



**АРТИКУЛЯЦИОННАЯ**

**ГИМНАСТИКА**

**Для начинающих**



«Улыбка»



«Трубочка»



«Качели» (А)



«Качели» (Б)



«Иголочка»



«Лопатка»



«Желобок»



«Чашечка»



**ГИМНАСТИКА  
ДЛЯ ГУБ  
ГИМНАСТИКА  
ДЛЯ ЯЗЫКА**

# ГИМНАСТИКА ДЛЯ ГУБ



**«Улыбка»**

Растянуть губы в улыбке и удержать на счет от 1 до 10. Зубы сомкнуты и хорошо видны.

То же с сомкнутыми губами и зубами.

**«Трубочка»**

Вытянуть губы вперед длинной трубочкой и удержать (зубы при этом сомкнуты).





**Широко открыть рот – «жарко».  
Заккрыть рот – «холодно».**

**«Окошко»**



**Попеременное выполнение упражнений**

**«Улыбка»**

**«Трубочка»**

**«Окошко»**



# ГИМНАСТИКА ДЛЯ ЯЗЫКА



Улыбнуться, открыть рот и передвигать кончик языка, как стрелку, из одного угла рта в другой: тик-так.



«Часики»



Улыбнуться, открыть рот. Кончиком языка с внутренней стороны «почистить» поочередно нижние и верхние зубы. То же с другой стороны.

«Почистим зубки»



## «Качели»

Рот открыт. Напряженным языком тянуться к носу и подбородку, либо к верхним и нижним резцам.

## «Лопатка»



Рот открыт. Широкий, расслабленный язык положить на нижнюю губу и удерживать 10-15 секунд



## «Иголочка»

Узкий напряженный язык высунуть далеко вперед и удерживать 10-15 секунд.





## «Чашечка»

Рот широко открыт. Передний и боковые края языка подняты, но не касаются зубов. Удерживать позу.



## «Желобок»

Высунуть широкий язык, загнув боковые края языка вверх.





## «Шарик»

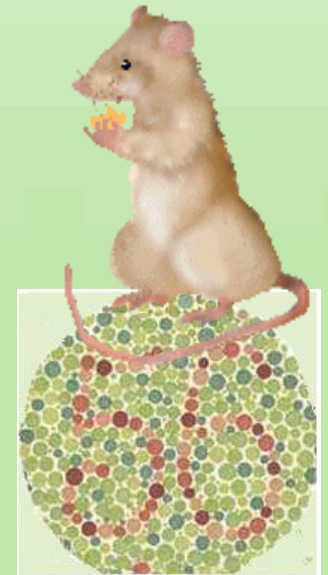
Надуть щёки. Потом сдуть щёки.

## «Фокус»

Учить направлять воздушную струю посередине языка. Рот приоткрыть, язык «чашечкой» выдвинуть вперед и приподнять. Плавно выдохнуть на ватку, лежащую на кончике носа, или на челочку.

Держать шарик перед губами. Из труб сделать трубочку и плавно выдохнуть через губы на шарик.

Плавно выдохнуть на шарик с языка в виде лопаточки.





## «Горка», «Киска сердится»

Рот открыт. Кончик языка упирается в нижние резцы, а спинка языка поднята вверх.

## «Маляр»

Рот открыт. Широким кончиком языка, как кисточкой, ведем от верхних резцов до мягкого нёба.

## «Грибок»

Язык широкий, плоский присасывается к твердому нёбу, боковые края языка прижаты в верхним коренным зубам, а кончик языка – к верхним альвеолам. Удержать позу.

## «Лошадки»

Присосать язык к нёбу, щёлкнуть языком. Цокать медленно и сильно, тянуть подъязычную связку.



**Хвалю  
за старание!**

