**Формирование артикуляционной моторики у детей раннего возраста. Рекомендации для родителей.**

Уважаемые родители, речь вашего ребёнка в возрасте от полутора до трех лет находится в стадии активного развития. Движения мышц губ, щек и языка в этом возрасте очень важны для правильной речи в будущем. Поэтому необходимо развивать и тренировать движения органов артикуляции уже сейчас.

Цель данных рекомендаций помочь вам предупредить возможные нарушения подвижности органов артикуляции вашего малыша, что в свою очередь предотвратит нарушения звукопроизношения.

В раннем возрасте необходимо развивать подвижность органов артикуляции. Сложности в моторике мышц губ, языка, нижней челюсти происходят из-за недостаточной натренированности этих мышц или из-за трудностей их переключения из одного положения в другое.

Рекомендации включают в себя:

- контроль пищевого поведения;

- артикуляционную гимнастику – пассивную и активную;

- элементы массажа;

- пальчиковую гимнастику.

**Контроль пищевого поведения.**

Пережевывание пищи для ребёнка является естественной тренировкой мышц губ, языка, нижней челюсти. Работа этих мышц является основой движений, необходимых для правильного, чёткого говорения. Поэтому очень важно так организовать питание вашего ребёнка, чтобы оно было полезно не только для общего физического развития, но и для развития мышц языка, губ, нижней челюсти, то есть тех органов, правильное функционирование которых необходимо для чёткой и внятной речи.

Соблюдайте следующие правила:

1. Необходимо стремиться к тому, чтобы привести процесс приема пищи к физиологической норме. То есть не следует ограничивать ребёнка в употреблении твёрдых продуктов, которые, на ваш взгляд, могут вызвать трудности при пережёвывании. Не рекомендуем измельчать пищу до однородной массы.

2. Уже в два года в рацион необходимо включить твёрдые продукты, сырые фрукты и овощи. При этом ребёнок должен питаться самостоятельно. А после двух лет ребёнок сам в состоянии употреблять любую пищу.

3. Обратите внимание на возможные трудности во время приема пищи:

• язык постоянно выталкивает пищу изо рта;

• ребёнок часто захлёбывается, когда пьёт, и жидкость выливается изо рта;

• при глотании язык проталкивается между зубами; • ребёнку трудно глотать;

• ребёнок постоянно пускает слюни, т.е. почти нет или недостаточно развито произвольное глотание;

• ребёнок держит рот открытым во время еды.

4. Побуждайте ребёнка «работать» органами ротовой полости – тщательно пережёвывать пищу, не открывать рот во время еды и быть аккуратным.

5. Следите за тем, чтобы ребёнок брал пищу с ложки губами, а не зубами и удерживал губы сомкнутыми при перемещении пищи во рту.

6. Процесс приема пищи тем удобнее для ребёнка, чем меньше пищи в ложке. Наполнять ложку рекомендуется на 1/3 и располагать еду на краю ложки.

7. Для обучения правильному жеванию используйте мягкую густую пищу – варёное яйцо, варёный картофель, банан и т.п. Сначала покажите ребёнку, как нужно кусать и жевать, затем пусть ребёнок повторит. Следите за тем, чтобы ребёнок не прикусил язык.

8. В перерывах между кормлениями дайте ребёнку печенье, очищенное яблоко, т.е. такую пищу, которую он не откусывает, а скоблит зубами. Так ребёнок научится захватывать твердую пищу, воспроизводить жевательные движения и перемещать пищу языком спереди назад.

9. Контролируйте объем пищи во рту ребёнка и своевременное её проглатывание. Превышение объёма пищи может привести к рвотной реакции и появлению негативного отношения к твёрдой пище.

10. Во время питья важно научить ребёнка координировать питье и дыхание. Для этого необходимо выработать ритм питья: 2 глотка – остановка для дыхания. Постепенно количество глотательных движений увеличивается. **Артикуляционная гимнастика.**

Цель артикуляционной гимнастики − выработка полноценных движений и определённых положений органов артикуляционного аппарата, необходимых для правильного произношения звуков. Проводить артикуляционную гимнастику нужно ежедневно, чтобы вырабатываемые у детей навыки закреплялись. Лучше её делать 3–4 раза в день по 3–5 минут. Не следует предлагать детям больше 2–3 упражнений за раз.

Артикуляционную гимнастику подразделяют на пассивную и активную.

Регулярное выполнение артикуляционной гимнастики поможет:

− улучшить кровоснабжение артикуляционных органов и их иннервацию (нервную проводимость);

− улучшить подвижность артикуляционных органов;

− укрепить мышечную систему языка, губ, щёк;

− научить ребёнка удерживать определённое артикуляционное положение;

− увеличить амплитуду движений;

− уменьшить спастичность (напряжённость) артикуляционных органов;

− подготовить ребёнка к правильному произношению звуков.

**Пассивная гимнастика.**

Пассивная артикуляционная гимнастика предполагает различные действия с органами артикуляции ребёнка без его активного включения в процесс.

Уважаемые родители, соблюдайте следующие правила при проведении пассивной артикуляционной гимнастики:

• пассивные движения выполняются медленно, ритмично;

• количество повторов каждого движения – 3–4 раза;

• выполняется гимнастика ежедневно, желательно несколько раз в день;

• перед выполнением пассивной артикуляционной гимнастики следует тщательно вымыть руки, снять украшения с рук, использовать марлевый платок.

Пассивная гимнастика мышц языка.

1. Прижимание шпателем (ватной палочкой, ручкой зубной щётки) языка ко дну рта.

2. Пассивное приподнимание кончика языка шпателем к твёрдому нёбу или к верхней губе. Движения производятся 4–6 раз неоднократно в течение дня.

3. Язык захватывается с помощью марлевой салфетки, осторожно подтягивается вперёд на нижнюю губу. Движение выполняют 2–3 раза.

**Активная гимнастика мышц языка.**

Чтобы ребёнку раннего возраста было интересно выполнять различные упражнения, можно использовать следующие приёмы:

1. Капните сиропом на середину нижней или верхней губы – это вызовет выдвижение языка вперёд. Это же можно провести в виде игры «Вкусное варенье», для этого вы просто просите ребёнка облизать варенье с губы.

2. По такому же принципу можно вызвать движения языка в стороны, если капнуть сиропом или вареньем в уголки губ.

3. Далее предложите ребёнку поиграть языком в «Качели», для этого можно смазать мёдом или вареньем нижнюю и верхнюю губы и попросить ребёнка «покачаться», то есть выполнять движения языком от нижней до верхней губы.

**Элементы массажа.**

Массаж благотворно влияет на кровообращение мышц; действуя на кожную поверхность, он оказывает положительное воздействие на центральную нервную систему. Уважаемые родители, помните, что логопедический массаж языка должен проводиться только специалистом. Но вы можете использовать некоторые приёмы массажа, которые будут приятны и полезны вашему ребёнку. Массаж следует проводить через день. Длительность каждого сеанса 3-5 минут.

Для проведения массажа можно использовать зубную щётку, леденец на палочке (чупа-чупс), ватную палочку. С помощью щетины зубной щётки выполняйте лёгкие растирающие движения по поверхности губ.

**Пальчиковая гимнастика**.

Многими исследователями доказана связь между развитием тонких движений пальцев рук и развитием речи ребёнка раннего возраста. Тренировка движений пальцев рук оказывает положительное влияние на развитие движений органов речи. Поэтому мы рекомендуем ежедневно выполнять пальчиковую гимнастику. Ежедневно проводите с ребёнком пальчиковую гимнастику продолжительностью 3–5 минут 2–3 раза в день.

Перед тем, как учить ребёнка выполнять какие-либо упражнения для пальцев рук, рекомендуем использовать такие приёмы:

1. Силач.

Для игры понадобятся резиновые игрушки. Предложите ребёнку сжимать игрушку сначала двумя руками, затем одной.

2. Шнуровки.

Шнуровки продаются готовые (деревянные и пластмассовые), в форме пуговиц, башмаков, домиков, животных.

3. Вытягивание лент.

Проделайте в крышке банки несколько отверстий. Положите в банку ленты или шнурки (разные по материалу и цвету), кончики протяните в отверстия. Ребёнок будет вытягивать эти ленты двумя или тремя пальцами.

4. Рисуем пальцами.

Сейчас в продаже можно встретить специальные краски для рисования пальцами. Можно использовать любые другие, главное, чтобы краски были нетоксичными и достаточно густыми.

5. Волшебный поднос.

На яркий поднос тонким слоем насыпьте манную крупу. Рисуйте вместе с ребёнком.

6. Разноцветные прищепки.

Вырежьте из картона простейшие формы. Возьмите одну прищепку тремя пальцами и покажите ребёнку, как её прицепить к картону. Далее ваш малыш будет выполнять упражнение самостоятельно.

Уважаемые родители, это комплекс приёмов, направленных на развитие движений артикуляционного аппарата как основу правильного звукопроизношения. Помните, что чем раньше вы начнете работу, тем быстрее появятся результаты. Именно в раннем возрасте легче предупредить отклонения в речи, чем исправлять их в более позднем времени. Соблюдая регулярность и систематичность занятий, вы сумеете подготовить артикуляционный аппарат в ребёнка к дальнейшему овладению звуками родного языка.