

Артикуляционная гимнастика

Комплекс артикуляционной гимнастики (Вы выполнять каждый день не менее 10 мин. перед зеркалом)

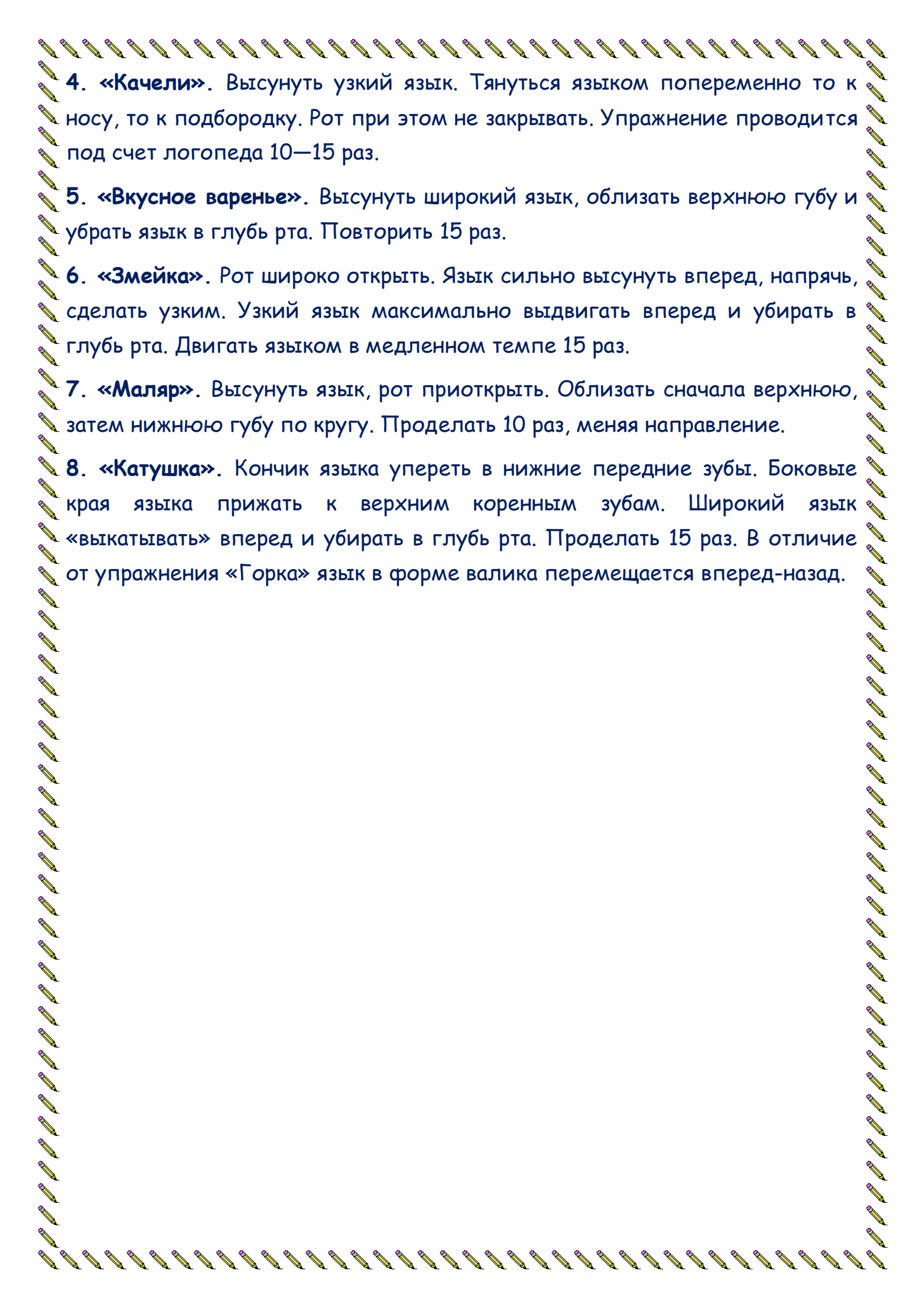
Статические подготовительные упражнения

1. «Лопаточка» («Блинчик»). Широкий язык высунуть, расслабить, положить на нижнюю губу. Следить, чтобы язык не дрожал. Держать 10-15 с.
2. «Чашечка». Рот широко раскрыть. Широкий язык поднять кверху. Потянуться к верхним зубам, но не касаться их. Удерживать язык в таком положении 10—15 с.
3. «Иголочка». Рот открыть. Язык высунуть далеко вперед, на прячь его, сделать узким. Удерживать в таком положении 15 с.
4. «Горка». Рот приоткрыть. Боковые края языка прижать к верхним коренным зубам. Кончик языка упереть в нижние передние зубы. Удерживать в таком положении 15 с.
5. «Трубочка». Высунуть широкий язык. Боковые края языка загнуть вверх. Подуть в получившуюся трубочку. Выполнять в медленном темпе 10—15 раз.

Каждое из перечисленных упражнений выполняется четко, медленно по 8—10 раз.

Динамические подготовительные упражнения

1. «Часики». Высунуть узкий язык. Тянуться языком попеременно, то к правому уху, то к левому. Двигать языком из угла рта в медленном темпе под счет логопеда. Прodelать 15—20 раз
2. «Лошадка». Присосать язык к нёбу, щелкнуть языком. Щелкать медленно, сильно. Тянуть подъязычную связку. Прodelать 10—15 раз
3. «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.



4. «Качели». Высунуть узкий язык. Тянуться языком попеременно то к носу, то к подбородку. Рот при этом не закрывать. Упражнение проводится под счет логопеда 10—15 раз.

5. «Вкусное варенье». Высунуть широкий язык, облизать верхнюю губу и убрать язык в глубь рта. Повторить 15 раз.

6. «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.

7. «Маляр». Высунуть язык, рот приоткрыть. Облизать сначала верхнюю, затем нижнюю губу по кругу. Прodelать 10 раз, меняя направление.

8. «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. В отличие от упражнения «Горка» язык в форме валика перемещается вперед-назад.