

АРТИКУЛЯЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА

1. «Улыбка» – губы растянуты до предела, видны два ряда зубов.
2. «Трубочка» – губы вытянуты вперед в виде хоботка.
3. «Улыбка» – «Трубочка».
4. Просунуть язык между зубами, пожевать его произнося слог -та- 5-6 раз.
5. Петь звук -и- и при его произнесении пожевать язык боковыми зубами.
6. «Иголочка»- напрячь мышцы языка, чтобы язык получился узким (удерживать 5-6 сек.);- язык вне ротовой полости.
7. «Лопаточка»- высунуть изо рта и удерживать в течении 5-6 секунд широкий, распластаный язык.
8. «Иголочка» – «Лопаточка».
9. Поднять кончик языка на верхнюю губу, опустить на нижнюю губу, под верхнюю губу, под нижнюю губу, за верхнюю губу, за нижнюю губу.
- 10.«Слизывание»- кончиком языка ребенок слизывает с верхней губы, затем с нижней, совершая круговые движения.
- 11.«Болтушка»- язык часто переключается с верхней губы на нижнюю.
- 12.«Посчитаем зубки»- кончиком языка дотронуться до верхних зубов поочередно, затем до нижних.
- 13.«Лакание»- язык совершает зачерпывающие движения.
- 14.«Чашечка»- поднятие кончика языка за верхние резцы, затем выполняется это упражнение вне ротовой полости (удерживать 5-6 сек.).
- 15.«Орешек»- кончик языка упирается во внутреннюю поверхность слизистой щеки, затем перемещается на другую сторону.
16. «Маляры»- кончиком языка прогладить небо от верхних резцов, вглубь ротовой полости до перехода твердого неба в мягкое, рот при этом открыт.
- 17.«Грибок»- язык всей своей массой присасывается к верхнему небу.
18. Поднять кончик языка на верхнюю губу, зафиксировать положение языка, опустить кончик языка на верхнюю губу, зафиксировать положение языка.
19. «Горка»- опустить кончик языка за нижние резцы так, чтобы язык принял положение горки (выполнять 5-6 раз).
20. Положить кончик на верхнюю губу и пощелкать с верхней губы; (аналогично на нижнюю).
21. Кончик языка положить за верхние резцы и пощелкать.
22. Высунуть язык и подуть на кончик языка.
23. Высунуть кончик языка и подуть на кончик языка (выполнять 4-5 раз).
- 24.«Трубочка»- боковые края языка приподняты и завернуты в трубочку, выдыхать по свернутому языку (выполнять 4-5 раз).

Все упражнения выполняются ежедневно перед зеркалом, сначала вместе с ребенком. Время занятия не более 10 минут.