

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. «Голстячок».

• 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