняя челюсть при этом не двигается.

**4. «Посчитаем верхние зубки»**

Улыбнуться, приоткрыть рот. Кончиком языка упираться по очереди в каждый верхний зуб с внутренней стороны. Следить, чтобы нижняя челюсть была неподвижна.

**5. «Лошадка»**

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

*Я – веселая лошадка,*

*Темная, как шоколадка.*

*Язычком пощелкай громко –*

*Стук копыт услышишь звонкий.*

**6. «Грибок»**

Улыбнуться, открыть рот, присосать язык к нёбу. Следить, чтобы при этом рот был широко открыт. Если не получается сразу «приклеить» язычок к нёбу, предложите ребенку медленно пощелкать языком, как в упражнении «Лошадка».

*Под березой у дорожки*

*Гриб растет на толстой ножке.*

*Мимо мы пройти не сможем,*

*Гриб в лукошко мы положим.*

**7. «Гармошка»**

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

*На гармошке я играю,*

*Рот пошире открываю,*

*К небу язычок прижму,*

*Ниже челюсть отведу.*

**8. «Дятел»**

Улыбнуться, открыть рот. Многократно и отчетливо произносить звук

Д-Д-Д. Язык при произнесении этого звука упирается в верхние зубы, рот не закрывать.

**9. «Комарик»**

Улыбнуться, открыть рот. Поднять язык за верхние зубы; длительно произнести звук З. Если у ребенка закрывается рот, воспользоваться механической помощью.

*Прилетает по ночам,*

*Не дает заснуть он нам:*

*Зло звенит, над ухом вьется,*

*Только в руки не дается.*

**10. «Моторчик»**

Основное упражнение при постановке звука. Во время длительного произнесения звука Д-Д-Д, быстрыми движениями шарикового зонда или чистым, прямым указательный пальцем самого ребенка производить частые колебательные движения из стороны в сторону.

*Язычок у нас – мотор!*

*Заводи его, шофер!*

**Комплекс артикуляционной гимнастики для развития**

**подъязычной уздечки**

**1. «Маляр»**

Улыбнуться, открыть рот. Широким кончиком языка погладить нёбо от зубов к горлу. Нижняя челюсть при этом неподвижна.

*Красить комнаты пора.*

*Пригласили маляра.*

*Челюсть ниже опускаем,*

*Маляру мы помогаем.*

**2.** **«Посчитаем верхние зубки»**

Улыбнуться, приоткрыть рот. Кончиком языка упираться по очереди в каждый верхний зуб с внутренней стороны. Следить, чтобы нижняя челюсть была неподвижна.

**3. «Лошадка»**

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

*Я – веселая лошадка,*

*Темная, как шоколадка.*

*Язычком пощелкай громко –*

*Стук копыт услышишь звонкий.*

**4. «Грибок»**

Улыбнуться, открыть рот, присосать язык к нёбу. Следить, чтобы при этом рот был широко открыт. Если не получается сразу «приклеить» язычок к нёбу, предложите ребенку медленно пощелкать языком, как в упражнении «Лошадка».

*Под березой у дорожки*

*Гриб растет на толстой ножке.*

*Мимо мы пройти не сможем,*

*Гриб в лукошко мы положим.*

**5. «Гармошка»**

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

*На гармошке я играю,*

*Рот пошире открываю,*

*К небу язычок прижму,*

*Ниже челюсть отведу.*

**Литература**

1. Буденная Т.В. Логопедическая гимнастика. Методическое пособие.

 –– СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2001.

 2. Косинова Е.М. Уроки логопеда. Игры для развития речи. Изд. Эксмо, М., 2010.

3. Краузе Е.Н. Логопедический массаж и артикуляционная гимнастика. Практическое пособие. – 4-е изд. – СПб.: КОРОНА-Век, 2009.

4. Филичева Т.Б., Чевелева Н.А., Чиркина Г.В. Основы логопедии. Изд. Просвещение, М., 1989.