

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.
2. Каждое упражнение выполняется по 5-7 раз.
3. Статические упражнения выполняются по 10-15 секунд (удержание артикуляционной позы в одном положении).
4. При отборе упражнений для артикуляционной гимнастики надо соблюдать определенную последовательность, идти от простых упражнений к более сложным. Проводить их лучше эмоционально, в игровой форме.

Выполняем за один раз любые 5 упражнений.

«Заборчик»: улыбнуться, показать верхние и нижние зубки. Удерживать в таком положении под счет до 5.



«Бегемотики»: широко раскрыть рот. Удерживать в таком положении под счет до 5. Повторить упражнение несколько раз.



«Иголочка»: узкий, напряженный язык высунуть как можно дальше. Удерживать в таком положении под счет до 5.



«Блинчик»: широкий расслабленный язык положить на нижнюю губу. Удерживать в таком положении под счет от 5 до 10. Повторить несколько раз.



«Расческа»: губы в улыбке, зубы видны. Язык прикусить зубами. Двигать языком вперед – назад, не разжимая зубов. Повторить 5-10 раз



«Часики»: рот приоткрыть, перемещать кончик языка из правого угла рта в левый. Повторить 5-10 раз.



«Качели»: открыть рот. Попеременно поднимать и опускать кончик языка то на верхнюю, то на нижнюю губу. Повторить 5-10 раз.



«Киска»: открыть рот. Кончик языка упирается в нижние зубы, а спинка языка касается верхних зубов. Удерживать в таком положении под счет от 5 до 10.



«Чистим зубки»: открыть рот. Кончиком языка «чистим» сначала верхние зубы, затем нижние. Повторить несколько раз.



«Маляр»: открыть рот. Кончиком языка проводим по небу от верхних зубов к горлу. «Красим потолок», не торопиться. Повторить несколько раз.



«Вкусное варенье»: открыть рот. Широким языком «слизывать» варенье с верхней губы. Повторить несколько раз.



«Чашка»: открыть рот. Язык широкий. Тянемся боковыми краями и кончиком языка к верхним зубам, но не касаемся их. Язык в форме «чашечки». Удерживать в таком положении под счет от 10 до 15.



«Грибок»: открыть рот. Широкий язык всей плоскостью присосать к небу. Язык будет напоминать тонкую шляпку, а связка – ножку гриба. Удерживать в таком положении под счет от 10 до 15.



«Дятел»: рот открыть, показать зубы. Кончиком языка энергично стучать за верхними зубами: Д-Д-Д-Д-Д. Рот не прикрывать. Выполнять 10-15 секунд. Повторить несколько раз.



«Мотор»: губы в улыбке. Рот открыт. Язык стучит кончиком в верхние зубы со звуком д-д-д. Темп очень быстрый. В это время соской или концом зубной щетки быстро проводим под языком слева направо. Слышится звук р-р-р.

