



АРТИКУЛЯЦИОННАЯ

ГИМНАСТИКА



Рыбка разговаривает

1. Хлопать губами друг о друга (произносится глухой звук).
2. Сжать большим пальцем и указательными пальцами одной руки верхнюю губу за носогубную складку и двумя пальцами другой руки нижнюю губу и растягивать их вверх-вниз.
3. Щеки сильно втянуть внутрь, а потом резко открыть рот. Необходимо добиться, чтобы при выполнении этого упражнения, раздавался характерный звук "поцелуя".



Самовар (Паровозик)

Сжать губы, надуть щеки, удержать воздух 2-3 секунды и выпустить через губы, произнося: «Пых!»



Самосвал

Рот открыт. Губы в улыбке. Боковые края языка упираются в боковые верхние зубы почти до клыков. Широкий кончик языка поднимать и опускать, касаясь им верхней и нижней десны, за зубами. Следить, чтобы нижняя челюсть и губы были неподвижны.



Сердитый лев

Челюсть опускается вниз с максимальным вытягиванием языка к подбородку и мысленным произнесением звуков а или э на твердой атаке, сложнее - с шепотным произнесением этих звуков.



Силач

1. Рот открыт. Представить, что на подбородке повешен груз, который надо поднять вверх, поднимая при этом подбородок и напрягая мускулы под ним. Постепенно закрыть рот. Расслабиться.
2. Поставить руки на стол, сложить ладони одна на другую, опереться подбородком в ладони. Открывая рот, давить подбородком на сопротивляющиеся ладони. Расслабиться.
3. Опустить челюсть вниз с преодолением сопротивления (взрослый держит руку под челюстью ребенка).
4. Открывать рот с откидыванием головы назад с преодолением сопротивления руки взрослого, лежащей на затылке ребенка.



Призрак

Рот широко открыт, губы втягиваются внутрь рта, плотно прижимаясь к зубам.



Прогони комарика

Цель. Учить вызывать самостоятельное дрожание кончика языка под действием сильной воздушной струи.

Верхняя и нижняя губы прикасаются к высунутому кончику языка. Сильная воздушная струя, направленная на кончик языка, приводит его в движение – язык дрожит.



Птенчик

1. Рот широко открыт, язык спокойно лежит в ротовой полости.

2. Широко открывать и закрывать рот, так чтобы тянулись уголки губ. Челюсть опускается примерно на расстояние ширины двух пальцев. Язычок - "птенчик" - сидит в гнездышке и не высовывается. Упражнение выполняется ритмично.



Пятачок

Вытянутые трубочкой губы двигать вправо-влево, вращать по кругу.



Расческа

Улыбнуться, закусить язык зубами. Протаскивать язык между зубами вперед-назад, как бы «причёсывая» его.



Рупор (Бублик)

Зубы сомкнуты. Губы округлены и чуть вытянуты вперед. Верхние и нижние резцы видны. Удерживать в таком положении под счёт от 1 до 10.

	<p>Слоник (Дудочка, Трубочка, Хобот)</p> <p>Вытянуть сомкнутые губы вперёд «трубочкой». Удерживать их в таком положении под счёт от 1 до 5-10.</p>
	<p>Ступеньки</p> <p>Улыбнуться, открыть рот, установить язык в форме чашечки на верхней губе, затем перевести «чашечку» на верхние зубы, а затем за верхние зубы. Удерживать в каждом положении 3—5 секунд.</p>
	<p>Теплый ветерок</p> <p>Улыбнуться, открыть рот, установить язык в форме чашечки на верхней губе. Убрать язык за верхние зубы и образовать щель с альвеолами. Подуть на широкий язык, губы в улыбке.</p>
	<p>Толстячок - Худышка</p> <p>Ребёнок поочерёдно надувает и втягивает щёки в спокойном темпе, удерживая их в каждом положении 3-5 секунд.</p>
	<p>Трактор</p> <p>Воспроизведение звука мотора трактора. Энергично произносить «д-т-д-т», меняя громкость и длительность (произнесение этих звуков укрепляет мышцы языка).</p>
	<p>Трубочка (Дудочка, Хобот)</p> <p>Вытянуть сомкнутые губы вперёд «трубочкой». Удерживать их в таком положении под счёт от 1 до 5-10.</p>
	<p>Улыбка</p> <p>Улыбнуться без напряжения, губы плотно сомкнуты. Удерживать губы в таком положении под счёт от 1 до 5-10.</p>
	<p>Уточка</p> <p>Вытянуть губы, сжать их так, чтобы большие пальцы были под нижней губой, а все остальные на верхней губе, и вытягивать губы вперёд как можно сильнее, массируя их и стремясь изобразить клюв уточки.</p>



Насос

Предложить ребенку длительно произнести звук «с»: с-с-с. Обратить его внимание, что при произнесении звука язык находится за нижними зубами, губы в улыбке, выдыхаемая струя воздуха холодная.



Настроение

Губы растянуты в улыбке, зубы заборчиком (хорошее настроение). Затем губы складываются трубочкой, зубы в прежнем положении. Мимика помогает ребенку принять рассерженный вид. Выполнять 5 раз (в конце обязательно улыбнуться).



Не разбей чашечку

Придать языку форму чашечки и двигать его: выдвигать вперед и убирать обратно в рот. Удерживать язык снаружи и внутри по 3-5 секунд, не разрушая «чашечки».



Недовольная лошадка

Поток выдыхаемого воздуха легко и активно посылат к губам, пока они не станут вибрировать. Получается звук, похожий на фыркание лошади.



Обезьянка

Чуть приоткрыть рот и поместить язык между нижней губой и нижними зубами. Удерживать его в таком положении не менее 5 секунд.



Окно

Из положения «Забор» медленно открывать рот, зубы видны. Удерживать до 5 секунд.



Орешки

При закрытом ротике упираем напряженный кончик языка то в левую, то в правую щеку. Выполняем 6-8 раз. Затем даем ребенку время для отдыха и расслабления, предлагаем сглотнуть слюну. Повторяем упражнение 3-4 раза.

	<p>Бублик (Рупор)</p> <p>Губы округлить (шепотом произнести звук «о») и немного вытянуть вперед. Упражнение делается без напряжения, одними губами. Рот приоткрыт, нижняя челюсть не должна выдвигаться вперед.</p>
	<p>Бульдог</p> <p>Чуть приоткрыть рот и поместить язык между верхней губой и верхними зубами. Удерживать язык в таком положении не менее 5 секунд.</p>
	<p>Вагончик (Автомат)</p> <p>Улыбнуться, приоткрыть рот, стучать кончиком языка по нёбу за верхними зубами, произносить «Т-Т-Т-Т...». Выполнять упражнение в течение 10– 15 сек.</p>
	<p>Ветерок дует с горки</p> <p>Улыбнуться, приоткрыть рот. Установить язык «горкой», а затем спокойно плавно подуть по середине языка. Воздух должен быть холодным.</p>
	<p>Вкусное варенье</p> <p>Улыбнуться, открыть рот и языком в форме чашечки облизывать губу, делая движения сверху вниз. Можно продолжить движение и убрать язык в рот, не разрушая «чашечки».</p>
	<p>Гармошка</p> <p>Улыбнуться, приоткрыть рот, присосать язык к нёбу, открывать и закрывать рот (как растягиваются меха гармошки). При этом растягивается подъязычная связка. Постепенно надо раскрывать рот всё шире и дольше удерживать язык в верхнем положении.</p>
	<p>Горка (Мост)</p> <p>Улыбнуться, приоткрыть рот, кончик языка поставить за нижние зубы, широкий язык установить «горкой». Удерживать в таком положении под счёт от 1 до 5-10.</p>

	<p>Парашют (Фокус)</p> <p>На кончик носа положить ватку, широким языком в форме "чашечки", прижатым к верхней губе, сдуть ватку с носа вверх</p>
	<p>Паровозик (Самовар)</p> <p>Сжать губы, надуть щёки, удержать воздух 2-3 секунды и выпустить через губы, произнося: «Пых!»</p>
	<p>Пароход гудит</p> <p>Слегка улыбнуться, высунуть язык, зажать его зубами и петь звук «ы»: «ы-ы-ы» («пароход гудит»).</p>
	<p>Парус</p> <p>Улыбнуться, широко открыть рот, поставить язык за верхние зубы так, чтобы кончик языка крепко упирался в зубы. Удерживать 5-10 секунд.</p>
	<p>Песенка змейки</p> <p>Предложить ребенку длительно произнести звук «ш»: ш-ш-ш-ш. Передний край языка находится за верхними зубами, губы округлены, выдыхаемая струя воздуха теплая.</p>
	<p>Песенка парохода</p> <p>Губы в улыбке. Язык между зубами: ла-ла-ла-...</p>
	<p>Поймай мышку</p> <p>Губы в улыбке, приоткрыть рот произнести "а-а" и прикусить широкий кончик языка (поймали мышку за хвостик).</p>
	<p>Половичок (Лопата)</p> <p>Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий язык на нижнюю губу. Удерживать его в таком положении на счет от 1 до 5-10.</p>

	<p>Утюжок</p> <p>Рот чуть приоткрыт. Широким кончиком языка надо поглаживать бугорки за верхними зубами: назад – вперед. Выполнять 20-25 раз.</p>
	<p>Фокус (Дуем с чашечки)</p> <p>Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий передний край языка на верхнюю губу так, чтобы боковые края его были прижаты, а посередине был небольшой желобок. Затем плавно подуть вверх, на нос.</p>
	<p>Футбол (Загоним мяч в ворота)</p> <p>Вытянуть губы вперед «трубочкой» и длительно подуть на шарик (лежит на столе перед ребёнком), загоняя его между двумя кубиками.</p> <p>Варианты зависят от вашей фантазии. Можно предложить ребёнку подуть на вертушку, мелкие игрушки, которые легко катятся по столу, ватку (сдуть с ладонки). Направленная воздушная струя хорошо вырабатывается, если предложить ребёнку подуть в небольшую чистую бутылочку (из-под капель). При точном попадании воздушной струи в бутылочку раздаётся своеобразный гудящий или свистящий звук («гудит пароход»). Это очень нравится детям.</p>
	<p>Холодный ветер (Песенка ветра)</p> <p>Из положения «Мост» вернуться в положение «Забор». Подуть на язык 3-4 раза, звук <i>с-с-с-с-...</i></p>
	<p>Хомячок</p> <p>Предлагаем малышу надуть щеки при закрытом рте и подержать в таком положении 3—5 секунд, а потом выдохнуть, расслабиться, сглотнуть слюну. Повторяем упражнение 3—4 раза.</p>
	<p>Цветы</p> <p>Вдох через нос - «нюхать цветок», на выдохе произнести: «Ах, как пахнет!»</p> <p>Повторить 2-3 раза.</p>



Часики (Маятник)

Улыбнуться, приоткрыть рот, высунуть язык как можно дальше и производить им плавные движения от одного уголка рта к другому. Прodelать упражнение 10-15 раз.



Чашечка

Улыбнуться, открыть рот и установить язык наверху в форме чашечки.



Чистим зубы (снаружи)

Улыбнуться, показать зубы, широким языком медленно провести с наружной стороны зубов, имитируя чистящее движение. Так же «чистим» наружную сторону нижних зубов.

Чистим нижние зубы (внутри)

Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот и кончиком языка «почистить» нижние зубы с внутренней стороны.

Чистим верхние зубы (внутри)

Улыбнуться, открыть рот и широким языком «почистить» верхние зубы с внутренней стороны, делая движения из стороны в сторону.



Шарики

Ребёнок в спокойном темпе поочерёдно надувает правую и левую щёки, как бы перегоняя воздух из одной щеки в другую.



Шарик лопнул

Предложить ребенку длительно произнести звук «ш»: ш-ш-ш-ш. Передний край языка находится за верхними зубами, губы округлены, выдыхаемая струя воздуха теплая.



Шторки

1. Рот приоткрыт, нижняя губа закрывает нижние зубы, а верхняя приподнимается, открывает верхние зубы. Затем положение губ меняется: нижняя губа опускается, открывая нижние зубы, а верхняя губа опускается, закрывая верхние зубы. Выполнять 5-6 раз.

2. Зубы почти сомкнуты. Губы принимают положение окошечка. Удерживать их в таком положении 5—10 секунд.



Автомат (Вагончик)

Улыбнуться, приоткрыть рот, стучать кончиком языка по нёбу за верхними зубами, произносить «т-т-т-т-т...».

Выполнять упражнение в течение 10–15 сек.



Акула

На счет "один" челюсть опускается,

на "два" - челюсть двигается вправо (рот раскрыт),

на счет "три" - челюсть опущена на место,

на "четыре" - челюсть двигается влево,

на "пять" - челюсть опущена,

на "шесть" - челюсть выдвигается вперед,

на "семь" - подбородок в обычном удобном положении, губы сомкнуты.

Делать упражнение нужно медленно и осторожно, избегая резких движений.



Барабанщик

Улыбнуться, открыть рот и постучать кончиком языка за верхними зубами, звонко, отчётливо и многократно повторяя: «д-д-д». Темп убыстряется постепенно. Варианты:

1. Стучим кончиком языка за верхними зубами, произносим: «дын-дын-дын» («звончек»).

2. Стучим и произносим: «т-д-т-д» («скачет лошадка»).

3. Многократно произносим: «а-д-д-д-д», «а-д-д-д-д» («песенка»).



Бегемотик

Рот широко раскрыть. Вдох через рот: имитация зевоты. Затем плотно сжать губы. Повторяем упражнение 3-5 раз. Даем ребенку время для отдыха и расслабления. Предлагаем сглотнуть слюну. Вновь повторяем упражнение 3-4 раза.



Блинчик (Лопаточка)

Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий передний край языка на нижнюю губу. Удерживать язык в таком положении под счёт от 1 до 10.