

АРТИКУЛЯЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА



СОДЕРЖАНИЕ

- Что такое артикуляционная гимнастика
- Как выполнять артикуляционную гимнастику
- Основные упражнения артикуляционной гимнастики
 - упражнения для губ
 - упражнения для щек
 - упражнения для языка



Что такое артикуляционная гимнастика

- **Артикуляционная гимнастика - это комплекс упражнений, направленных на развитие подвижности, ловкости и точности движений языка, губ, активизации лицевых мышц.**
- **Цель артикуляционной гимнастики - выработка правильных движений и определенных положений органов артикуляционного аппарата, необходимых для чёткого произношения звуков.**

Как выполнять артикуляционную гимнастику

- 1. Выполнять артикуляционную гимнастику нужно ежедневно, чтобы вырабатываемые навыки закреплялись.
- 2. Каждое упражнение выполняется по 20-30 секунд. Постепенно время увеличивается до 1 минуты. Упражнения выполняются перед зеркалом.
- 3. Артикуляционную гимнастику выполняют сидя, так как в таком положении тело не напряжено, руки и ноги находятся в спокойном положении.
- 4. Не желательно выполнять гимнастику сразу после еды.

Упражнения для губ



УЛЫБКА

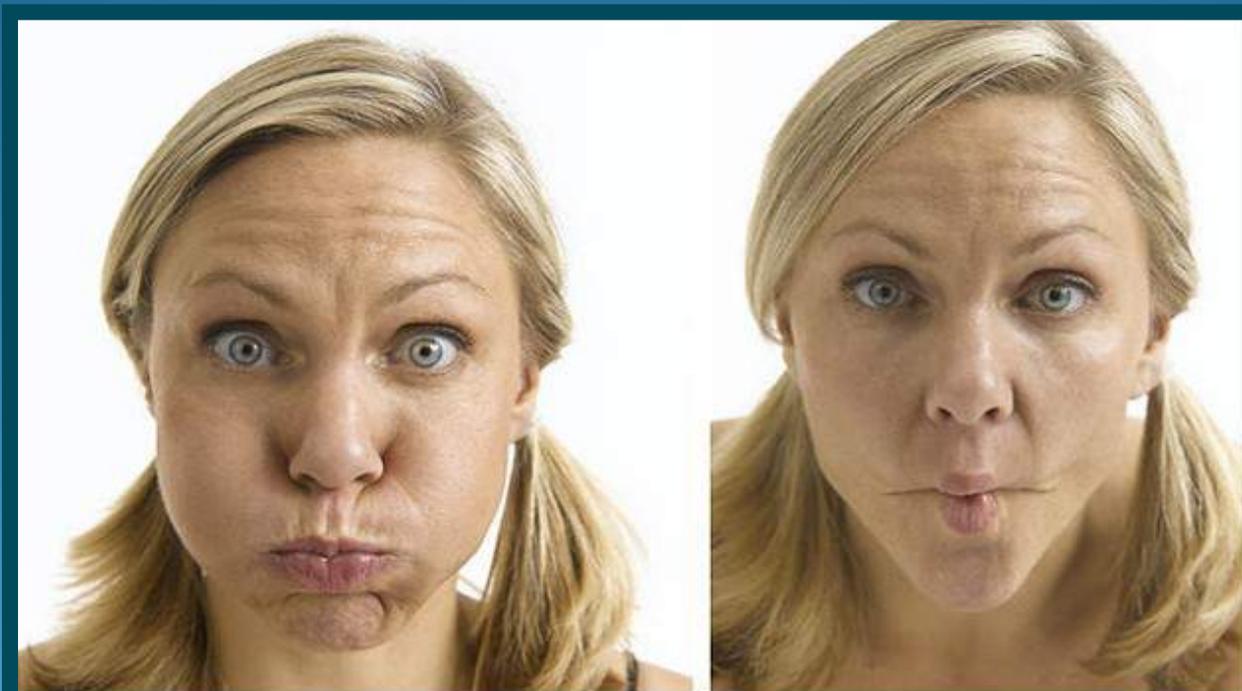
Верхние и нижние зубы обнажены. Губы растянуты в улыбке.



ХОБОТОК

Вытягивание сомкнутых губ вперед.

Упражнения для щек



ЖОРА-ОБЖОРА
Губы сомкнуты.
Надуть обе щеки.

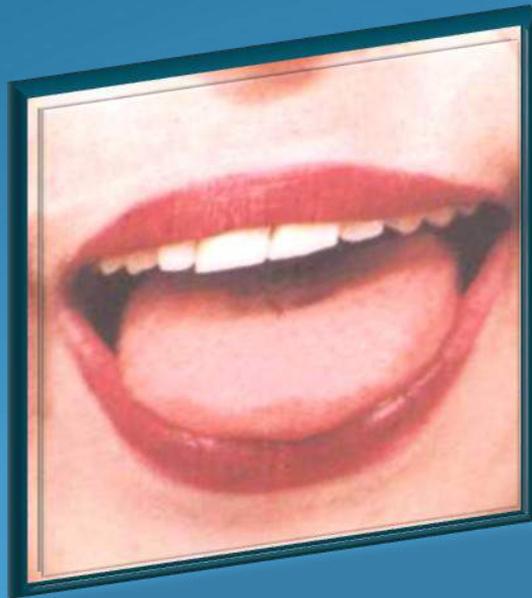
**ХУДЕНЬКИЙ
ПЕТЯ**
Втянуть в себя
щеки

Упражнения для языка

(статические упражнения)

Лопаточка

Широкий расслабленный язык лежит на нижней губе. Обратите внимание на то, чтобы язык не дрожал.



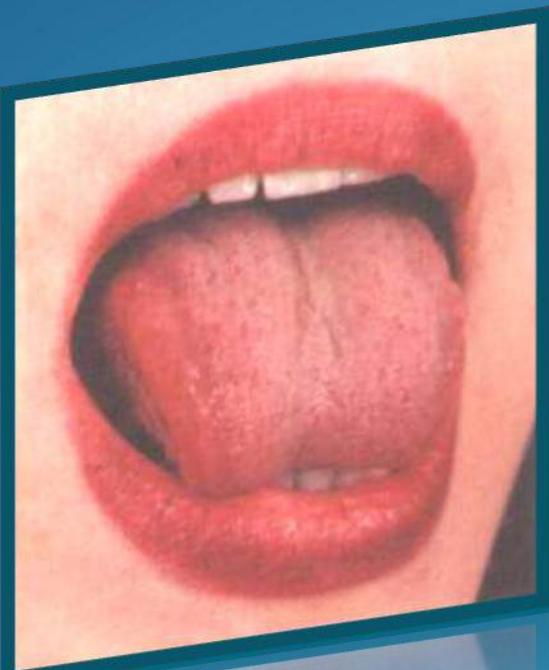
Чашечка

Рот широко раскрыт. Широкий язык поднять кверху, потянуться к верхним зубам, но не касаться их.



Горка

Рот приоткрыт. Боковые края языка прижаты к верхним коренным зубам. Кончик языка упирается в нижние передние зубы. Спинка языка выгнута.



Трубочка

Высунуть широкий язык. Боковые края языка загнуть вверх. Подуть через «трубочку» из себя, в себя.



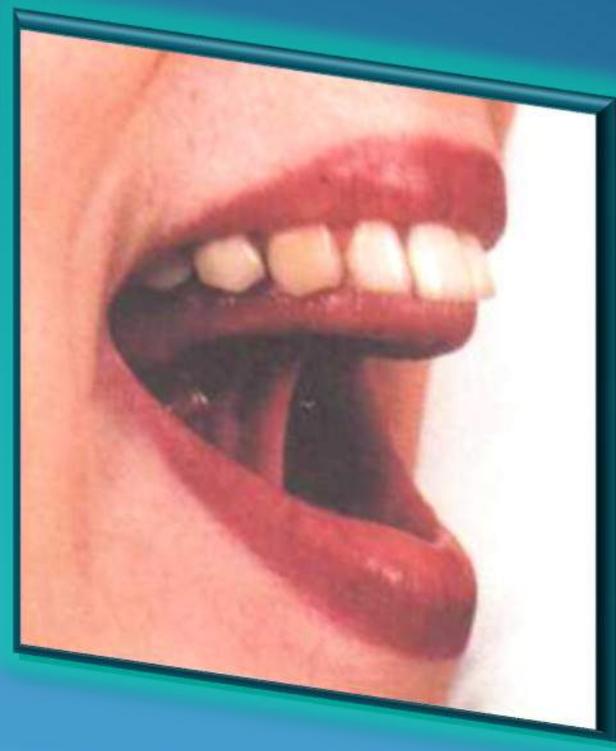
Парус

Рот широко открыт. Язык поднят вверх и прижат к «бугоркам» за верхними зубами.



Грибок

Рот широко открыт. Язык приклеен к небу.



**Вкусное
варенье**

Динамические упражнения для

**Широким языком
облизать
верхнюю губу и
убрать язык в
рот.**



Лошадка

Присосать язык
к небу.

Щелкнуть
языком (сильно,
чтобы потянуть
подъязычную
уздечку)



Качели

Рот открыт. Напряженным языком упираться то в верхние, то в нижние зубы.

