

## **ВЕСЁЛЫЕ УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ГУБ, ЩЁК И ЯЗЫКА.**

Гимнастика для рук, ног - дело нам привычное и знакомое. Понятно, для чего мы тренируем мышцы: чтобы они стали сильными, ловкими, подвижными. А вот зачем тренировать язык, губы, щёки? Оказывается, именно от их подвижности и натренированности зависит произнесение звуков речи. И для них, как и для всех мышц, гимнастика просто необходима. Ведь они должны быть хорошо развиты, чтобы выполнять тонкие целенаправленные движения, именуемые звукопроизношением.

**Артикуляционные упражнения** представляют собой упражнения, направленные на выработку полноценных движений и определённых положений органов **артикуляционного аппарата** (щёк, губ, языка, нижней челюсти, мягкого неба, маленького язычка), необходимых для правильного произношения звуков.

Выполнять артикуляционные упражнения надо **ежедневно**, чтобы вырабатываемые у детей двигательные навыки закреплялись, становились более прочными. Не следует предлагать детям сразу много упражнений, **достаточно 4 - 5**. При выборе упражнений надо учитывать степень их сложности и доступность выполнения. Проводить речевую гимнастику желательно **эмоционально**.

Сначала при выполнении детьми упражнений наблюдается напряженность движений органов артикуляционного аппарата. Постепенно напряжение исчезает, движения становятся непринужденными и вместе с тем координированными. Игровые способы укрепления артикуляционного аппарата, которые можно использовать дома.

«**Бусинки**»- кладем на тарелку крупные крошки печенья или маленькие круглые конфетки. Просим малыша губами собрать их, представив себе, что он собирает рассыпанные бусинки. Или просим губами перенести «бусинки» с одной тарелки на другую.

«**Облизывание тарелок**» - намазываем гладкую поверхность тарелки вареньем, творогом, манной кашей, сгущенным молоком или другим продуктом, который не противопоказан ребенку. Ребенок берет тарелку двумя руками и начинает облизывать широким языком, приговаривая: «аах».

«**Рыбалка**» - посыпаем липкую тарелку более крупными крошками. Предлагаем ребенку поймать рыбку, язык – это удочка, а крошки – это рыбки, нужно широко открыть рот, высовывать язык иголкой и

дотронуться до крошки так, чтобы она прилипла к кончику языка, проговаривая: «а-а-а». Выполнять нужно быстро и четко.

«Сладкий футбол» - перекатывать во рту от одной щеки к другой крупную виноградинку, грецкий орех, сухарик, кусочек сахара, крупную круглую карамельку и т.д.

### **Упражнения с сушками.**

1. Сожми сушку губами и удерживай её.
2. Сожми сушку зубами и удерживай её.
3. Подвесь сушку на высунутый язык и удерживай под счет (до 5 – 10).

**ВНИМАНИЕ!!!! Упражнения проводятся обязательно в присутствии взрослого!!!!!!**

### **Упражнения с чупа-чупсом.**

Вы, наверное, удивитесь, но круглый сладкий чупа-чупс - отличный логопедический тренажер. Разверните леденец и давайте немного поиграем.

1. Сожми чупа-чупс губами и попробуй его удержать 5-10 секунд.
2. Удерживая чупа-чупс губами, попробуй подвигать палочкой сначала сверху - вниз, затем из стороны в сторону.
3. Приоткрой рот, губы улыбаются, сделай из языка чашечку, положи в чашечку чупа-чупс и попробуй удержать леденец только языком-чашечкой.
4. Подними широкий язык к нёбу, прижми чупа-чупсом язык-«грибок» к нёбу.
5. Двигай леденцом по середине языка от кончика вглубь рта и обратно 5-10 раз.

**ВНИМАНИЕ!!!! Упражнения проводятся обязательно в присутствии взрослого!!!!!!**

### **УПРАЖНЕНИЯ С СОЛОМКОЙ**

-Высунь язык и продержи на нем соломинку как можно дольше.

- Открой рот и постарайся удержать соломинку в равновесии на языке. Можно прижать к верхним зубам, но рот закрывать нельзя.

-Сделай усы! Удерживай соломинку у верхней губы с помощью кончика языка.

-соломинку нужно удержать в вертикальном положении (почти), зажав один конец между нижними зубами и языком.

### **Ещё несколько вкусных упражнений:**

-Длинную мармеладку нужно зажать губами и натянуть рукой. И надостараться удержать мармеладку губами!

-Удержи шарик-конфетку (или из сухих завтраков) в языке, как в чашке.

### **Использованная литература**

1. Косинова Е.М. Уроки логопеда: игры для развития речи / Е.М. Косинова.-М.: Эксмо: ОЛИСС, 2011

2.Крупенчук О.И. Логопедический массаж ложками / О.И. Крупенчук. – СПб.:Детство – Пресс, 2014

3.Крупенчук О.И., Логопедические упражнения: Артикуляционная гимнастика/ О.И. Крупенчук, Т.А. Воробьева - СПб.: Издательский Дом «Литера», 2004.

Учитель-логопед Бородина М.А.