



## Рекомендации родителям!

На начальном этапе упражнения выполняются в медленном темпе, перед зеркалом.

- Количество повторов каждого упражнения от 2 до 10-15 раз. Главное, чтобы упражнение выполнялось правильно.
- Зеркало можно убрать, когда ребенок научиться правильно выполнять движения.
- Выполняется комплекс гимнастики несколько раз в день.
- Если для ребенка утомительно выполнять все упражнения подряд, можно разбить гимнастику на блоки по 2-3 упражнения и выполнять их в течение дня.

- Можно использовать механическую помощь, если у ребенка не получается какое-либо движение.

МБДОУ «Детский сад № 175»

## Артикуляционная гимнастика



(в помощь родителям)

Составила: учитель-логопед

Смирнова А.В.



Хвостик надует щечки,  
У него зерно в мешочке.  
Мы надует щечки тоже,  
Хвостик сейчас покажем.



Учимся делать упражнение «Хомячок».  
Предлагаем малышу надуть щечки при закрытом рте и подержать в таком положении 3–5 секунд, а потом выдуть, расслабиться, сплотно слюну. Повторим упражнение 3–4 раза.



Клычок зачехлен краем,  
Делай так же, как и я.  
Ванночку лелей языком  
И, как чайничек, глущай.



Учимся делать упражнение «Чашечка».  
Широко открываем рот, кладем широкий язык на нижнюю губу, загнав края языка «чашечкой» и медленно поднимаем ее за верхнюю губу. Затем предлагаем ребенку опустить язычок, закрыть рот, расслабиться, сплотно слюну. Повторим упражнение 3–4 раза.



Клык, как палец и носик,  
Круглый животик и веселый ротик.  
Крышечка украшена:  
Она, как и ты, украшена.



Учимся делать упражнение «Машинка».  
Открываем рот, растягиваем губы в улыбку, вытаскиваем язык, изгибаем его, кончиком острого кончика языка по левому уголку губ. Следим, чтобы язык достигал до кончика, а не только нижней губы, чтобы не сместить нижнюю челюсть. Выполнив 6–8 раз. Убираем язычок, закрываем рот. Даем ребенку время для отдыха и расслабления, предлагаем сплотно слюну. Повторим упражнение 3–4 раза.



Устала собачка и дышит устало.  
И даже за кончиком бежит не стала.  
Широкий язычок отодвигает, волжжит,  
И снова собачка за кончиком бежит.



Учимся делать упражнение «Лопата».  
Широко открываем рот. Кладем широкий язык на нижнюю губу. Задерживаем на 3–5 секунд. Убираем язычок. Даем ребенку время для отдыха и расслабления, предлагаем сплотно слюну. Повторим упражнение 3–4 раза.



Выше дуба, выше ели  
На качелях мы взлетели.  
А скажете, вы б сумели  
Язычком качаться качелью?



Учимся делать упражнение «Качели».  
Широко открываем рот, кладем на нижнюю губу сползший расслабленный язычок, переводим его на верхнюю губу, возвращаем на нижнюю, снова поднимаем на верхнюю. Выполнив 6–8 раз. Убираем язычок, закрываем рот. Даем ребенку время для отдыха и расслабления, предлагаем сплотно слюну. Повторим упражнение 3–4 раза.



Белка шелкает орешки  
Обостроглава, без спешки.  
Уширек язычок  
Влево-вправо, на бочок.



Учимся делать упражнение «Орешек».

При закрытом рте упираем закрывший кончик языка по левую, то и правую щеку. Выполнив 6–8 раз. Затем даем ребенку время для отдыха и расслабления, предлагаем сплотно слюну. Повторим упражнение 3–4 раза.



Котенок любит молоко:  
Нальешь — и нет ни капли мочи.  
Лакать быстро и легко,  
«Лопаткой» высунув язык.



Учимся делать упражнение «Котенок».  
«Котенок» лакать молоко.  
Широко открываем рот, даем 4–5-секундный спрыск языком, как бы лакать молоко. Закрываем рот. Убираем язычок. Даем ребенку время для отдыха и расслабления, предлагаем сплотно слюну. Повторим упражнение 3–4 раза.



У птички язычок очень короткий  
И тонкий, острый, как иглолка.  
Волжжи на радугу на страничку.  
Мой язычок — как клюв у птички.



Учимся делать упражнение «Ирландка».  
Широко открываем рот, приподнимаем и вытаскиваем вперед тонкий язычок. Фиксируем положение на 3–5 секунд. Убираем язычок, закрываем рот. Даем ребенку время для отдыха и расслабления, предлагаем сплотно слюну. Повторим упражнение 3–4 раза.



Выги языкочек, как стану  
Выгнул этот рыжий кот.  
Ну-ка, расмотри картинку:  
Он по мосту идет.



Учимся делать упражнение «Мостик».

Открываем рот. Выгнув спинку языка, упираем его кончик в нижнюю губу концами рта. Удерживаем в таком положении 3–5 секунд. Медленно сближаем и склеиваем губы, закрываем рот. «Мостик» стоит за закрытыми зубами. Затем предлагаем ребенку выпростить язычок, расслабиться, сплотно слюну. Повторим упражнение 3–4 раза.