

Гимнастика для рук, ног - дело нам привычное и знакомое. Понятно ведь, для чего мы тренируем мышцы, чтобы они стали ловкими, сильными, подвижными.

А вот зачем язык тренировать, ведь он и так "без костей"? Оказывается, **язык - главная**

мышца органов речи. И для него, как и для всякой мышцы, гимнастика просто необходима.

Ведь язык должен быть достаточно хорошо развит, чтобы выполнять тонкие целенаправленные движения, именуемые звукопроизношением. Недостатки произношения отягощают эмоционально-психическое состояние ребенка, мешают ему развиваться и общаться со сверстниками.

Чтобы эта проблема не возникла у ребенка в дальнейшем, стоит начать заниматься артикуляционной гимнастикой как можно раньше. Детям двух, трех, четырех лет артикуляционная гимнастика поможет быстрее "поставить" правильное звукопроизношение. Дети пяти, шести лет и далее смогут при помощи артикуляционной гимнастики во многом преодолеть уже сложившиеся нарушения звукопроизношения.

Поначалу артикуляционную гимнастику необходимо выполнять перед зеркалом. Ребенок должен видеть, что язык делает. Мы, взрослые, не задумываемся, где находится в данный момент язык (за верхними зубами или за нижними). У нас артикуляция - автоматизированный навык, а ребенку необходимо через зрительное восприятие, обрести этот автоматизм, постоянно, упражняясь.

Не оторчайтесь, если некоторые упражнения не будут получаться с первого раза даже у вас. Попробуйте повторить их вместе с ребенком, призываясь ему: "Смотри, у меня тоже не получается, давай вместе попробуем".

Будьте терпеливы, ласковы и спокойны, и все получится.

Занимайтесь с ребенком ежедневно по 5-7 минут.

ЧИСТИМ ЗУБКИ

- улыбнуться, открыть рот
- кончиком языка с внутренней стороны "почистить" поочередно нижние и верхние зубы



ЧАШЕЧКА

- улыбнуться
- широко открыть рот
- высунуть широкий язык и придать ему форму "чашечки" (т. е. слегка приподнять кончик языка)



ЗАБОРЧИК

- улыбнуться, с напряжением обнажив сомкнутые зубы



МАЛПР

- губы в улыбку
- приоткрыть рот
- кончиком языка погладить ("покрасить") нёбо



ЛОШАДКА

- вытянуть губы
- приоткрыть рот
- попокать "ушкин" языком (как покают копытами лошади)



СЛОНИК ПЬЁТ

- вытянув вперёд губы трубочкой, образовать "хобот слоника"
- "набирать водичку", слегка при этом причмокивая



ИНДЮКИ БОЛТАЮТ

- языком быстро двигать по верхней губе - "бл-бл-бл-бл..."



КАЧЕЛИ

- улыбнуться
- открыть рот
- кончик языка за верхние зубы
- кончик языка за нижние зубы



ЧАСИКИ

- улыбнуться, открыть рот
- кончик языка (как часовую стрелку) переводить из одного уголка рта в другой



ВКУСНОЕ ВАРЕНЬЕ

- улыбнуться
- открыть рот
- широким языком в форме "чашечки" облизать верхнюю губу



ПАРАШЮТИК

- на кончик носа положить ватку
- широким языком в форме "чашечки", прижатым к верхней губе, сдуть ватку с носа вверх



ЖЕЛЮБОК

- Рот открыт. Губы в улыбку. Язык высунут. Боковые края лопатообразного языка поднимаются по средней продольной линии языка образуются впадина.
- Язык в таком положении удерживается под счёт от 1-10.
- Следить, чтобы губы не помогали языку, оставались неподвижными.



ГАРМОШКА

- улыбнуться
- сделать "прибочек" (т. е. присосать широкий язык к нёбу)
- не отрывая языка, открывать и закрывать рот (зубы не смыкать)



ОРЕШКИ

- рот закрыт
- кончик языка с напряжением поочередно упирается в щёки
- на щеках образуются твердые шарики - "орешки"



ШАРИК

- надуть щеки
- сдуть щеки

