

## **Чем полезно артикуляционное упражнение «Лягушка» и как его правильно выполнять?**

Артикуляционный аппарат – это сложная система органов и мышц, требующих тренировки, как и остальные мышцы нашего тела. Артикуляционная гимнастика «Лягушка» укрепляет мышцы губ, щек, мягкого неба и подготавливает речевой аппарат к произношению звуков [с], [с'], [з], [з'], [л], [л']. Заниматься нужно, даже если ребенок еще совсем не говорит – тогда у малыша будет база для постановки звуков родного языка.



## **Роль артикуляционной гимнастики**

Для подготовки ребенка к овладению навыком речи необходимо выполнять целый комплекс упражнений. Мышцам языка, щек, губ, мягкого неба нужны нагрузки, так же как телу человека нужна зарядка по утрам или физкультура. Гимнастика повышает тонус мышц и улучшает кровообращение в них.

Если у ребенка слабый артикуляционный аппарат, его речь будет несвязной, неразборчивой, и тогда занятий с логопедом не избежать. Нарушение речи приводит к нарушению чтения, письма, сложностям в обучении и неуспеваемости в школе. Нельзя недооценивать роль ежедневной артикуляционной гимнастики в жизни ребенка.

Гимнастика нужна всем детям, а не только тем, у кого уже есть проблемы с речью.



## Упражнение «Лягушка»

Артикуляционное упражнение «лягушка» выполняется как в общем комплексе логопедической гимнастики, так и для постановки отдельных звуков. Нужно правильно объяснить и показать малышу, чего от него хотят.

**При занятии гимнастикой можно руководствоваться такими правилами:**

- выполнять упражнение каждый день, чтобы у ребенка закрепились нужные навыки;
- заниматься сидя, не сутулясь, руки и ноги держать в спокойном состоянии;
- желательно разместить перед ребенком зеркало: оно помогает сосредоточиться, а также позволяет малышу видеть свои движения;
- сначала рассказывать ребенку об упражнении, а потом показывать, как выполнять;
- поправлять малыша в мягкой форме, не ругать его, не делать грубых замечаний.

**Выполняем упражнение «Лягушка»:**

1. улыбаемся, растягиваем уголки рта, демонстрируем зубы;
2. челюсти смыкаем, как при правильном прикусе;
3. держим губы в таком положении 5 секунд, в дальнейшем время можно увеличивать;
4. повторяем упражнение 3 или 4 раза.

## Занимаемся и играем

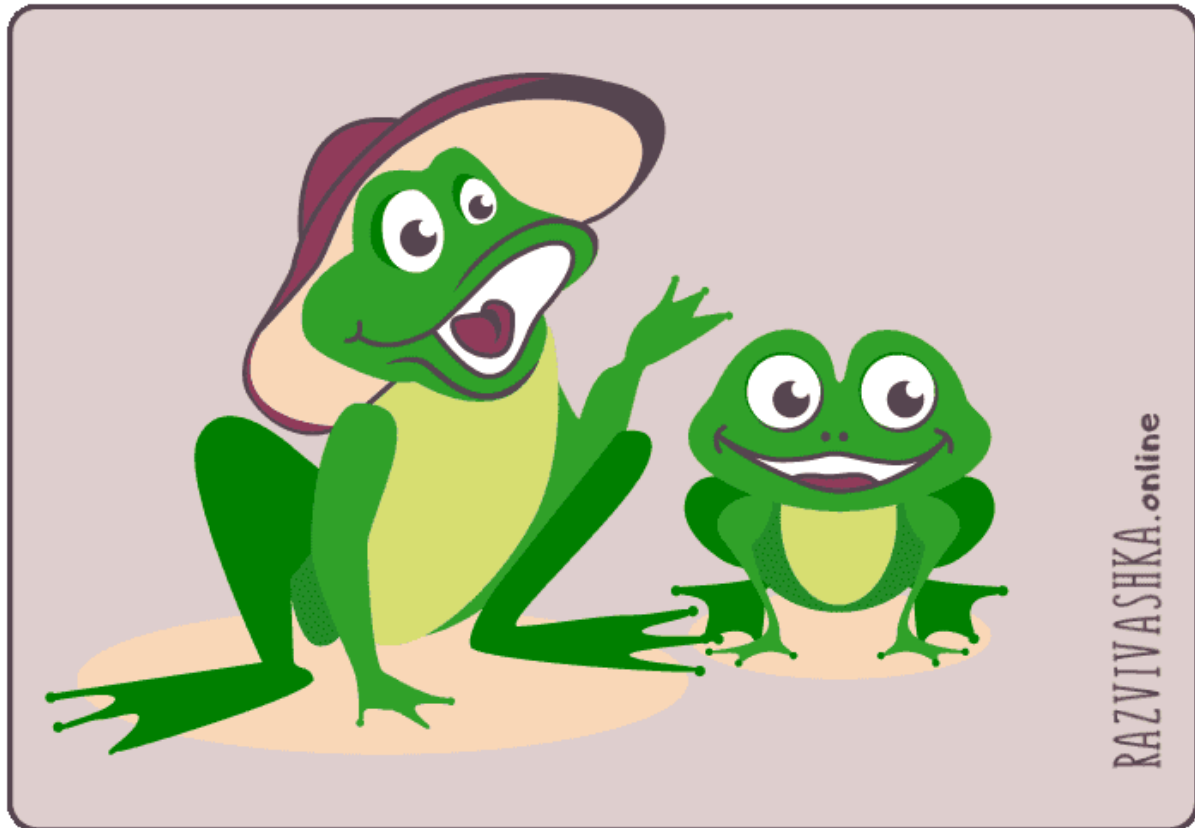
Эффект от гимнастики накапливается постепенно, поэтому заниматься нужно каждый

день. Пятилетнему ребенку легче объяснить, зачем нужно заниматься ежедневно: «чтобы язычок не болел», «чтобы уметь говорить, как большие дети», «чтобы не пришлось ходить к логопеду и долго у него учиться» и т. д.

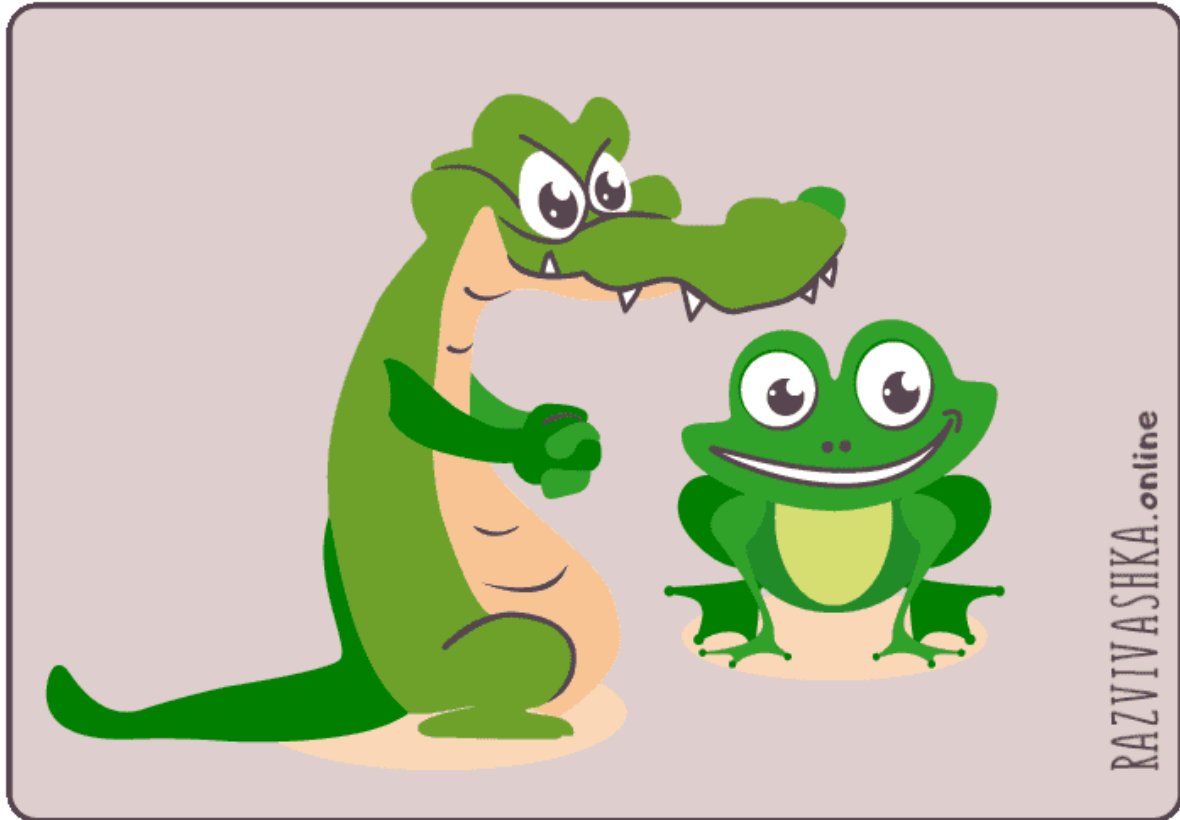
С маленькими детьми заниматься сложнее, их зачастую даже нельзя уговорить посидеть 5 минут на одном месте. Увлечь малыша можно только тем, что ему будет интересно.

Поэтому для выполнения упражнения «Лягушка» можно подготовить игрушку или картинку с веселым лягушонком и рассказать, например, такую историю:

*«Жил-был на свете маленький добрый лягушонок. Он был самым улыбчивым лягушонком в мире и очень радовал маму-лягушку.»*



Этот лягушонок улыбался каждому, кого встречал на своем пути, даже серьезному и хмурому крокодилу! Он его совсем не боялся.



Лягушонок пел веселую песенку, и от этого каждый, кто его встречал, тоже улыбался – вот так (показываем упражнение, рассказываем стишок):

*Подражаем мы лягушкам:*

*Тянем губки прямо к ушкам.*

*Вы тяните дружно губки —*

*Я увижу ваши зубки.*

*Мы потянем-перестанем,*

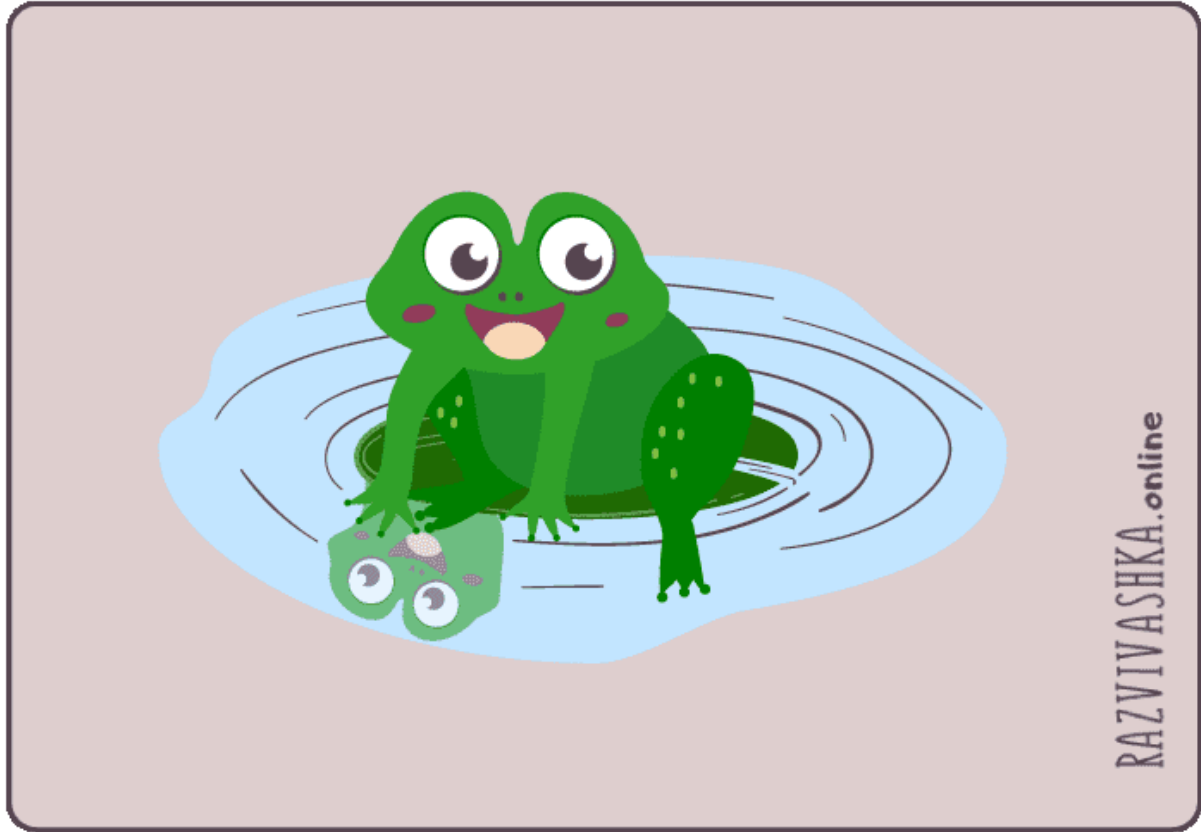
*И нисколько не устанем.*



*Лягушонок улыбался не только животным. Он любил природу и улыбался цветам, деревьям и солнышку, вот так:  
Рот у Кваки до ушей,  
Хоть завязочки пришей.*



*Лягушонок радовался даже своему отражению в лужице. Он думал, что встретил другого лягушонка! Давай пофантазируем, что мы тоже улыбочивые лягушата: Мы — веселые лягушки, тянем губки прямо к ушкам. Потянули — перестали. И нисколько не устали!»*



Артикуляционное упражнение «Лягушка» тренирует подвижность речевых органов, а также помогает выработать правильное положение мышц для дальнейшего становления речи. Для чистого произношения нужны сильные, крепкие мышцы губ, щек, языка, и артикуляционная гимнастика должна стать таким же ежедневным ритуалом, как чистка зубов или купание перед сном.