

Артикуляционная гимнастика.

Статические упражнения

Каждое упражнение выполняется четко, медленно, по 8-10 раз.

• ЛОПАТОЧКА

Широкий язык высунуть, расслабить, положить на нижнюю губу. Следить, чтобы язык не дрожал. Держать 10-15 секунд.

• ЧАШЕЧКА

Рот широко раскрыть. Широкий язык поднять. Потянуться к верхним зубам, но не касаться их. Удерживать язык в таком положении 10-15 секунд.

• ИГОЛОЧКА

Рот открыть. Язык высунуть далеко вперед, напрячь его, сделать узким.

Удерживать в таком положении 15 секунд.

• ГОРКА

Рот приоткрыть. Боковые края языка прижать к верхним коренным зубам.

Кончик языка упереть в нижние передние зубы. Удерживать в таком положении 15 секунд.

• ТРУБОЧКА

Высунуть широкий язык. Боковые края языка загнуть вверх. Подуть в получившуюся трубочку. Выполнить в медленном темпе 10-15 раз.

Динамические упражнения

• ЧАСИКИ

Высунуть узкий язык. Тянуться языком попеременно то к правому уху, то к левому. Двигать языком из угла рта в медленном темпе под счет. Прodelать 15 – 20 раз.

• ЛОШАДКА

Присосать язык к небу, щелкнуть языком. Щелкать медленно, сильно. Тянуть подъязычную связку. Прodelать 10-15 раз.

• ГРИБОК

Раскрыть рот. Присосать язык к небу. Не отрывая язык от неба, сильно оттягивать вниз нижнюю челюсть. Прodelать 15 раз. В отличие от упражнения «Лошадка» язык не должен отрываться от неба.

• КАЧЕЛИ

Высунуть узкий язык. Тянуться языком попеременно то к носу, то к подбородку.

Рот при этом не закрывать. Упражнение выполняется на счет 10-15 раз.

• ВКУСНОЕ ВАРЕНЬЕ

Высунуть широкий язык, облизать верхнюю губу и убрать язык вглубь рта.

Повторить 15 раз.

• ЗМЕЙКА

Рот широко открыть. Язык сильно высунуть вперед, напрячь, сделать узким.

Узкий язык максимально выдвигать вперед и убирать вглубь рта. Двигать языком в медленном темпе 15 раз.

• БАРАБАНИЩИКИ

Улыбнуться, открыть рот и постучать кончиком языка за верхними зубами, многократно и отчетливо произнося «д-д-д». Сначала звук «д» произносить медленно. Постепенно убыстрять темп.

Комплекс упражнений для губ

1. Улыбочка (Улыбаясь удерживать губы, так чтобы зубов не было видно).
2. Трубочка из губ (Вытяните губы, вперед имитируя трубочку).
3. Бублик (Сомкните зубы. Округлите губы, едва вытянув их вперед. Резцы нижние и верхние видны).
4. Чередование упражнений: Улыбочка — Трубочка.