**УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯРАЗВИТИЯ АРТИКУЛЯЦИИ**

*Большая часть двигательной (моторной) коры больших полушарий участвует в мышечных движениях гортани, языка, рта, челюсти, которые формируют речь. Упражнения, построенные на движениях языка и челюсти, стимулируют работу базального ганглия лимбической системы, включая специализированную область — черную субстанцию, которая соединяет базальный ганглий с лобной долей мозга, контролирующие мышление, речь и поведение.*

*В процессе таких упражнений у ребенка постепенно вырабатывается четкая координация движений артикуляционного аппарата. Движения языка и губ становятся более точными.*

**Упражнения для языка**

**«Лошадки»:** цоканье (щелканье) языком.

**«Желобок»**: высунуть широкий язык, его боковые края загнуть вверх; втянуть в себя щеки и воздух.

**«Киска сердится»:** выгнуть язык вверх, кончик языка при этом прижать книжним зубам.

**«Орешки за щечками»:** делать движения языком вправо — влево, вверх — вниз; выгибание языка, свертывание его в трубочку; прокатывание «орешков» за щечками.

**«Вкусное варенье»:** облизывать языком верхнюю губу, оставляя неподвижными губы и нижнюю челюсть.

**«Почистим зубы»:** движения языком по внутренней стороне верхних зубов, имитируя чистку зубов языком; рот при этом должен быть открыт, нижняя челюсть и губы (в улыбке) неподвижны.

**«Болтушка»:** движения языком вперед — назад.

**«Часики»:** движения языком вправо — влево.

**«Качели»:** движения языком вверх — вниз.

**«Лопатка»:** широкий расслабленный язык лежит на нижней губе.

**«Иголочка»:** язык узкий, напряженный.

**«Грибок»:** раскрыть рот; присосать язык к нёбу. Не отрывая язык от нёба, сильно оттягивать вниз нижнюю челюсть (15 раз). В отличие от упражнения «Лошадка» язык не должен отрываться от нёба.

**«Качели»:** высунуть узкий язык; тянуться языком попеременно то к носу, то к подбородку. Рот при этом не закрывать. Упражнение проводится под счет.

**«Вкусное варенье»:** высунуть широкий язык, облизать верхнюю губу и убрать язык в глубь рта (15 раз).

**«Змейка»**: рот широко открыть; язык сильно высунуть вперед, напрячь его, сделать узким; узкий язык максимально выдвигать вперед и убирать в глубь рта (в медленном темпе 15 раз).

**«Маляр»:** высунуть язык, рот приоткрыть; облизать сначала верхнюю, затем — нижнюю губу по кругу (10 раз, меняя направление).

**«Катушка»:** кончик языка упереть в нижние передние-зубы; боковые края языка прижать к верхним коренным зубам. Широкий язык «выкатывать» вперед и убирать в глубь рта (15 раз).

**«Силач»:** напряженным кончиком языка прижать к верхней губе ватную палочку. Важно сохранять эту позицию не менее 5 с и при последующих попытках тянуться языком ближе к носу. Если ребенку удается язычком в таком положении удерживать предметы потяжелее, например счетную палочку или карандаш, — он, несомненно, настоящий силач!

**Упражнения для губ**

**«Слоники»**: вытянуть губы вперед, имитируя всасывание воды хоботом при вдохе; затем имитировать разбрызгивание воды при выдохе хоботом (воздух выпускается через сжатые губы).

**«Кролик»:** сомкнуть зубы, при этом верхнюю губу приподнять и обнажить верхние резцы.

**«Расческа»:** «причесывать» верхними зубами нижнюю губу — и наоборот.

**«Улыбка»**: улыбнуться без напряжения так, чтобы были видны передние верхние и нижние зубы (про себя произнести звук «и»).

Удерживать это положение губ на счет от 1 до 5. (В более старшем возрасте счет можно продолжить до 10.)

**«Трубочка»:** сомкнутые губы вытянуть вперед трубочкой. Удерживать это положение губ на счет от 1 до 5. (В более старшем возрасте счет можно продолжить до 10.)

**Упражнения для челюсти**

**«Челюсть»:** движения нижней челюстью вправо — влево; широко раскрыть рот и подержать его раскрытым несколько секунд; жевательные движения с сомкнутыми губами; легкое постукивание зубами при разомкнутых губах.

**«Заборчик»:** верхнюю челюсть расположить точно над нижней челюстью; при этом губы складываются в улыбку.

**Мимические движения:** 1) надувать щеки; 2) вытягивать губы трубочкой; 3) хмуро сдвигать брови; 4) изображать улыбку.

**«Спать хочется»:** зевать, постепенно закрывая глаза, приподнимая брови, медленно опуская голову на грудь и расслабляя тело.

**«Трубочка»:** сомкнутые губы вытянуть вперед трубочкой; удерживать это положение губ на счет от 1 до 5. (В более старшем возрасте счет можно продолжить до 10.)

**«Разговор с рыбами»:** встать, согнуть колени; ладони завести за уши; большие пальцы касаются нижней челюсти. Массировать пальцами голову; глаза широко открыты. Поднять голову вверх; потянуть шею; сморщить рот, имитируя рыбу. Посмотреть вокруг и сымитировать разговор с другими рыбами, «находясь в воде».

**Учитель-дефектолог Шокель Ольга Савиновна, 64 6 53**Начало формы

Конец формы