

# Артикуляционная ГИМНАСТИКА

• Мастер-класс для родителей •



# Артикуляционные упражнения



## СТАТИЧЕСКИЕ

Умение удерживать определенную позу в течение 7-10 секунд

## ДИНАМИЧЕСКИЕ

Умение правильно производить движения мышцами языка, губ, щек



# «КОНФЕТКА»

Рот закрыть, кончик языка с напряжением упирать то в одну, то в другую щёку так, чтобы под щекой появилась «твердая конфетка».



# «ЁЖИК»

Рот закрыт. Язык движется с внутренней стороны, плавно очерчивая кончиком языка круг ( правая щека- под верхней губой, левая щека- под нижней губой).  
Затем язык двигается в обратном направлении. Так "нарисовать" по 5- 6 кругов в одну и другую стороны.



## «Окошечко»

Широко открыть рот, язык спокойно лежит на дне ротовой полости.  
Удерживать данный артикуляционный уклад под счет взрослого от 1 до 10.



# «ЗАБОРЧИК»

Улыбнуться, обнажив верхние и нижние сомкнутые зубки.



# «СЛОНИК»

Губы и зубы сомкнуты. С напряжением вытянуть губы вперед трубочкой.  
Удерживать их в таком положении на счет до пяти.



# «КИСКА СЕРДИТСЯ»

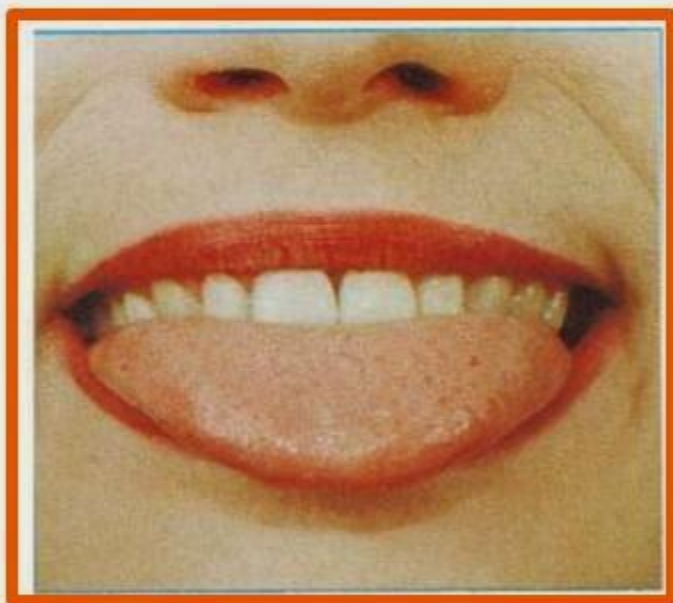
Улыбнуться, открыть рот. Кончиком языка упереться в нижние зубы. На счет «раз»- выгнуть язык горкой, упираясь кончиком языка в нижние зубы. Данный артикуляционный уклад удерживать под счет от 1 до 10.





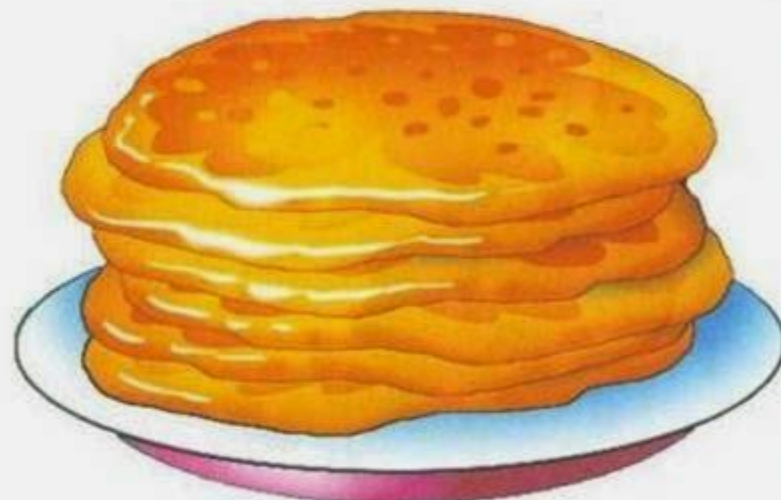
# «НАКАЖЕМ НЕПОСЛУШНЫЙ ЯЗЫЧОК»

Улыбнуться, открыть рот, покусать язык зубами та-та-та...; пошлёпать язык губами пя-пя-пя...; закусить язык зубами и продвигать его сквозь зубы с усилием вперед-назад.



# «БЛИНЧИК»

Улыбнуться, открыть рот. Положить широкий язык на нижнюю губу. Удерживать в спокойном состоянии под счет от 1 до пяти (десяти). В этом упражнении важно следить, чтобы нижняя губа не напрягалась и не натягивалась на нижние зубы.



# «ВКУСНОЕ ВАРЕНЬЕ»

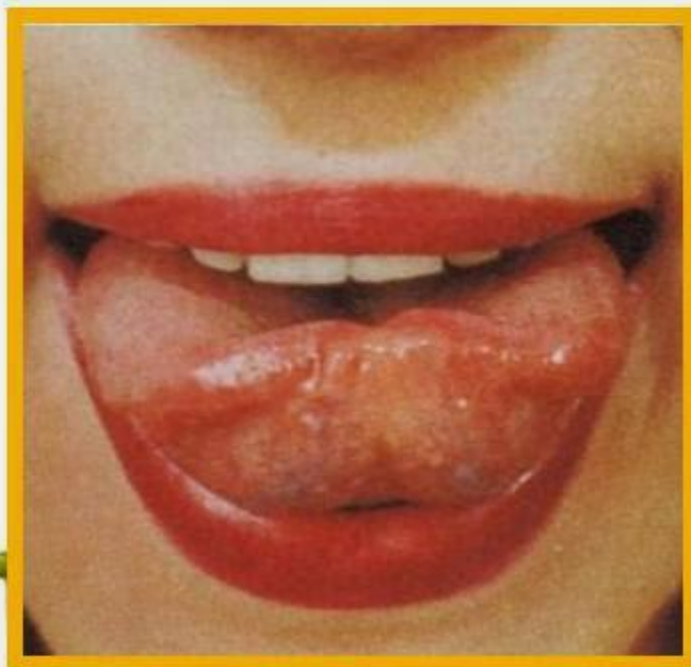
Улыбнуться, открыть рот. Языком в форме чашечки облизывать верхнюю губу сверху-вниз(можно помазать ее вареньем).

Выполняем упражнение под счет от 1 до 5 ( далее до 10).



# «ЧАШЕЧКА»

Улыбнуться, открыть рот, положить широкий язык на нижнюю губу, боковые края языка загнуть в форме чашечки. Удерживать на счет до пяти. Нижняя губа не должна обтягивать нижние зубы.



# «ПАРУС»

Улыбнуться, широко открыть рот, кончик языка поднять и поставить на бугорки (альвеолы) за верхними зубами. Удерживать язык в таком положении под счёт до пяти, потом до десяти. Опустить язык и повторить упражнение 2-3 раза.



# «ЧИСТИМ ЗУБКИ»

Улыбнуться, приоткрыть рот. Кончиком языка «почистить» нижние, затем верхние зубы с внутренней стороны, делая движения языком вправо - влево. Нижняя челюсть при этом не двигается.



# «КАЧЕЛИ»

Улыбнуться, открыть рот. На счет 1-2 поочередно упираться языком то в верхние, то в нижние зубы. Нижняя челюсть при этом неподвижна.



# «МАЛЯР»

Улыбнуться, открыть рот. Широким кончиком языка погладить небо от зубов к горлу.

Нижняя челюсть не должна двигаться.





# «ЛОШАДКА»

Улыбнуться, открыть рот. Широким язычком пощелкать, громко и энергично,  
как лошадка скачет.

Следить, чтобы нижняя челюсть была неподвижна, «прыгал» только язычок.



# «ГРИБОК»

Улыбнуться, открыть рот. Присосать широкий язычок к небу. Это шляпка гриба, а подъязычная связка- ножка.

Если ребенку не удастся присосать язык, то можно пощелкать им, как в упражнении «Лошадка». В пощелкивании улавливается нужное движение языка.

