**Рекомендации по проведению упражнений артикуляционной гимнастики**

1. Проводить артикуляционную гимнастику нужно ежедневно. Лучше выполнять упражнения 3-4 раза в день по 3-5 минут. Каждое упражнение выполняется по 5-7 раз.

3. Статические упражнения выполняются по 10-15 секунд (удержание артикуляционной позы в одном положении).

4. При отборе упражнений для артикуляционной гимнастики надо соблюдать определенную последовательность, идти от простых упражнений к более сложным. Проводить их лучше эмоционально, в игровой форме.

5. Из выполняемых упражнений новым может быть только одно, остальные даются для повторения и закрепления. Если же ребенок выполняет какое-то упражнение недостаточно хорошо, не следует вводить новых упражнений.

6. Артикуляционную гимнастику выполняют сидя, так как в таком положении у ребенка прямая спина, тело не напряжено, руки и ноги находятся в спокойном положении.   
  
7. Ребенок должен хорошо видеть лицо взрослого, а также свое лицо, чтобы самостоятельно контролировать правильность выполнения упражнений. Поэтому ребенок и взрослый во время проведения артикуляционной гимнастики должны находиться перед настенным зеркалом. Также ребенок может воспользоваться небольшим ручным зеркалом (примерно 9х12 см), но тогда взрослый должен находиться напротив ребенка лицом к нему.   
  
8. Начинать гимнастику лучше с упражнений для губ.

**Организация проведения артикуляционной гимнастики**

1. Взрослый рассказывает о предстоящем упражнении, используя игровые приемы, и показывает выполнение упражнения.   
  
3. Упражнение делает ребенок, а взрослый контролирует выполнение:   
точность движения, плавность, темп выполнения, устойчивость, переход от одного движения к другому. Также важно следить, чтобы движения каждого органа артикуляции выполнялись симметрично по отношению к правой и левой стороне лица.

4. Если у ребенка не получается какое-то движение, помогать ему (шпателем, ручкой чайной ложки или просто чистым пальцем).   
  
5. Для того, чтобы ребенок нашел правильное положение языка, например, облизал верхнюю губу, намазать ее вареньем, шоколадом или чем-то еще, что любит ваш ребенок. Подходить к выполнению упражнений творчески.

Сначала при выполнении детьми упражнений наблюдается напряженность движений органов артикуляционного аппарата. Постепенно напряжение исчезает, движения становятся непринужденными и вместе с тем координированными.

**Упражнения для развития подвижности губ**

1. Покусывание и почесывание сначала верхней, а потом нижней губы зубами.

2. **«Улыбка»**

«Подражаем мы лягушкам – губки тянем прямо к ушкам»

3. **«Хоботок»**

«Подражаю я слону, губки хоботком тяну»  
 **4. «Улыбка – Хоботок»**  
Попеременно вытягивать вперед губы трубочкой, затем растянуть губы в улыбку.   
  
5. «**Пятачок»**  
Вытянутые трубочкой губы двигать вправо-влево, вращать по кругу.   
  
6. «**Рыбки разговаривают»**  
Хлопать губами друг о друга (произносится глухой звук).

«Открывает рыбка рот – непонятно что поёт»

5. Сжать большим пальцем и указательными пальцами одной руки верхнюю губу за носогубную складку и двумя пальцами другой руки нижнюю губу и растягивать их вверх-вниз.

6. Щеки сильно втянуть внутрь, а потом резко открыть рот. Необходимо добиться, чтобы при выполнении этого упражнения, раздавался характерный звук "поцелуя".   
  
7. **Уточка.**  
Вытянуть губы, сжать их так, чтобы большие пальцы были под нижней губой, а все остальные на верхней губе, и вытягивать губы вперед как можно сильнее, массируя их и стремясь изобразить клюв уточки.   
  
8. **Недовольная лошадка.**  
Поток выдыхаемого воздуха легко и активно посылать к губам, пока они не станут вибрировать. Получается звук, похожий на фырканье лошади.   
  
9. Рот широко открыт, губы втягиваются внутрь рта, плотно прижимаясь к зубам. 

***Если губы совсем слабые:***   
- сильно надувать щеки, изо всех сил удерживая воздух во рту,  
- удерживая губами карандаш (пластмассовую трубочку), нарисовать круг (квадрат),  
- удерживать губами марлевую салфетку - взрослый пытается ее выдернуть.

**Упражнения для развития подвижности нижней челюсти**

1. **Трусливый птенчик.**  
Широко открывать и закрывать рот, так чтобы тянулись уголки губ. Челюсть опускается примерно на расстояние ширины двух пальцев. Язычок -"птенчик" сидит в гнездышке и не высовывается. Упражнение выполняется ритмично.   
  
2. Имитация жевания с закрытым и открытым ртом.   
  
3.**Обезьяна.**  
Челюсть опускается вниз с максимальным вытягиванием языка к подбородку.   
  
4. **Сердитый лев.**  
Челюсть опускается вниз с максимальным вытягиванием языка к подбородку и мысленным произнесением звуков а или э на твердой атаке, сложнее - с шепотным произнесением этих звуков.   
  
5. **Силач.**  
6. Поставить руки на стол, сложить ладони одна на другую, упереться подбородком в ладони. Открывая рот, давить подбородком на сопротивляющиеся ладони. Расслабиться.   
  
7. Опустить челюсть вниз с преодолением сопротивления (взрослый держит руку под челюстью ребенка).   
  
8. Открывать рот с откидыванием головы назад с преодолением сопротивления руки взрослого, лежащей на затылке ребенка.   
  
9. Беззвучно, протяжно (на одном выдохе) произнесите гласные звуки:  
ааааааааааааа  
  
10. Произнесите гласные звуки с голосом:  
аaaaaaaaaaaaa

11. Слитно и протяжно произнесите несколько гласных звуков на одном выдохе:  
аааааэээээ  
 При произнесении звуков раскрытие рта было достаточно полным.   
  
12. Произнесите пословицы, поговорки, скороговорки, которые насыщены гласными звуками, требующими широкого раскрытия рта.   
  
Мал, да удал.  
У ужа ужата, у ежа ежата.   
Следите за тем, чтобы нижняя челюсть опускалась свободно вниз, гласные звуки сначала произносите немного подчеркнуто.

**Тренировка мышц глотки и мягкого неба**

1. Позевывать с открытым и закрытым ртом.  
Позевывать с широким открыванием рта, шумным втягиванием воздуха.   
  
2. Произвольно покашливать.  
Хорошо откашляться с широко открытым ртом, с силой сжимая кулаки.  
Покашливать с высунутым языком.  
  
3. Имитировать полоскание горла с запрокинутой головой.  
Полоскать горло тяжелой жидкостью (киселем, соком с мякотью, кефиром).   
  
4. Глотать воду маленькими порциями (20 - 30 глотков).  
Глотать капли воды, сока.   
  
5. Надувать щеки с зажатым носом.   
  
6. Медленно произносить звуки к, г, т, д.   
  
7. Подражать:  
- стону,  
- мычанию,  
- свисту.   
  
8. Запрокидывать голову с преодолением сопротивления. Взрослый держит руку на затылке ребенка.  
Опускать голову с преодолением сопротивления. Взрослый держит руку на лбу ребенка.  
Запрокидывать и опускать голову при сильном нажатии подбородком на кулаки обеих рук.   
  
9. Выдвинуть язык к подбородку, втягивать его в рот с преодолением сопротивления. Взрослый пытается удержать язык ребенка вне рта.   
  
10. Произносить гласные звуки а, э, и, о, у на твердой атаке.   
  
11. Произносить, удерживая кончик высунутого языка пальцами, и-а. Звук "и" отделяется от звука "а" паузой.   
  
12. Надувать резиновые игрушки, пускать мыльные пузыри. 