

19. «Катушка» 27
улыбнуться, открыть рот. Кончик языка упирается в нижние зубы с внутренней стороны («горка»). Широкий язык «выкатывать» впереди убирать вглубь рта (качать горку). Повторить 8-10 раз в спокойном темпе.

20. «Чашечка»
Улыбнуться, открыть рот и установить язык наверху в форме чашечки. Удерживать в положении «чашечка» в течении 7-10 секунд.

21. «Вкусное варенье».
Улыбнуться, открыть рот в форме «чашечки» облизать верхнюю губу. Движения направлены сверху вниз. Нужно следить за тем, чтобы нижняя челюсть во время этого упражнения неподвижна.

22. «Фокус».
Поднять язык в положение «чашечка» и плавно подуть на кончик носа. Можно на кончик носа положить кусочек ваты. Во время дутья кусочек ваты улетит.

23. «Не разбей чашечку».
Придать языку форму «чашечки» и двигать его вперед и назад сохраняя форму «чашечки».

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

25. «Маляр».
Улыбнуться, открыть рот и «покрасить» кончиком языка твердое небо («потолок») делая движения языком вперед-назад, поглаживая небо.

26. «Барabanщик».
Улыбнуться, открыть рот, поставить язычок за верхние зубы, звонко, многократно повторять: «Д-Д-Д...». темп постепенно убыстрять, зубы не сближать.



«Лошадка». Улыбнуться, широко открыть рот, пощелкать кончиком языка наверху. Ускоряем темп. Следить за тем, чтобы нижняя челюсть не двигалась.

28. «Грибок».
Улыбнуться, присосать язык к небу, чтобы подъязычная связка натянулась. Удерживать язык в таком положении язык в течении 10-15 сек.

Упражнение направлено на растягивание подъязычной уздечки.

29. «Гармошка».
Выполнять это упражнение после того, как удастся удержать язык в положении «грибок». В положении «Грибок» открывать и закрывать рот.

30. «Кучер».
Сомкнуть губы и сильно подуть через них. Губы вибрируют, и слышится звук «тпру».

31. «Иголочка».
Открыть рот и высунуть язык как можно дальше, напрячь его, сделать узким и удерживать в таком положении под счет до 10.

32. «Маятник»
Язык выдвинуть изо рта в положение «Иголочка» и подвигать им из стороны в сторону с большой амплитудой. Прodelать 10-15 раз. Нижняя челюсть не двигается. Язык не касается нижней губы.

33. «Индюк» («болтушка»)
Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот, положить широкий язык на верхнюю и производить быстрые движения кончиком языка по верхней губе вперед – назад стараясь не отрывать язык от верхней губы. Потом включить голос. Получится

«болтушка» (звук похож на «бл-бл...»)



г. Полевской
м-рн Черемушки 24
Сайт: www.centerlado.ru

E-mail: CenterLado@yandex.ru

Учитель-логопед
Ушакова Е.А.

Государственное бюджетное образовательное учреждение Свердловской области «Центр психолого-педагогической реабилитации и коррекции «Ладо»



Артикуляционная гимнастика

Памятка
для родителей

Проводить артикуляционную гимнастику нужно ежедневно, чтобы вырабатываемые у детей двигательные навыки закреплялись, становились более прочными. Лучше ее делать 3-4 раза в день по 3-5 минут. Не следует предлагать детям больше 2-3 упражнений за раз. Из выполняемых двух-трех упражнений новым может быть только одно, второе и третье даются для повторения и закрепления. Артикуляционную гимнастику выполняют сидя, так как в таком положении у ребенка прямая спина, тело не напряжено, руки и ноги находятся в спокойном положении. Ребенок должен хорошо видеть лицо взрослого, а также свое лицо, чтобы самостоятельно контролировать правильность выполнения упражнений. Поэтому ребенок и взрослый во время проведения артикуляционной гимнастики должны находиться перед настенным зеркалом. Также ребенок может воспользоваться небольшим ручным зеркалом (примерно 9-12 см), но тогда взрослый должен находиться напротив ребенка лицом к нему.

Работа организуется следующим образом.

Взрослый рассказывает о предстоящем упражнении, используя игровые приемы.

Показывает его выполнение.

Упражнение делает ребенок, а взрослый контролирует выполнение.



1. "Улыбка" ("заборчик")

Улыбнуться без напряжения, чтобы были видны передние верхние и нижние зубы. Удерживать 5-10 секунд. Следить, чтобы при улыбке губы не подворачивались внутрь.



2. «Трубочка» («хоботок»)

Вытянуть сомкнутые губы вперед. Удерживать их в таком положении под счет от 1 до 5-10. Можно пролететь вместе с ребенком звук У. В дальнейшем можно чередовать упражнения 1 и 2.

3. «Домик открывается» («бегемотик»)



Слегка улыбнуться, медленно открыть рот, подержать рот открытым 5-10 секунд, медленно закрыть. Язык лежит спокойно за зубами или на нижней губе.

4. «Любопытный язычок»

Улыбнуться, слегка приоткрыть рот и производить движения языком вперед-назад. Широкий язык положить на нижнюю губу – убрать. Рот остается все время открытым. Упражнение сделать 8-10 раз.

5. «Язык здороваается с подбородком»

Улыбнуться, приоткрыть рот и широким языком потянуться вниз к подбородку. Прodelать упражнение 5-10 раз.



6. «Язык здороваается с верхней губой»

Слегка улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий край языка на верхнюю губу

В дальнейшем можно чередовать упражнения 5-6: «качели».

7. «Обезьянка»



Чуть приоткрыть рот и поместить язык между нижней губой и нижними зубами. Губы при этом сближены. Удерживать в таком положении в течение 5 секунд

8. «Бульдог»

Из положения «обезьянка» перевести язык в положение между верхней губой и верхними зубами. Губы сближены. Удерживать 5 секунд.



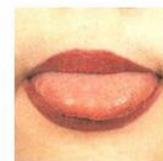
9. «Хомяк»

Рот закрыт. Язык поочередно упирается в правую и левую щеки, оставаясь в каждом положении по 3-5 секунд.

10. «Кружок»

Рот закрыт. Язык движется с внутренней стороны, плавно очерчивая кончиком языка круг («бульдог» - правая щека – «обезьянка» – левая щека и т. д., потом в обратную сторону). Выполнять 5-6 раз.

11. «Накажем непослушный язычок»



Улыбнуться, приоткрыть рот, спокойно положить язык на нижнюю губу, пошлепывая его губами, произносить: «Пя-пя-пя-пя...». Легче всего пошлепать кончик, потом шлепайте серединку языка. Медленно двигайте язык вперед – назад.

12. «Чистим зубы снаружи»

Улыбнуться, приоткрыть рот, показать зубы и широким языком провести с наружной стороны верхних зубов, имитируя чистящие движения зубной щетки. Также «чистим» и нижние зубы. Выполнять каждое упражнение по 3-5 раз.

13. «Покусываем язычок»



Улыбнуться, приоткрыть рот, покусать кончик языка. Можно усложнить упражнение одновременно покусывая язык и продвигая его вперед-назад. Это упражнение хорошо снимает излишнее напряжение языка.

14. «Лопаточка»



Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий передний край языка на нижнюю губу. Удерживать в таком положении под счет от 1 до 5-10.

15. «Дуем на лопаточку»

Вывести язык в положение

«Лопаточка» и подуть в небольшую бутылочку, на вертушку или кусочек ваты. Его следует выполнять после того, как получилась «лопаточка»

16. «Горка» («мостик»)

17. «Ветерок дует с горки»



Поставить язычок в положение «горка», а потом спокойно и плавно подуть по середине языка. Воздух должен быть холодным.

18. «Чистим нижние зубки» (с внутренней стороны)



Улыбнуться, показать зубы, прикрыть рот и кончиком языка «почистить» нижние зубы с внутренней стороны. Двигая язычком из стороны в сторону, следите, чтобы он находился у десен.