

Артикуляционная гимнастика проводится **ежедневно**, чтобы вырабатываемые двигательные навыки у детей закреплялись и становились более прочными. В день делать **3 подхода** по 3-5 мин., следует предлагать не больше 3 упражнений за раз, одно из которых может быть новым, второе и третье даются для повторения и закрепления. Артикуляционную гимнастику выполняют сидя, с прямой спиной, руки и ноги в спокойном положении. Ребенок должен хорошо видеть лицо взрослого, а также свое лицо, чтобы самостоятельно контролировать правильность выполнения упражнений, поэтому во время гимнастики взрослый и ребенок находятся перед зеркалом. Также ребенок может воспользоваться небольшим ручным зеркалом, тогда взрослый находится напротив ребенка лицом к нему.

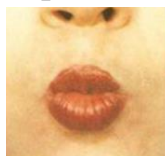
Взрослый рассказывает о предстоящем упражнении в игровой форме. Показывает его выполнение, затем упражнение делает ребенок, взрослый контролирует.

1. «Улыбка», «заборчик», «лягушка». Улыбнуться, без напряжения, чтобы были видны верхние и нижние зубы. Удерживать 5-10 сек.



2. «Трубочка», «хобот».

Вытянуть сомкнутые губы вперед. Удерживать 5-10 сек. В дальнейшем можно чередовать 1 и 2 упражнения.



3. «Блинчик», «лопаточка». Приоткрыть рот, положить широкий передний край языка на нижнюю губу. Удерживать 5-10 сек.



4. «Качели». Открыть широко рот, опустить язык к подбородку, затем поднять к носу. Повторить 5-10 раз.

5. «Вкусное варенье». Открыть рот, широким краем языка облизать верхнюю губу. Движения сверху вниз. 5-10 раз.

6. «Чашечка». Открыть рот, передний и боковые края языка приподнять в форму «чашечки». Удерживать до 10 сек.

7. «Лошадка». Улыбнуться, широко открыть рот и пощелкать пощелкать кончиком языка наверх. Нижняя челюсть не двигается. 10 раз.

8. «Почистить зубки». Открыть рот, «почистить» кончиком языка зубы с внутренней стороны. Движения из стороны в сторону. 10 раз.

9. «Маляр». Улыбнуться, открыть рот и «покрасить» кончиком языка твердое небо («потолок») делая движения языком вперед-назад, поглаживая небо. 10 сек.

10. «Барабанщик». Улыбнуться, открыть рот, поставить язычок за верхние зубы, звонко и многократно повторять: «Д-Д-Д...». Темп постепенно убыстрять, зубы не сближать.

11. «Футбол», «хомяк». Рот закрыт, язык поочередно упирается в правую и левую щеки.



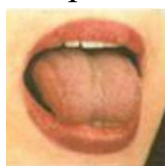
12. «Грибок». Улыбнуться, присосать язык к небу, чтобы подъязычная связка натянулась. Удерживать язык в таком положении язык в течении 10-15 сек.



13. «Гармошка». В положении «грибок» открывать и закрывать рот.

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

15. «Киска сердится», «горка». Открыть рот, кончик языка упирается в нижние резцы, спинка языка выгнута как спинка у кошки, когда она сердится. Удерживать 10 сек.



16. «Накажем непослушный язычок». Приоткрыть рот, положить спокойный язык на нижнюю губу, пошлепывая его губами произносить: «пя-пя-пя». Медленно продвигать язык вперед-назад.



17. «Покусываем язычок». Приоткрыть рот, покусывать язык, продвигая его вперед-назад.



