

## Комплекс артикуляционной гимнастики

### Правила выполнения артикуляционной гимнастики:

Выполняем сидя перед зеркалом, чтобы ребенок видел себя. Каждое упражнение делаем 5-7 раз, прилагая усилия («тренируем язычок»), считаем до 10 - ребенок должен удержать язычок в той или иной позе, после чего, предлагаем сглотнуть слюнку и переходим к выполнению следующего упражнения и т.д.

1. Учимся спокойно закрывать и открывать широко раскрытый рот.
2. Рот широко раскрыт, высунуть на 1 см. широкий язычок, положить его на нижнюю губу. Произносим : па-па-па; па-па-па( не пя-пя-пя), похлопываем губами язычок. 10 раз, затем сглотнуть слюнку и еще 4-5 раз.
3. Язычок между зубами, покусываем и приговариваем та-та-та. Так же, как и в предыдущем упражнении.
4. Пение со звуком «И». Язычок широкий.
5. Жевание боковых краев языка, при этом произносим и-и-и.
6. «Мостик внизу» Рот широко раскрыт, кончик языка упирается нижние зубы, выгнуть спинку язычка.
7. «Мостик наверху» Рот широко раскрыт, кончик язычка упирается в верхние зубы.
8. «Улыбается щенок». Широко разводим уголки губ, обнажив сжатые зубы. Возвращаем губы в спокойное положение.
9. «Футбол» Рот закрыт, упираем напряженный кончик языка то в левую, то в правую щеку.
- 10.«Качели» Широко открываем рот, кладем на нижнюю губу спокойный, расслабленный язычок, переводим его на верхнюю губу, возвращаем на нижнюю. Следим, чтобы рот был широко раскрыт, нижняя челюсть была неподвижна. Если малыш поддерживает губой язычок - отодвиньте губу рукой.
- 11.«Колесики» Рот закрыт, делаем вращательные движения языком по кругу. Сначала в одну сторону 5-7 раз, затем в другую.
- 12.«Лошадка» Рот широко раскрыт, губы в улыбке, язычок наверху на бугорках, цокаем. Следим, чтобы подбородок был неподвижен - при необходимости поддерживаем его рукой.

**13.«Котенок любит молоко»** Лакаем широким распластанным язычком с блюдца густую сметану, йогурт, сгущённое молоко-то, что любит ваш малыш.

### **Упражнение для развития правильного речевого дыхания**

Стоя , руки вдоль тела, плавно через носик вдох, губы трубочкой – выдох ( не раздувая щёк, плечи не поднимать)

Можно дуть на ватку, листики, легкие предметы, важно, чтобы предмет находился на уровне рта ребенка.

**Терпения Вам и успехов!**