

Статическое упражнение

«Улыбка»

Растягивание сомкнутых губы.

Зубы сжать

Держать 10 — 15 с

«Трубочка»

Зубы сжать.

Вытягивание губ вперед.

Держать 10 — 15 с.



Статическое упражнение

«Хоботок»

Вытягивание вперед
и округление губ
при этом открывая
зубы



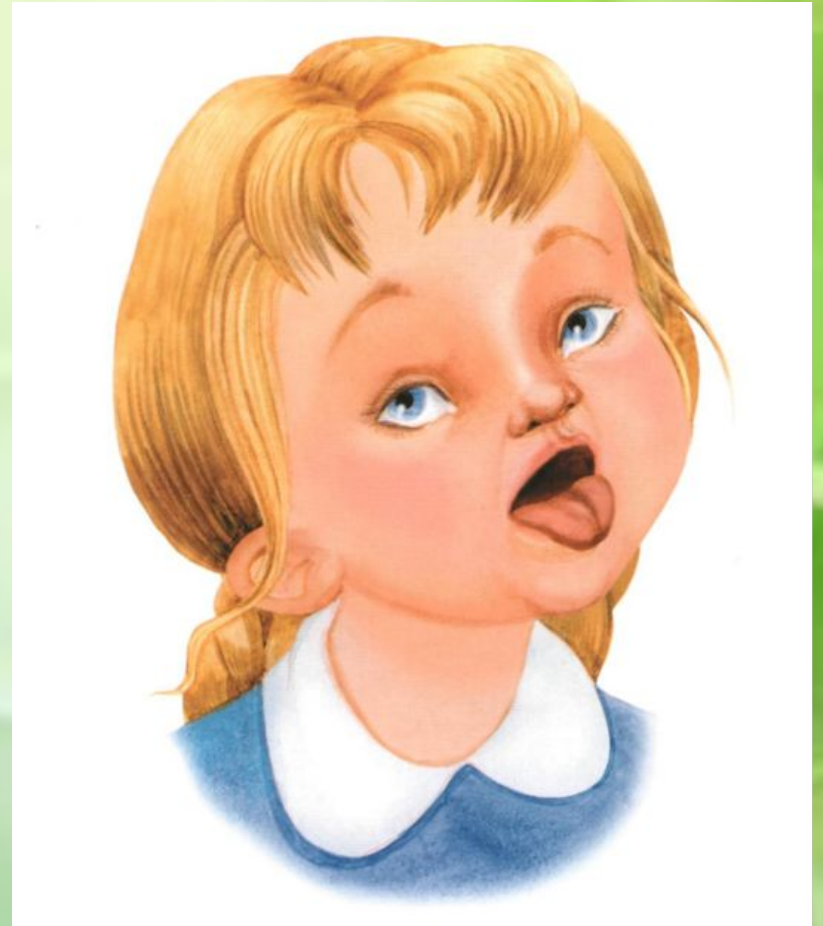
Статическое упражнение

«Лопаточка»

Широкий язык
высунуть,
расслабить,
положить на
нижнюю губу.

Следить, чтобы язык
не дрожал.

Держать 10 — 15 с



Статическое упражнение

«Чашечка»

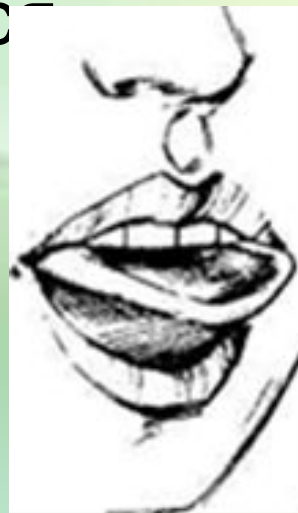
Рот широко раскрыть.

Широкий язык
поднять кверху.

Потянуться к верхним
зубам, но не касаться
их.

Удерживать язык в
таком положении

10 — 15 с

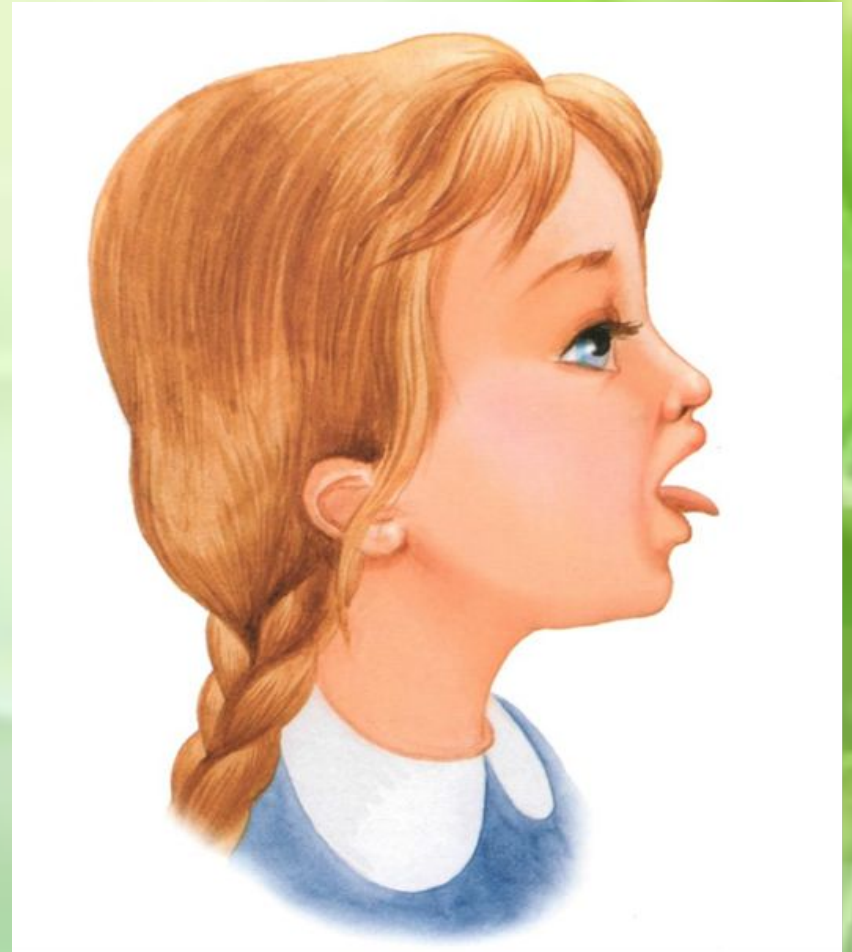


Статическое упражнение

«Иголочка»

Рот открыть.

Язык высунуть
далеко вперед,
напрячь его, сделать
узким. Удерживать в
таком положении 15
с



Статическое упражнение

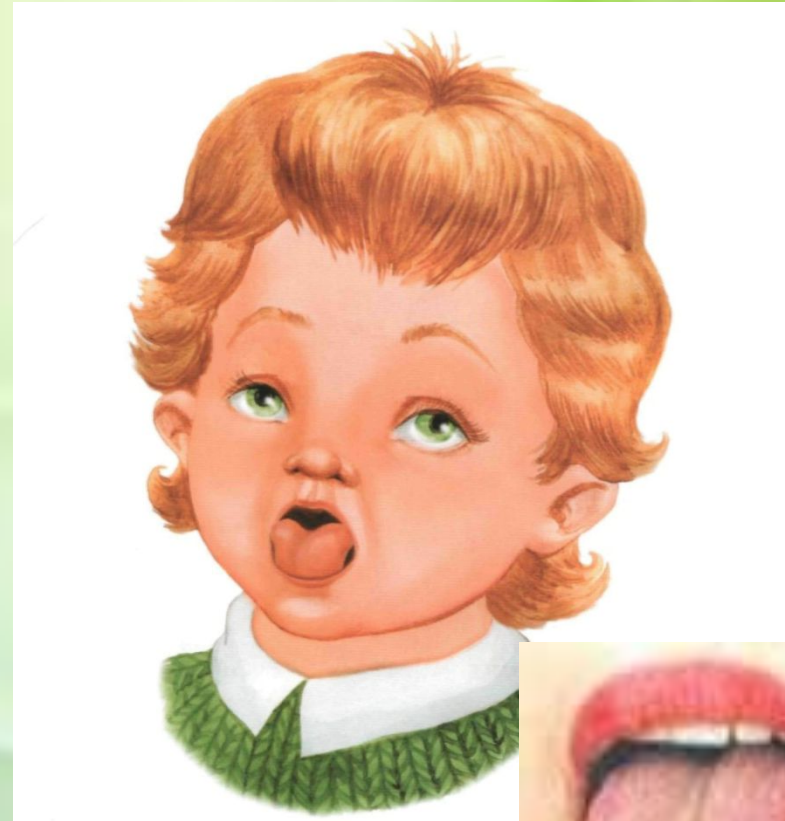
«Горка»

Рот приоткрыть.

Боковые края языка прижать к верхним коренным зубам.

Кончик языка упереть в нижние передние зубы.

Удерживать в таком положении 15 с.



Статическое упражнение

«Желобок»

Высунуть широкий язык.

Боковые края языка загнуть вверх.

Подуть в получившуюся трубочку.

