**Памятка для родителей**

**«Артикуляционная гимнастика дома»**

**Рекомендации по проведению артикуляционной гимнастики:**

1. Внимательно прочитайте описание упражнения. Выполните его правильно перед зеркалом, затем предложите выполнить ребенку.
2. Гимнастика проводится ежедневно по 5-10 минут, сидя перед зеркалом (достаточно настольного зеркала 15\*15 см.), в спокойной обстановке, при достаточном освещении.
3. Комплекс на одно занятие включает 5-7 упражнений для губ и языка, 1 упражнение для развития речевого дыхания. Каждое упражнение выполняется по 5 раз после показа взрослого.
4. Когда упражнение усвоено, ребенок выполняет его без показа взрослого (по названию). Взрослый обязательно контролирует правильность и четкость выполнения упражнений.
5. Точность движения речевого органа определяется правильностью конечного результата.
6. Плавность и легкость движения предполагают движения без толчков, подергиваний, дрожания органа (напряжение мышцы всегда нарушает плавность и мягкость движения); движение должно совершаться без вспомогательных или сопутствующих движений других органов. Темп движения должен стать произвольным – быстрым или медленным.
7. Устойчивость конечного результата означает, что полученное положение органа удерживается без изменений произвольно долго.

**Упражнения для губ**

**«Заборчик».** Губы в улыбке, зубы сомкнуты в естественном прикусе и видны.  
 *Зубы ровно мы смыкаем и заборчик получаем*

**«Трубочка».** Вытягивание губ вперёд длинной трубочкой, зубы сомкнуты.

*Мои губы – трубочка превратились в дудочку.*

**«Улыбка – Трубочка».** Чередование положений губ.

*Свои губы прямо к ушкам растяну я, как лягушка.*

*А теперь - слонёнок я, видишь – хобот у меня.*

*Мне понравилось играть, повторю – ка всё опять.*

**Упражнения для щек**

1. **Похлопывание и растирание** щек.

2. **«Сытый хомячок».** Надуть обе щеки, потом надувать щеки поочередно.

3. **«Голодный хомячок».** Втянуть щеки.

4. **«Шарик».** Рот закрыт. Бить кулачком по надутым щекам, в результате чего воздух выходит с силой и шумом.

**Упражнения для языка**

**1. Накажу непослушный язычок**. Это упражнение является самомассажем для языка.  
 *На губу язык клади, пя-пя-пя произноси.*

**2. Лопаточка**. Рот открыт, широкий расслабленный язык лежит на нижней губе.   
 *Язык лопаткой положи и спокойно подержи.*  
 *Язык надо расслаблять и под счёт его держать:*  
 *Раз, два, три, четыре, пять! Язык можно убирать.*

**3. Чашечка.** Рот широко открыт. Передний и боковой края широкого языка подняты, но не касаются зубов.   
 *Язык широкий положи, его края приподними.*

**4. Иголочка**. Рот открыт. Узкий напряженный язык выдвинут вперед.   
 *Язык в иголку превращаю, напрягаю и сужаю.*  
 *Острый кончик потяну, до пяти считать начну.*  
 *Раз, два, три, четыре, пять – иголку я могу держать.*

**5. Часики.** Рот приоткрыт. Губы растянуты в улыбку. Кончиком узкого языка попеременно тянуться под счет взрослого к уголкам рта.   
 *Влево - вправо*

*Мой язык скользит лукаво:*  
 *Словно маятник часов,*

*Покачаться он готов.*

*6.* **Качели.** Рот открыт. Напряженным языком тянуться к носу и подбородку, либо к верхним и нижним резцам.   
 *На качелях я качаюсь:*  
 *Вверх, вниз, вверх, вниз.*  
 *Я до крыши поднимаюсь,*  
 *А потом спускаюсь вниз.*  
**7.Чистим зубки.** Рот открыт. Кончиком языка погладить внутри верхние и нижние зубы. Важно – подбородок не двигается.

*Чищу зубы, чищу зубы*  
 *И снаружи, и внутри.*  
 *Не болели, не темнели,*  
 *Не желтели чтоб они.*

**8. Лошадка.** Присосать язык к нёбу, щелкнуть языком. Цокать медленно и сильно, тянуть подъязычную связку.   
 *Я лошадка Серый Бок! Цок-цок-цок.*  
 *Я копытцем постучу! Цок-цок-цок.*  
 *Если хочешь – прокачу! Цок-цок-цок.*

**9. Маляр.** Рот открыт. Широким кончиком языка, как кисточкой, ведем от верхних резцов до мягкого нёба.   
 *Красить потолок пора, пригласили маляра.*  
 *Ниже челюсть опускаем, язык к нёбу поднимаем.*  
 *Проведём вперёд – назад – наш маляр работе рад.*

**10. Вкусное варенье.** Рот открыт. Широким языком облизать верхнюю губу и убрать язык вглубь рта.   
 *Ох и вкусное варенье!*  
 *Жаль осталось на губе.*  
 *Язычок я подниму*  
 *И остатки оближу.*

**Надеюсь, что мои советы будут интересны и полезны вам, уважаемые родители, и помогут вам в решении речевых проблем ребенка!**

«»