








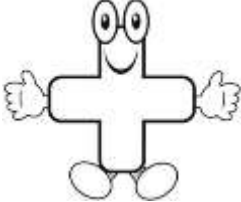



## ОСНОВНЫЕ КОМПЛЕКСЫ АРТИКУЛЯЦИОННОЙ ГИМНАСТИКИ

	<p style="text-align: center;"><b>«Окошко»</b></p> <p>Рот широко раскрыть, удержать на медленный счёт до 5. Потом спокойно закрыть рот. Чередовать раскрытие-закрытие.</p>
	<p style="text-align: center;"><b>«Лягушка» («Улыбка»)</b></p> <p>Улыбнуться, с напряжением тянуть уголки губ. Удерживать данное положение на счет до 5.</p>
	<p style="text-align: center;"><b>«Заборчик»</b></p> <p>Улыбнуться, показать зубки (как заборчик), удерживать на медленный счёт до 5-ти. Улыбка очень активная. Следить, чтобы её ширина не уменьшалась и не было асимметрии.</p>
	<p style="text-align: center;"><b>«Трубочка»</b></p> <p>Вытянуть губы вперёд (как бы беззвучно произнося «У»), удерживать на медленный счёт до 5-10. Очень активное выдвижение губ вперёд. Следить, чтобы оно не уменьшалось.</p>
	<p style="text-align: center;"><b>«Хоботок»</b></p> <p>Губы вытянуты вперёд (как хобот у слоника), сделать втягивающее движение. Сочетать с причмокиванием. Чередовать на медленный счёт до 5.</p>
	<p style="text-align: center;"><b>«Лягушка – хоботок»</b></p> <p>Чередовать упражнение «Лягушка» и упражнение «Хоботок».</p>
	<p style="text-align: center;"><b>«Хоботок - заборчик»</b></p> <p>Чередовать упражнение «Хоботок» и упражнение «Заборчик».</p>
	<p style="text-align: center;"><b>«Месим тесто»</b></p> <p>Пошлёпать язык губами и произнести: «пя-пя-пя»; затем покусать язык зубами, выдвигая его изо рта и втягивая и произнести «тя-тя-тя».</p>

	<p align="center"><b>«Блинчик»</b></p> <p>Положить широкий плоский язык на нижнюю губу. Кончик не высовывается за губу. Удерживать на медленный счёт до 5-8. Следить, чтобы язык не дёргался с губы и чтобы нижняя губа не подворачивалась.</p>
	<p align="center"><b>«Шарик»</b></p> <p>Рот закрыт. Надуть щёки («шарик»), удержать на счёт до 5-ти, сдувать медленно (счёт до 5-ти).</p>
	<p align="center"><b>«Орешки»</b></p> <p>Рот закрыт. Твёрдым кончиком языка упираемся то в правую, то в левую щёку.</p>
	<p align="center"><b>«Иголочка»</b></p> <p>Раскрыть рот, высунуть узкий длинный язык и удерживать его напряжённым и ровным, счёт до 5-8. Язык не должен извиваться, укорачиваться, загибаться вниз, дрожать, не сжимать язык губами (язык должен держаться сам, без опоры).</p>
	<p align="center"><b>«Лопатка»</b></p> <p>Раскрыть рот, высунуть узкий длинный язык и удерживать его напряжённым и ровным на медленный счёт до 5-8. Язык не должен извиваться, укорачиваться, загибаться к низу, дрожать (он должен держаться сам без опоры).</p>
	<p align="center"><b>«Лопатка – иголочка»</b></p> <p>Поочередно делаем упражнения: сначала делаем «Лопатка», потом «Иголочка».</p>
	<p align="center"><b>«Часы»</b></p> <p>Рот раскрыт. Язык движется влево-вправо, точно прикасаясь кончиком то к левому, то к правому углу рта. В медленном темпе. Язык не должен прикасаться к губам.</p>

	<p style="text-align: center;"><b>«Качели»</b></p> <p>Рот раскрыт. Язык движется то вверх, то вниз. Язык прикасается кончиком:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- то к верхней, то к нижней губе;</li> <li>- то к краю верхних, то нижних резцов;</li> <li>- то к альвеолам за верхними резцами, то к основаниям нижних резцов.</li> </ul> <p>Здесь важна точность прикосновения. Выполнение ритмичное, 5-10 повторов, не терять амплитуду.</p>
	<p style="text-align: center;"><b>«Змейка»</b></p> <p>Раскрыть рот, высунуть узкий длинный язык, затем медленно втянуть его, не закрывая рта, повторить 5-10 раз в медленном темпе. Рот открыт в течении всего упражнения, язык очень активен, не подтягивать к нему губы.</p> <p>Выполнение ритмичное, 5-10 повторов, не терять амплитуду.</p>
	<p style="text-align: center;"><b>«Крестик»</b></p> <p>Рот раскрыт. Язык движется сначала к верхней губе, потом к нижней. Потом к правому уголку губ, и к левому. Следим за точной координацией движения языка. Выполняем ритмично, под счёт до 10-20.</p>
	<p style="text-align: center;"><b>«Почистим зубки»</b></p> <p>Вариант 1. Рот раскрыт. Губы в широкой улыбке. Кончик языка выполняет мелкие и очень точные движения («чистит зубки») вверх-вниз (сначала по внутренней поверхности нижних резцов, затем верхних – от основания зубов к краю. Следим, чтобы язык не выходил за края зубов. Выполнять ритмично, под счёт.</p> <p>Вариант 2. Рот раскрыт. Кончик языка выполняет движения из стороны в сторону по зубам («чистит зубки») (сначала по внутренней поверхности нижних резцов, потом снаружи). Потом так же по верхним зубам.</p>