**Рекомендации к проведению артикуляционной гимнастики**

Артикуляционная гимнастика с детьми до­школьного возраста проводится ежедневно в утренние часы (первый раз), после занятий (второй раз) и после дневного сна (третий раз) по инструкции педагога. Дети выполняют артикуляционные упражнения **перед зеркалом**. Продолжи­тельность гимнастики - до 5 мин.

В комплекс должно входить 4—5 упражнений:

2—3 ста­тических и 2—3 динамических.

Комплекс артикуляционной гимнастики планируется пе­дагогом на неделю. На следующей неделе комплекс частич­но видоизменяется: одно из упражнений, хорошо выполняемое детьми, заменяется другим, новым упражнением,  под­ходящим под артикуляцию изучаемого звука.

Таким образом, педагоги каждую неделю знакомят детей с одним новым упражнением и отрабатывают его в артику­ляционной гимнастике.

Знакомство с каждым новым артикуляционным упраж­нением желательно сопровождать небольшой сюжетной зари­совкой. Например, упражнение «Вкусное варенье»:

«Сластена Карлсон летом навещал свою бабушку, которая жила в деревне. Однажды он приехал к ней и похвалился, что научился хорошо считать. Карлсон предложил бабушке посчи­тать ее банки с вареньем. Бабушка согласилась и пустила Карлсона в кладовочку, где на полках стояли баночки с варе­ньем. Когда Карлсон спустя некоторое время вышел оттуда, он почему-то облизывал свои губы вот так (показ педагога)».

После показа взрослый просит детей выполнить уп­ражнение (обязательно с визуальным контролем). При этом педагог контролирует каждого ребенка, правильно ли он вы­полняет упражнение.

Затем показывает картинку, на которой изображено предлагаемое упражнение, и называет его. Дети выполняют новое упражнение еще раз, но уже не по пока­зу воспитателя, а по картинке. Педагог при этом проверяет правильность выполнения артикуляционного упражнения каждым ребенком.

В работе используем 27 **артикуляционных упражнений**.

**1. Упражнение «Улыбочка»** (статическое).

Ц е л ь: Развивать круговые мышцы губ.

Губы растянуты в виде улыбки, обна­жая сомкнутые зубы. Удерживать губы в таком положении следует 10—15 с.

**2. Упражнение  «Дудочка»** (статическое).

Ц е л ь: Развивать круговые мышцы губ.

Губы сомкнуты и вытянуты вперед в виде трубочки. Удерживать губы в таком положении следует 10—15 с.

**3. Упражнение  «Хоботок»** (статическое).

Ц е л ь: Развивать подвижность губ.

Губы плотно сомкнуты и с напряже­нием вытянуты вперед до предела. Удер­живать губы в таком положении следует 10 с.

**4. Упражнение  «Лопаточка»** (статическое).

Ц е л ь:  Развивать умение расслаблять мышцы языка и удерживать язык в таком положении длительное время.

Расслабленный широкий кончик языка положить на нижнюю губу. Удерживать язык в таком положении под счет до 10. Верхняя губа приподнята и не прикасает­ся к поверхности языка.

**5. Упражнение  «Иголочка»** (статическое).

Ц е л ь: Развивать умение напрягать боковые мышцы языка и длительное время удерживать язык в таком поло­жении.

Узкий кончик языка высунуть из по­лости рта, не прикасаясь им к губам. Удерживать язык в таком положении под счет до 10.

**6. Упражнение «Сердитая кошечка»** (статическое).

Ц е л ь: Развивать подвижность мышцы спинки языка.

Рот приоткрыт. Кончик языка упира­ется в нижние передние зубы, спинка языка приподнята. Боковые края языка прижаты к верхним коренным зубам. Удерживать язык в таком положении под счет до 10.

**7. Упражнение  «Желобок»** (статическое).

Ц е л ь: Вырабатывать целенаправленную воздушную струю по средней линии языка на его кончик; развивать боковые мышцы языка.

Высунуть широкий язык из полости рта. Боковые края языка загнуть вверх. Плавно подуть на кончик языка. Выпол­нять упражнение следует 3—4 раза по 5—7 с.

**8. Упражнение  «Парус»** (статическое).

Ц е л ь: Растягивать подъязычную связку; развивать уме­ние расслаблять мышцы языка в приподнятом положении.

Рот  широко  раскрыт.   Широкий  кон­чик языка поставить за верхние зубы на бугорки,  спинку языка немного прогнуть вперед.  Боковые края языка прижать к верхним   коренным   зубам.    Удерживать язык в таком положении под счет до 10. Упражнение повторить 2—3 раза.

**9. Упражнение  «Чашечка»** (статическое).

Ц е л ь: Упражнять в умении удерживать широкий язь в верхнем положении.

Рот широко раскрыт. Широкий кончик языка поднять вверх. Потянуть его верхним зубам, но не касаться их. Боковые края языка прикасаются к верхним коренным зубам. Удерживать язык в таком положении под счет до 10. Упражнение выполнить 3—4 раза.

**10. Упражнение  «Заборчик»** (статическое).

Ц е л ь: Упражнять в умении удерживать зубы сжатыми; развивать круговые мышцы губ.

Зубы плотно сжаты. Губы находятся в положении улыбки.  Упражнение выполнить 5—6 раз, продолжительность каждого упражнения 10—15 с.

**11. Упражнение  «Утиный клювик»** (динамическое).

Ц е л ь: Развивать подвижность губ, быструю переключаемость губ с одной позиции на другую.

Губы находятся в положении трубоч­ки, затем щеки втягиваются в полость рта, а губы несколько расслабляются и могут производить смыкательные и размыкательные движения.

**12. Упражнение  «Шторки»** (динамическое).

Ц е л ь: Вырабатывать подвижность губ.

Рот приоткрыт. Нижняя губа закрыва­ет нижние зубы, а верхняя губа в этот момент открывает верхние зубы. Затем положение губ меняется: нижняя губа от­крывает нижние зубы, а верхняя губа закрывает верхние зубы. Упражнение вы­полнить 5—6 раз.

**13. Упражнение  «Лошадка»** (динамическое).

Ц е л ь: Растягивать подъязычную связку языка.

Присасывать кончик языка к нёбу. Темп пощелкивания должен меняться (медленно, быстрее, очень быстро). Уп­ражнение способствует растяжению уко­роченной подъязычной связки. Упражне­ние выполнить 10—15 раз.

**14. Упражнение  «Грибок»** (динамическое).

Ц е л ь: Растягивать подъязычную связку языка.

Широко раскрыть полость рта. Присо­сать поверхность языка к нёбу. Не отры­вая язык от нёба, сильно оттянуть вниз нижнюю челюсть. Упражнение выполнить 5—6 раз.

**15. Упражнение  «Маляр»** (динамическое).

Ц е л ь: Вырабатывать подвижность языка в верхнем по­ложении.

Широко раскрыть полость рта. Широ­ким кончиком языка проводить по нёбу от верхних зубов до маленького язычка и Кратно. Упражнение проводить в медлен­ном темпе 5—6 раз.

**16. Упражнение «Дятел»** (динамическое).

Ц е л ь: Вырабатывать подвижность кончика языка.

Рот широко раскрыт. Язык с силой ударяет в бугорки, находящиеся за верх ними зубами; ребенок при этом произно­сит звук [д], подражая стуку дятла: д-д-д д-д. Упражнение проводится в течение 15—20 с.

**17. Упражнение  «Утюжок»** (динамическое).

Ц е л ь: Активизировать кончик языка на бугорках.

Рот приоткрыт. Широким кончиком языка поглаживать бугорки, находящиеся за верхними зубами: назад-вперед. Уп­ражнение проводить 20—25 раз.

**18. Упражнение «Прогони комарика»** (динамическое).

Ц е л ь: Вызвать самостоятельное дрожание кончика язы­ка под воздействием сильной воздушной струи.

Верхняя и нижняя губы прикасаются к  высунутому  кончику  языка.   Сильная воздушная струя,  направленная на кончик   языка,   приводит   его   в   движение. Язык дрожит.   Упражнение  повторить 3 раза.

**19. Упражнение  «Покусывание кончика языка»** (динамическое).

Ц е л ь: Активизировать мышцы кончика языка.

 Губы в положении улыбки. Покусывание кончика языка производится 8—10 раз.

**20. Упражнение «Качели»** (динамическое).

Ц е л ь: Упражнять в быстрой смене движений кончика языка; отрабатывать координированные движения кончика языка (вверх-вниз).

 Рот широко раскрыт. Кончик языка поднимается за верхние зубы на бугорки, а затем опускается вниз за нижние зубы. Упражнение повторить 15—20 раз.

**21. Упражнение «Катание шарика»** (динамическое).

Ц е л ь: Укреплять боковые мышцы языка.

Губы сомкнуты. Напряженный кончик языка движется между губами и зубами, делая круговые движения как бы вокруг губ, но с внутренней стороны рта. Движе­ния выполняются сначала в одном направ­лении (по часовой стрелке) - 5—6 кру­гов, затем в другом направлении (против часовой стрелки) - 5—6 кругов. Скорость движения языка можно менять.

**22. Упражнение  «Часики»** (динамическое).

Ц е л ь: Развивать напряжение боковых мышц языка и координацию движения (справа налево).

Рот приоткрыт. Узкий язык движется от одного уголка рта к другому, стараясь не касаться губ. Упражнение  проводится   в  медленном темпе под счет педагога или сопровождает­ся словами: тик-так, тик так, тик-так. Длительность выполнения упражнения - 20 с.

**23. Упражнение  «Мясорубка»** (динамическое).

Ц е л ь: Вырабатывать продвижение тонкого и широкого языка между зубами.

Губы в положении улыбки. Зубы плот­но сжаты. Кончик языка проталкиваем между сжатыми зубами. Язык становится широким и тонким. Выдвигаем его впе­ред до предела. Упражнение повторить 3—4 раза.

**24. Упражнение «Прятки»** (динамическое).

Ц е л ь: Развивать подвижность спинки языка и умение удерживать длительное время  кончик языка за нижними зубами.

Рот широко раскрыт. Зубы разомкну­ты. Кончик языка упирается за нижние зубы. Спинка языка приподнимается и «выглядывает» из-за нижних зубов. Затем спинка языка опускается вниз, «прячется». Кончик языка при этом остается на прежнем месте. Упражнение выполнить до 10 раз.

**25. Упражнение  «Вкусное варенье»** (динамическое).

Ц е л ь:  Развивать движения широкого кончика языка в верхнем положении.

Широким кончиком языка обнять верх­нюю губу и убрать язык в полость рта. Рот при этом не закрывать. Упражнение; повторить 5—6 раз.

**26. Упражнение  «Змейка»** (динамическое).

Ц е л ь: Развивать боковые мышцы языка.

Рот раскрыт. Язык сильно высунуть вперед, напрячь и сделать узким. Узкий язык максимально выдвинуть вперед, а затем убрать вглубь рта. Движения языка производятся в медленном темпе и выполняются 5—б раз.

**27. Упражнение  «Настроение»** (динамическое).

Ц е л ь: Вырабатывать подвижность губ.

Губы растянуть в улыбке. Зубы заборчиком. Эта часть упражнения представляет хорошее настроение (помогает мимика). Затем губы принимают положение трубочки. Зубы находятся в прежнем положении. Мимика помогает ребенку принять рассерженный вид. Упражнение повторяется 5 раз и заканчивается улыбкой, т. е. хорошим настроением.