**Артикуляционная гимнастика, которую можно делать дома.**

Артикуляционные упражнения выполняют, чтобы исправить произношение звуков. Они эффективны в любом возрасте, но больше востребованы у детей. Комплекс движений для мышц, участвующих в образовании звуков, развивает их силу, точность.

Гимнастика для языка

·      облизать губы;

·      поцокать;

·      удерживая язык на нижних резцах, открывать рот;

·      касаться языком поочередно углов рта;

·      кончик языка высунуть изо рта, двигать вверх-вниз;

·      высунуть язык как можно дальше и постараться свернуть его в трубочку.

·      открывать рот, язык упирать в верхнее нёбо;

·      открывать рот, язык расслаблять.

Гимнастика для щёк

·      Надуваем щеки, превращаясь в шарик, стукаем ладошками по ним, выпускаем воздух.

·      Просто надуть щеки и держаться как можно дольше.

·      Гонять воздух из левой щеки в правую.

·      Втянуть щеки и держаться подольше.

Гимнастика для губ

·      Улыбаемся, пряча зубки.

·      Улыбаемся, показывая зубы.

·      Вытягиваем губы узкой трубочкой.

Артикуляционная гимнастика. Советы

1.    Регулярность – основа быстрого и устойчивого эффекта.

2.    Хорошее время для гимнастики – через час после еды.

3.    Для детей каждое упражнение подавать как веселую игру.

4.    Начинать нужно с двух-трех упражнений.

5.    Используйте зеркало, чтобы малыш видел свое отражение.

6.    Динамические упражнения надо повторить 5-7 раз.

7.    Одно статическое упражнение длится 5-10 секунд.

8.    Максимальное время на выполнение артикуляционных упражнений – 10 минут, если вы видите, что ребенок устал, прекращайте раньше.

9.    Хвалите ребенка после каждого занятия, формируйте положительную мотивацию.

Регулярное выполнение гимнастики поможет быстрее избавиться от дефектов речи. Родители могут использовать приведенный в статье короткий комплекс, но лучше если упражнения подберет логопед на очном занятии. Специалист точно определит проблему, разработает тактику её преодоления. Он будет работать с ребенком на занятии и задавать домашнее задание, включающее артикуляционную гимнастику. Если родители будут точно следовать рекомендациям, эффект наступает быстро.