





# Занимаемся артикуляционной гимнастикой вместе с малышом



## Рекомендации по проведению упражнений артикуляционной гимнастики

-  1. Проводить артикуляционную гимнастику нужно ежедневно, чтобы вырабатываемые у детей навыки закреплялись. Лучше выполнять упражнения 3-4 раза в день по 3-5 минут. Не следует предлагать детям более 2-3 упражнений за раз.
-  2. Каждое упражнение выполняется по 5-7 раз.
-  3. Статические упражнения выполняются по 10-15 секунд (удержание артикуляционной позы в одном положении).
-  4. Артикуляционную гимнастику выполняют сидя, так как в таком положении у ребенка прямая спина, тело не напряжено, руки и ноги находятся в спокойном положении.

# Упражнения для губ:



## «Трубочка»

- вытянуть сомкнутые губы вперед трубочкой (зубы тоже должны быть сомкнуты). Если у ребенка не получается это упражнение, пусть попробует дотянуться губами до конфеты или взять ее



## «Бублик»

- губы округлить (шепотом произнести звук о) и немного вытянуть вперед. Упражнение делается без напряжения, одними губами. Рот приоткрыт, нижняя челюсть не должна выдвигаться вперед.



## «Заборчик»

- улыбнуться без напряжения, обнажая передние верхние и нижние зубы. (Чтобы показать ребенку, как это сделать, надо про себя произнести звук и).



## «Лопаточка»

- широкий язык высунуть, расслабить, положить на нижнюю губу. Следить, чтобы язык не дрожал. Держать 10-15 секунд.



# Упражнения для языка:



## «Чашечка»

- широко открыть рот и положить широкий расслабленный язык на нижнюю губу. Приподнять края языка, не касаясь верхних зубов. Удерживать язык в таком положении 10-15 секунд.



## «Иголочка»

- рот открыть. Язык высунуть далеко вперед, напрячь его, сделать узким. Удерживать в таком положении 15 секунд.



## «Трубочка»

- высунуть широкий язык. Боковые края языка загнуть вверх. Подуть в получившуюся трубочку. Выполнять в медленном темпе 10-15 раз.



## «Часики»

- высунуть узкий язык. Тянуться языком попеременно то к правому уху, то к левому. Двигать языком из угла рта в медленном темпе под счет взрослого. Прodelать 15-20 раз.



## «Лошадка»

- присосать язык к нёбу, щелкнуть языком. Щелкать медленно, сильно. Тянуть подъязычную связку. Прodelать 10-15 раз.





## «Грибок»

- раскрыть рот. Присосать язык к нёбу. Не отрывая язык от нёба, сильно оттягивать вниз нижнюю челюсть. Прodelать 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 взрослого 10-15 раз.



## «Вкусное Варенье»

- высунуть широкий язык, облизать верхнюю губу и убрать язык вглубь рта. Повторить 15 раз.



## «Змейка»

- рот широко открыть. Язык сильно высунуть вперед, напрячь, сделать узким. Узкий язык максимально выдвигать вперед и убирать в глубь рта. Двигать языком в медленном темпе 15 раз.



## «Маляр»

- высунуть язык, рот приоткрыть. Облизать сначала верхнюю, затем нижнюю губу по кругу. Прodelать 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. Прodelать 15 раз.

# Удачи!!!

Другие упражнения на сайте <http://tenoten-deti.ru>