

## **Консультация для родителей «Значение артикуляционной гимнастики»**

Важную роль в формировании правильного произношения звуков играет четкая, точная, координированная работа артикуляционного аппарата (губ, языка, нижней челюсти, мягкого нёба).

### **Регулярное выполнение поможет:**

- улучшить кровоснабжение артикуляционных органов и их иннервацию (нервную проводимость);
- улучшить подвижность артикуляционных органов;
- укрепить мышечную систему языка, губ, щёк;
- уменьшить спастичность (напряжённость) артикуляционных органов.

**Цель артикуляционной гимнастики** - выработка правильных, полноценных движений и определённых положений артикуляционных органов, необходимых для правильного произношения звуков, и объединение простых движений в сложные.

Упражнения для артикуляционной гимнастики нельзя подбирать произвольно. Следует предусматривать те артикуляционные уклады, которые необходимо сформировать. Артикуляционная гимнастика включает упражнения как для тренировки подвижности и переключаемости органов, отработки определённых положений губ, языка, правильного произношения всех звуков, так и для каждого звука той или иной группы. Упражнения должны быть целенаправленными: важны не их количество, а упражнения подбирают исходя из правильной артикуляции звука с учётом конкретного его нарушения у ребёнка, то есть педагог выделяет, что и как нарушено и рекомендует родителям выполнять те или иные упражнения.

Упражнения должны быть понятны ребёнку, доступны, желательно заранее разучены перед зеркалом. Проводить артикуляционную гимнастику с ребёнком необходимо ежедневно по несколько минут. Выполняются артикуляционные упражнения как сидя, так и стоя. Темп выполнения и

количество упражнений постепенно увеличивается. Наиболее эффективно выполнение артикуляционных упражнений под счет, с хлопками, под музыку, а так же в сочетании с дыхательно-голосовыми упражнениями. Артикуляционные упражнения выполняются от 5 до 10-15 раз.

Предлагаем родителям несколько общих упражнений для укрепления мышц губ, языка и челюстей.

Взрослый: - А теперь **приведем в порядок наши губки**. Руки и ноги не напряжённые, расслабленные. Руки на коленях. Сделаем **упражнение для губ «Хоботок»** (можно показать картинку слона).

*Подражаю я слону, губы хоботком тяну.  
А теперь их отпускаю, и на место возвращаю*

(губы напряглись, а теперь они стали мягкими, ненапряжёнными).

- Следующее **упражнение «Лягушки»** (показ картинки), когда его делаем – губы напрягаем и фиксируем, затем расслабляем.

*Свои губы, прямо к ушкам,  
растяну я, как лягушка  
потяну – перестану, и нисколько не устану!*

- А теперь **упражнение «Орешек»** (показ картинки.) Представьте, что вы разгрызаете твёрдый орех. Крепко сожмите зубы – вот так. Челюсти при этом напряглись, стали, как каменными (так мы порой делаем, когда злимся!) Это неприятно. Разожмите челюсти – легко стало.

*Зубы крепче мы сожмём, а потом их разожмём.  
Губы чуть приоткрываются....  
Всё чудесно рас-слаб-ля-ет-ся....*

- А теперь будем напрягать и расслаблять мышцы языка: **упражнение «Сердитый язык»** - (кончик языка упирается в верхние зубы, будто хочет вытолкнуть их, напряжение неприятно). Слушайте и делайте, как я!

*С языком случилось что-то: он толкает зубы!  
Будто хочет он за что-то вытолкнуть он зубы!  
Он на место возвращается  
И чудесно рас-слаб-ля-ет-ся!*

- Последнее **упражнение «Горка»** – кончик языка за нижними зубами, спинка выгнута и напряжена – делаем несколько раз – язык напрягаем - расслабляем)

*Спинка языка у нас станет горочкой сейчас!  
Я растаять ей велю – напряженье не люблю!  
Язык на место возвращается  
И чудесно рас-слаб-ля-ет-ся!*