Регулярное выполнение гимнастики поможет:  
• улучшить кровоснабжение артикуляционных органов;  
• улучшить подвижность артикуляционных органов;  
• укрепить мышечную систему языка, губ, щёк;  
• научить ребёнка удерживать определённую артикуляционную позу;  
• увеличить амплитуду движений;  
• уменьшить напряжённость артикуляционных органов;  
• подготовить артикуляционный аппарат ребёнка к правильному произношению звуков.  
  
Основной комплекс артикуляционной гимнастики:  
1. «Лягушка». («Заборчик») Улыбнуться, с напряжением обнажив сомкнутые зубы. Удерживать данное положение на счет до пяти. Прикус должен быть естественным, нижняя челюсть не должна выдвигаться вперед.  
Вот понравится лягушкам,  
Тянем губы прямо к ушкам.  
Потяну, перестану  
И нисколько не устану.  
  
2. «Хоботок». Губы и зубы сомкнуты. С напряжением вытянуть губы вперед трубочкой. Удерживать их в таком положении на счет до пяти.  
Подражаю я слону.  
Губы хоботком тяну.  
А теперь их отпускаю  
И на место возвращаю.  
  
3. «Лягушка»-«Хоботок». На счет «раз-два» чередовать упражнение «Лягушка» и упражнение «Хоботок».  
Свои губы прямо к ушкам  
Растяну я как лягушка.  
А теперь слоненок я,  
Хоботок есть у меня.  
  
4. «Окошко». На счет «раз» широко открыть рот (окошко открыто), на счет «два» закрыть рот (окошко закрыто).  
  
5. «Лопаточка». Улыбнуться, открыть рот. Положить широкий язык на нижнюю губу. Удерживать в спокойном состоянии на счет до пяти. В этом упражнении важно следить, чтобы нижняя губа не напрягалась и не натягивалась на нижние зубы.  
Язык лопаткой положи  
И под счет его держи:  
Раз, два, три, четыре, пять!  
Язык надо расслаблять!  
  
6. «Трубочка». Открыть рот, свернуть язык трубочкой. Длительно подуть в эту трубочку.  
Язык сложим в трубочку —  
На дудочку похоже.  
Подудеть на дудочку  
Без дудочки мы можем.  
  
7. «Накажем непослушный язычок». Губы в улыбке. Легко покусывать язык по всей длине от кончика до корня, попеременно высовывая и снова втягивая.  
  
8. «Толстячок».  
• Надувание обеих щек одновременно.  
• Надувание правой и левой щек попеременно (перегонка воздуха из одной щеки в другую).  
  
9. «Худышка». Втягивание щек в ротовую полость при опущенной нижней челюсти и сомкнутых губах.  
  
10. «Часики». Улыбнуться, открыть рот. Кончик языка переводить на счет «раз-два» из одного уголка рта в другой. Нижняя челюсть при этом остается неподвижной.  
Наш веселый язычок  
Повернулся на бочок.  
Смотрит влево, смотрит вправо.  
  
11. «Качели». Улыбнуться, открыть рот. На счет «раз-два» поочередно упираться языком то в верхние, то в нижние зубы. Нижняя челюсть при этом неподвижна.  
На качелях я качаюсь  
Вверх-вниз, вверх-вниз.  
Я все выше поднимаюсь,  
А потом — вниз.  
  
Желаем Вам успехов в занятиях, радости в общении!  
  
Не откладывайте на завтра то, что можно сделать сегодня! Терпения вам и успехов!

****

Рекомендации для родителей

по проведению артикуляционной

гимнастики



Учитель-логопед: Блохина Светлана Владимировна