

## Примерный комплекс артикуляционной гимнастики

### Артикуляционную гимнастику необходимо делать каждый день (перед зеркалом)

1. «Улыбочка» – самое простое упражнение. Попросить ребенка улыбнуться, не показывая зубы. Удерживать губы в таком положении на счет взрослого от 1 до 5.
  2. «Заборчик» – упражнение выполняется в напряженной улыбке с обнаженными зубами. Время выполнения – 5 секунд.
  3. Чередование первых двух упражнений. Достаточно будет 3 повторений.
  4. Жарко – холодно – сначала открыть рот, затем закрыть.
  5. «Змейка» – узкий напряженный язычок ребёнок высовывает наружу, как можно дальше. Затем прячет его за губами. Повторить 6 – 8 раз.
  6. «Блинчик» – широкий расслабленный язык ребенок кладет на нижнюю губу. Упражнение выполняется под счет. После кратковременного расслабления следует 2 раза повторить.
  7. «Маляр»-широким кончиком языка гладить твердое небо. Повторить 6-8 раз.
  8. «Чашечка»-загнуть широкий кончик языка вверх и удерживать по счет от 1 до 10.
  9. «Часики» – ребенок перемещает язык из одного уголка губ в другой под счет «тик-так».
  - 10.«Качели» – рот открыт. Язык поднимается к верхнему небу за верхние зубы, затем опускается и упирается в нижние. Сопровождается счетом взрослого «вверх – вниз».
  - 11.«Киска сердится – рот ребенка в открытом положении. Язык прижать к нижним зубам, сделать его горочкой, слегка покусать. Повторить упражнение 3 раза.
  - 12.«Чистим зубки – кончиком языка провести от одного края к другому по верхнему ряду зубов. Повторяем для нижних зубов.
  - 13.«Мячик» – губы сомкнуты. Языком попеременно касаться внутренней стороны щечек.
  - 14.«Лошадка» – громко, медленно цокать. Для этого, подтягивая уздечку, приставить язык к верхнему небу, потом резко опустить, получится цокающий звук.
  15. «Грибок»- присосать язык к твердому небу (чтобы натянулась подъязычная уздечка). Удерживать под счет до 10.
  16. «Гармошка»- язык в положении «грибка», сжимать-разжимать зубы, растягивая уздечку. Губы в улыбке.
-