

---

# АРТИКУЛЯЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА

---

*I комплекс упражнений*



---

## **Артикуляционная гимнастика**

Гимнастика для рук, ног – дело привычное и знакомое, а вот **зачем тренировать язык**, ведь он и так «без костей»?

Язык – главная мышца органов речи, и гимнастика для него, как и для всякой мышцы, просто необходима.

**Детям двух, трех, четырех лет артикуляционная гимнастика поможет быстрее «поставить» правильное звукопроизношение.**

**Дети пяти, шести лет и далее смогут при помощи артикуляционной гимнастики во многом преодолеть уже сложившиеся нарушения произношения звуков.**

**При выполнении артикуляционной гимнастики нужно помнить:**

- упражнения выполняются **перед зеркалом**, ребенок должен видеть, что язык делает;
- на занятии разучивается **не более 3 новых** упражнений;
- необходимо **выработать умение длительно удерживать нужную артикуляционную позу**, например, под счет до пяти;
- движения левой и правой половины языка и губ должны быть равномерными;**
- заниматься нужно **ежедневно** по 5-7 минут

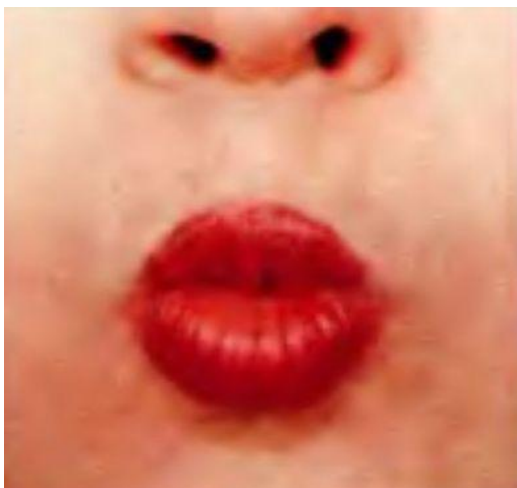
**Удачи вам!**

---



## Дудочка

С напряжением вытянуть губы вперед (зубы сомкнуты), удержать под счет до пяти.

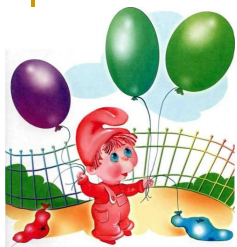


## Улыбка- Колечко



Губы сильно растянуть в стороны, вверх и вниз, плотно прижимая их к деснам, обнажив оба ряда зубов, удержать так, затем сделать губы круглыми, как колечко.





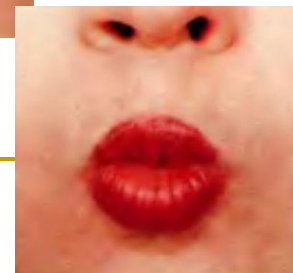
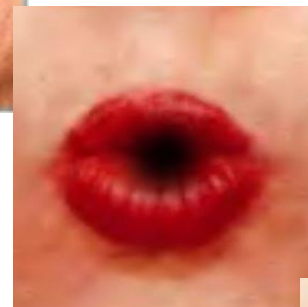
## Шарик

Надуть щёки, удержать их так, затем медленно сдуть щёки.



## Улыбка- Колечко- Дудочка

Губы сильно растянуть в стороны, вверх и вниз, плотно прижимая их к деснам, обнажив оба ряда зубов, удержать так, потом сделать губы круглыми, как колечко, затем с напряжением вытянуть губы вперед дудочкой.





## Хоботок

Вытянуть сомкнутые губы «хоботком», производить круговые движения в одну, затем в другую стороны.



## Слоник пьет



Вытянуть губы трубочкой, как «хоботок слоника», набирать водичку, слегка при этом причмокивая.





# Футбол

Рот закрыт, кончик языка скользит по внутренней поверхности ротовой полости («футболист бежит по полю»), затем с напряжением поочередно кончик языка упирается в щеки, на них образуются твердые шарики – «мяч в воротах!»



# Окошко



Улыбнуться, затем, не теряя улыбки, опустить нижнюю челюсть – «открыть окошко» так, чтобы было видно зубки. Удерживать под счет до 5.







## Чистим зубки



Улыбнуться, «открыть окошко»,  
затем кончиком языка с внутренней и  
внешней стороны «почистить»  
поочередно нижние и верхние зубы.



## Часики



Улыбнуться, «открыть окошко», кончик  
языка повернуть к левому углу рта,  
стараясь достать щёку, удержать до 5,  
затем повернуть кончик языка так же  
вправо. Повторить 4-5 раз.

