Артикуляционная гимнастика

СТАТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

1. «Улыбка». («Лягушка улыбается») Губы растянуты в улыбке, видны сомкнутые зубы. Удерживать губы в таком положении следует 10 – 15 секунд.

2. «Трубочка». Губы сомкнуты и вытянуты в виде трубочки вперед. Удерживать губы в таком положении следует 10 – 15 секунд.

3. «Хоботок». Губы плотно сомкнуты и с напряжением вытянуты вперёд как можно дальше. Удерживать губы в таком положении следует 10 секунд.

4. «Лопатка». Расслабленный широкий кончик языка положить на нижнюю губу и удерживать на счет от 1 до 10. Верхняя губа приподнята, не касается поверхности языка.

5. «Иголочка». Узкий кончик языка высунуть изо рта, не касаясь им губ. Удерживать его в таком положении на счёт от 1 до 10.

6. «Сердитая кошечка». («Горка») Рот приоткрыт, кончик языка упирается в нижние передние зубы, спинка языка приподнята, а боковые края прижаты к верхним коренным зубам. Удерживать язык в таком положении на счёт от 1 до 10.

7. «Желобок». Высунуть широкий язык изо рта, его боковые края загнуть вверх. Плавно дуть на кончик языка. Выполнять 3 –4 раза по 5 – 7 секунд.

8. «Парус». Рот широко раскрыть, широкий кончик языка поставить за передние верхние зубы на бугорки, спинку немного прогнуть вперёд, боковые края прижать к верхним коренным зубам. Удерживать язык в таком положении на счёт от 1 до 10. Выполнять 2 – 3 раза.

9. «Чашечка». Рот широко раскрыть, широкий кончик языка приподнять, подтянуть его к верхним зубам (но не касаться их), боковые края языка прикасаются к верхним коренным зубам. Удерживать язык в таком положении на счёт от 1 до 10. Выполнять 3 – 4 раза.

10. «Заборчик». Зубы плотно сжаты, губы в положении улыбки. Выполнять 5 – 6 раз по 10 – 15 секунд.

ДИНАМИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ.

11. «Змейка». Рот открыт. Язык высунуть вперёд как можно дальше, напрячь и сделать узким. Узкий язык максимально выдвигать и убирать вглубь рта. Движения производятся в медленном темпе, 5 – 6 раз.

12. «Лошадка». Присосать кончик языка к нёбу. Пощёлкивание производится с изменением темпа (медленно – быстрее – очень быстро). Выполнять 10 – 15 раз.

13.«Грибок». Широко открыть рот. «Присосать» поверхность языка к нёбу, при этом сильно оттянуть вниз нижнюю челюсть. Вып. 5 – 6 раз.

14.«Маляр». Широко открыть рот. Широким кончиком языка проводить по нёбу от верхних зубов до маленького язычка и обратно. Выполнять в медленном темпе 5 – 6 раз.

15.«Дятел». Широко открыть рот. Языком с силой ударять в бугорки за верхними зубами. При этом ребенок произносит звук «д», подражая дятлу: д-д-д-д-д (15 – 20 секунд).

16. «Утюжок». Рот чуть приоткрыт. Широким кончиком языка надо поглаживать бугорки за верхними зубами: назад – вперёд. 20 – 25 раз.

17. «Прогони комарика». Верхняя и нижняя губы прикасаются к высунутому кончику языка. Сильная воздушная струя, направленная на кончик языка, приводит его в движение – язык дрожит.

18. «Покусывание кончика языка». («Накажем непослушный язычок») Губы в положении улыбки. Покусывание кончика языка производится 8 – 10 раз. ТА-ТА-ТА

19. «Катание шарика». («Ёжик бежит») Губы сомкнуты, язык делает круговые движения (как бы вокруг губ) с внутренней стороны рта. Сначала по часовой стрелке (5 – 6 кругов); затем против часовой стрелки (5 – 6 кругов). Скорость движения языка можно менять.

20. «Часики». Рот приоткрыт. «Узкий» язык движется от одного уголка рта к другому, стараясь не касаться губ. Упражнение проводится в медленном темпе под счёт педагога или сопровождается словами: тик-так, тик-так, тик-так. Время выполнения - 20 секунд.

21. «Вкусное варенье». Широким кончиком языка обнять верхнюю губу и убрать язык в полость рта. Рот при этом не закрывать. Выполнять 5 – 6 раз.

22. «Настроение». Губы растянуты в улыбке, зубы заборчиком (хорошее настроение). Затем губы складываются трубочкой, зубы в прежнем положении. Мимика помогает ребенку принять рассерженный вид. Выполнять 5 раз (в конце обязательно улыбнуться)