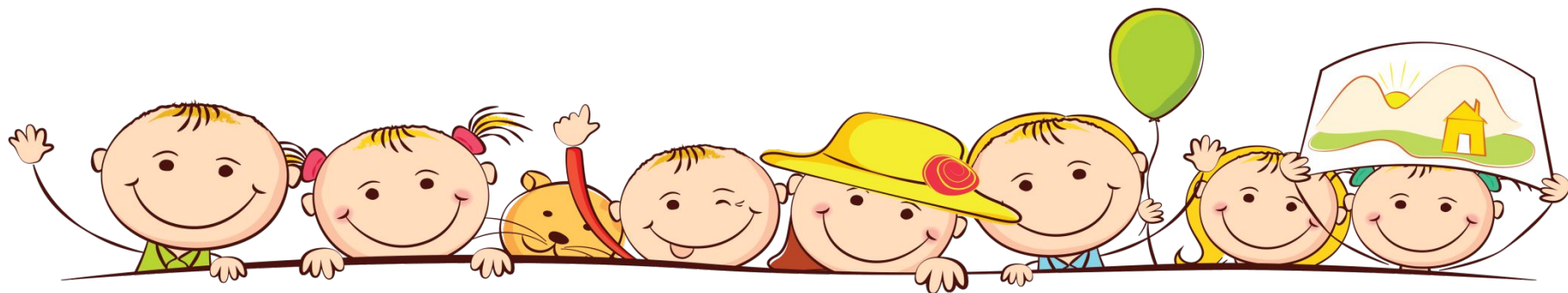


Ручки помогают – язычок наш укрепляют

(проведение артикуляционной
гимнастики с биоэнергопластикой)



Статические упражнения

Цели:

1. Воспитание точности, четкости, плавности и устойчивости артикуляционных движений.
2. Развитие координации движений кистей рук, мелкой моторики пальцев рук.
3. Активизация интеллектуальной деятельности ребенка: развитие памяти, произвольного внимания, зрительного и слухового восприятия.
4. Формирование межполушарной взаимосвязи.
5. Формирование умения действовать по словесным инструкциям.

Упражнение : «Бегемотик»

Цель: выработать умение удерживать открытый рот в течение нескольких секунд.



Рис 1а



Рис. 1б

Описание движений кисти и пальцев руки

Исходное положение — кисть руки находится горизонтально на уровне солнечного сплетения, 4 пальца сомкнуты с большим пальцем и согнуты в нижних фалангах, ладонь направлена вниз.

На счет «один» большой палец опускается вниз, 4 сомкнутых пальца поднимаются вверх. Удерживать кисть в таком положении под счет от 1 до 10, затем вернуть в исходное положение и удерживать под счет от 1 до 5. Повторить 4—5 раз.

Описание артикуляционного упражнения:

Исходное положение — сидя на стуле перед зеркалом, голова держится прямо, рот закрыт. На счет «один» открыть рот на расстояние ширины 2—3 пальцев, при этом язык должен свободно лежать во рту, кончик находится у нижних зубов. Удерживать рот в таком положении под счет от 1 до 10. Затем закрыть рот, держать закрытым под счет от 1 до 5.

Повторить 5 раз.

Упражнение: «Лягушка»

Цель: выработать умение удерживать губы в улыбке в течение нескольких секунд.

Описание артикуляционного упражнения:

Исходное положение — сидя на стуле перед зеркалом, голова держится прямо, рот закрыт, губы сомкнуты.

На счет «один» улыбнуться, зубы не обнажать. Удерживать губы в таком положении под счет от 1 до 10. Затем вернуть губы в исходное положение и удерживать под счет от 1 до 5.

Повторить 4—5 раз.

Описание движений кисти и пальцев руки.

Исходное положение — кисть руки находится горизонтально на уровне солнечного сплетения, пальцы выпрямлены и сомкнуты, ладонь слегка расслаблена, направлена вниз.

На счет «один» немного прогнуть ладонь в нижних фалангах, пальцы слегка направить вверх. Удерживать кисть в таком положении под счет от 1 до 10, затем вернуть в исходное положение и удерживать под счет от 1 до 5. Повторить 4—5 раз.



Упражнение: «Хоботок»

Цель: выработать умение вытягивать губы вперед, удерживать в таком положении несколько секунд.



Описание артикуляционного упражнения:

Исходное положение — сидя на стуле перед зеркалом, голова держится прямо, рот закрыт. На счет «один» вытянуть сомкнутые губы вперед. Удерживать «хоботок» под счет от 1 до 10. Затем вернуть губы в исходное положение, удерживать под счет от 1 до 5. Повторить 4—5 раз.

Описание движений кисти и пальцев руки:

Исходное положение — кисть руки находится горизонтально на уровне солнечного сплетения, пальцы выпрямлены и сомкнуты, ладонь слегка расслаблена, направлена вниз.

На счет «один» согнуть в нижних фалангах 4 пальца и сомкнуть с большим пальцем руки. Удерживать кисть в таком положении под счет от 1 до 10, затем вернуть в исходное положение и удерживать под счет от 1 до 5. Повторить 4—5 раз.

Упражнение: «Трубочка»

Цель: учить вытягивать губы вперед трубочкой и удерживать в таком положении несколько секунд.



Описание артикуляционного упражнения:

Исходное положение — сидя на стуле перед зеркалом, голова держится прямо, рот закрыт. На счет «один» округлить губы и вытянуть вперед трубочкой. Удерживать под счет от 1 до 10. Затем вернуться в исходное положение, удерживать под счет от 1 до 5. Повторить 4—5 раз.

Описание движений кисти и пальцев руки:

Исходное положение — кисть руки находится горизонтально на уровне солнечного сплетения, пальцы выпрямлены и сомкнуты, ладонь слегка расслаблена, направлена вниз.

На счет «один» согнуть пальцы в нижних фалангах, немного приблизить 4 сомкнутых пальца к большому пальцу. Удерживать в таком положении, не смыкая с большим пальцем, под счет от 1 до 10, затем вернуть в исходное положение и удерживать под счет от 1 до 5. Повторить 4—5 раз.

Упражнение: «Заборчик»

Цель: выработать умение длительно удерживать сомкнутые



Описание артикуляционного упражнения:

Исходное положение — сидя на стуле перед зеркалом, голова держится прямо, рот закрыт.

На счет «один» улыбнуться, обнажить сомкнутые зубы. Удерживать челюсти и губы в таком положении под счет от 1 до 10. Затем вернуть губы в исходное положение и удерживать под счет от 1 до 5. Повторить 4—5 раз.

Описание движений кисти и пальцев руки:

Исходное положение — кисть руки находится горизонтально на уровне солнечного сплетения, 4 пальца согнуты в нижних фалангах и сомкнуты с большим пальцем, ладонь направлена вниз.

На счет «один» пальцы немного сгибаются в области средних фаланг, приподнимаются над большим пальцем и расходятся в стороны, кончики пальцев опускаются вниз.

Удерживать кисть в таком положении под счет от 1 до 10, затем вернуть в исходное положение и удерживать под счет от 1 до 5. Повторить 4—5 раз.

Упражнение: «Лопатка»

Цель: выработать умение удерживать язык вне рта широким и расслабленным



Описание артикуляционного упражнения:

Исходное положение — сидя на стуле перед зеркалом, голова держится прямо, рот закрыт.

На счет «один» улыбнуться, открыть рот. Высунуть изо рта и положить на нижнюю губу широкий расслабленный язык.

Удерживать язык в таком положении под счет от 1 до 10. Затем вернуть язык и губы в исходное положение и

Описание движений кисти и пальцев руки:

Исходное положение — кисть руки находится на уровне солнечного сплетения, пальцы выпрямлены и сомкнуты, ладонь слегка расслаблена, направлена вниз .

На счет «один» кисть руки с сомкнутыми пальцами опустить вниз и удерживать в таком положении под счет от 1 до 10, затем вернуть в исходное положение и удерживать под счет от 1 до 5. Повторить 5—6 раз.

Упражнение: «Парус»

Цель: учить удерживать кончик языка за верхними зубами.



Описание артикуляционного упражнения:

Исходное положение — сидя на стуле перед зеркалом, голова держится прямо, рот закрыт.

На счет «один» улыбнуться, открыть рот, поднять язык за верхние передние зубы и упереть в альвеолы. Удерживать язык в таком положении под счет от 1 до 10. Затем вернуться в исходное положение, закрыть рот и удерживать под счет от 1

до 5.

Описание движений кисти и пальцев руки:

Исходное положение — кисть руки находится горизонтально на уровне солнечного сплетения, пальцы выпрямлены и сомкнуты, ладонь слегка расслаблена, направлена вниз.

На счет «один» кисть руки с сомкнутыми пальцами поднять вверх и немного выгнуть, удерживать под счет от 1 до 10, затем вернуть в исходное положение и удерживать под счет от 1 до 5. Повторить 5—6 раз.

Повторить 5—6 раз.

Упражнение: «Чашка»

Цель: выработать умение удерживать язык с загнутыми вверх передним и боковыми краями.



Описание артикуляционного упражнения:

Исходное положение — сидя на стуле перед зеркалом, голова держится прямо, рот закрыт. На счет «один» улыбнуться, открыть рот, высунуть язык изо рта. Поднять кончик, переднюю и боковые части языка вверх так, чтобы получился «ковшик». Удерживать язык в таком положении под счет от 1 до 10. Затем вернуть язык и губы в исходное положение, закрыть рот и удерживать под счет от 1 до 5.

Описание движений кисти и пальцев руки:

Исходное положение — кисть руки находится горизонтально на уровне солнечного сплетения ладонью вверх, пальцы сомкнуты и слегка согнуты в нижних фалангах. На счет «один» сомкнутые пальцы согнуть в области нижних и средних фаланг и немного поднять кончики вверх, удерживать ладонь в форме ковшика под счет от 1 до 10, затем вернуть в исходное положение и удерживать под счет от 1 до 5. Повторить 4—5 раз

Повторить 4—5 раз.

Упражнение: «Иголка»

Цель: выработать умение удерживать вне рта узкий язык.

Описание

артикуляционного упражнения:

Исходное положение — сидя на стуле перед зеркалом, голова держится прямо, рот закрыт. На счет «один» открыть рот, вытянуть вперед губы трубочкой. Просунуть между губами узкий язык и удерживать его в таком положении под счет от 1 до 10. Затем вернуться в исходное положение, закрыть рот и удерживать под счет от 1 до 5. Повторить 4—5 раз.



Описание движений кисти и пальцев руки:

Исходное положение — кисть руки находится горизонтально на уровне солнечного сплетения, пальцы выпрямлены и сомкнуты, ладонь слегка расслаблена, направлена вниз.

На счет «один» сомкнуть в кулак пальцы, оставить выпрямленным лишь указательный палец. Удерживать под счет от 1 до 10, затем вернуть в исходное положение и удерживать под счет от 1 до 5. Повторить 4—5 раз.

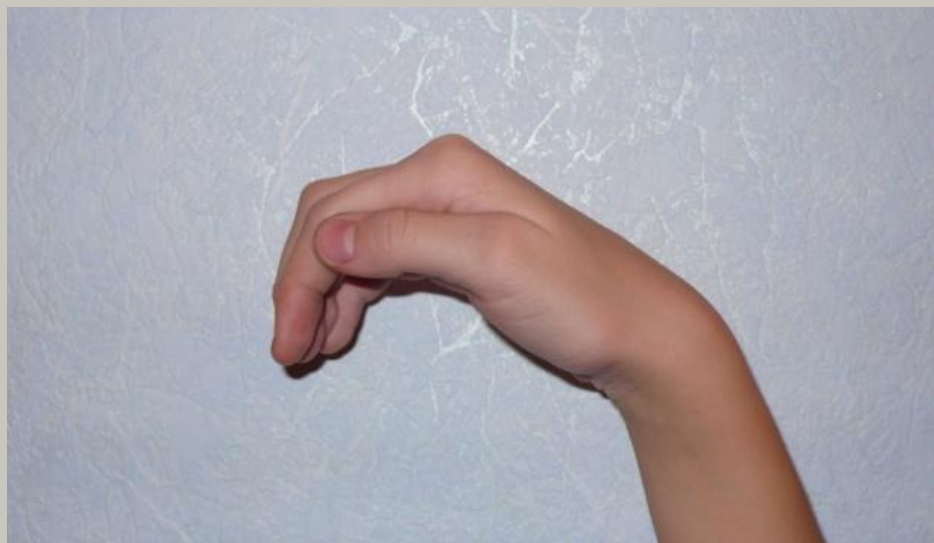
Упражнение: «Кошка сердится»

Цель: учить удерживать кончик языка за нижними зубами.

Описание

артикуляционного упражнения:

Исходное положение — сидя на стуле перед зеркалом, голова держится прямо, рот закрыт. На счет «один» улыбнуться, открыть рот, опустить язык за нижние передние зубы и упереть в альвеолы. Среднюю часть языка округлить, немного продвинуть вперед. Удерживать язык в таком положении под счет от 1 до 10. Затем вернуть язык в исходное положение, закрыть рот и удерживать под счет от 1 до 5. Повторить 5—6 раз.



Описание движений кисти и пальцев руки:

Исходное положение — кисть руки находится горизонтально на уровне солнечного сплетения, пальцы выпрямлены и сомкнуты, ладонь слегка расслаблена, направлена вниз.

На счет «один» сомкнутые пальцы согнуть в нижних и средних фалангах, удерживать ладонь в форме ковша с опущенными вниз пальцами под счет от 1 до 10, затем вернуть в исходное положение и удерживать под счет от 1 до 5. Повторить 5—6 раз.

Упражнение: «Грибок»

Цель: выработать подъем языка вверх, тренировать подъязычную связку.



Описание артикуляционного упражнения:

Исходное положение — сидя на стуле перед зеркалом, голова держится прямо, рот закрыт.

На счет «один» улыбнуться, открыть рот, поднять язык вверх и присосать к небу, кончик языка должен находиться у верхних передних зубов. Удерживать язык в таком положении под счет от 1 до 10. Затем вернуться в исходное положение, закрыть рот и удерживать под счет от 1 до 5. Повторить 4—5 раз

Описание движений кисти и пальцев руки:

Исходное положение — кисть руки находится горизонтально на уровне солнечного сплетения, пальцы выпрямлены и сомкнуты, ладонь слегка расслаблена, направлена вниз.

На счет «один» кисть руки с сомкнутыми пальцами согнуть в области нижних фаланг и удерживать в форме «ковшика» под счет от 1 до 10, затем вернуть в исходное положение и удерживать подсчет от 1 до 5. Повторить 4—5 раз.

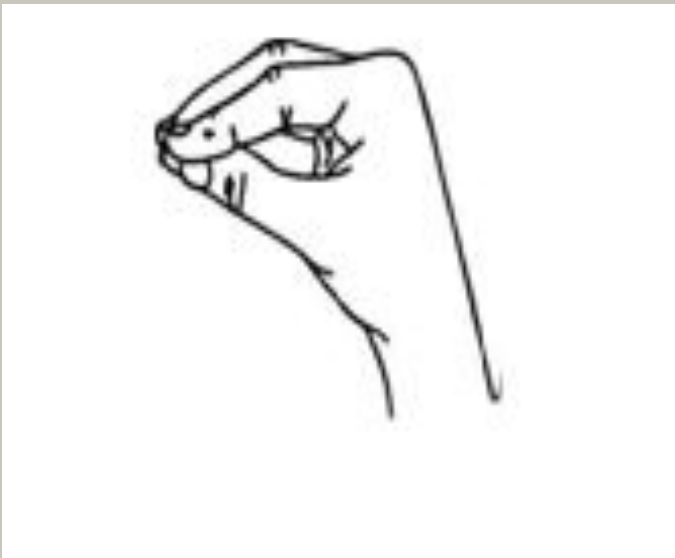
Динамические упражнения:

Цели:

1. Формирование умения плавного переключения с одного артикуляторного движения на другое,.
2. Воспитание точности, целенаправленности, плавности движений артикуляционных органов,.
3. Развитие координации движений кистей и пальцев рук.
4. Развитие памяти, произвольного внимания, зрительного и слухового восприятия.
5. Развитие межполушарной взаимосвязи.
6. Формирование умения действовать по словесным инструкциям.

Упражнение: «Пятачок»

Цель: учить выполнять точные движения губами под счет, тренировать мышцы губ.



Описание артикуляционного упражнения:

Исходное положение — сидя на стуле перед зеркалом, голова держится прямо, рот закрыт.

На счет «один» вытянуть сомкнутые губы вперед «хоботком», повернуть «хоботок» влево, на счет «два» — повернуть вправо, на счет «три» — поднять вверх, на счет «четыре» — опустить вниз. Затем вернуться в исходное положение, закрыть рот и удерживать под счет от 1 до 5. Выполнять упражнение 5—6 раз.

Под счет «один», «два», «три», «четыре» вытянуть губы вперед «хоботком», выполнять круговые движения по траектории влево — вверх — вправо — вниз. Затем вернуться в исходное положение, закрыть рот и удерживать под счет от 1 до 5.

Повторить упражнение 5—6 раз.

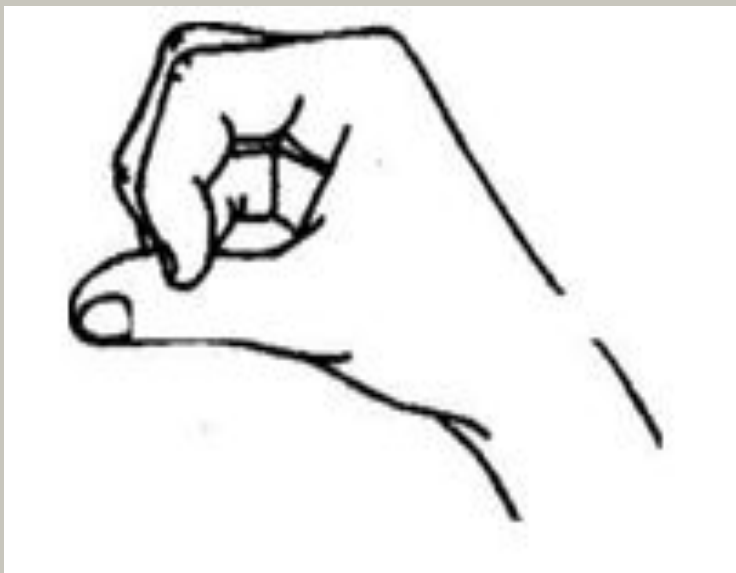
Описание артикуляционного упражнения:

Исходное положение — сидя на стуле перед зеркалом, голова держится прямо, рот закрыт. На счет «один» вытянуть сомкнутые губы вперед «хоботком», повернуть «хоботок» влево, на счет «два» — повернуть вправо, на счет «три» — поднять вверх, на счет «четыре» — опустить вниз. Затем вернуться в исходное положение, закрыть рот и удерживать под счет

от 1 до 5. Выполнять упражнение 5—6 раз. Под счет «один», «два», «три», «четыре» вытянуть губы вперед «хоботком», выполнять круговые движения по траектории влево — вверх — вправо — вниз. Затем вернуться в исходное положение, закрыть рот и удерживать под счет от 1 до 5. Повторить упражнение 5—6 раз.

Упражнение: «Кролик»

Цель: учить выполнять легкий массаж нижней губы верхними зубами.



Описание артикуляционного упражнения:

Исходное положение — сидя на стуле перед зеркалом. голова держится прямо, рот закрыт.

Улыбнуться, открыть рот и покусывать верхними передними зубами нижнюю губу под счет от 1 до 10. Затем закрыть рот, держать закрытым под счет от 1 до 5. Повторить упражнение 5 раз.

Описание артикуляционного упражнения:

Исходное положение — сидя на стуле перед зеркалом. голова держится прямо, рот закрыт. Улыбнуться, открыть рот и покусывать верхними передними зубами нижнюю губу под счет от 1 до 10. Затем закрыть рот, держать закрытым под счет от 1 до 5. Повторить упражнение 5 раз.

Упражнение: «Чистим зубы»

Цель: учить выполнять дифференцированные движения языком

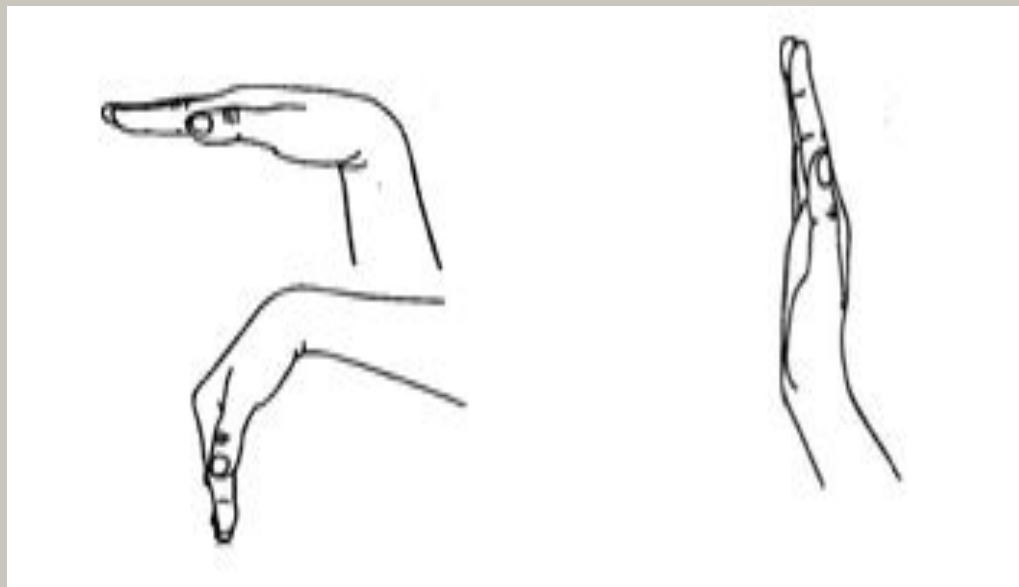
Описание

артикуляционного упражнения:

Исходное положение — сидя на стуле перед зеркалом, голова держится прямо, рот закрыт.

Улыбнуться, открыть рот. На счет «один» кончик языка опустить за нижние передние зубы и выполнять движения из стороны в сторону под счет от 1 до 5. На счет «два» поднять кончик языка вверх и так же выполнять движения из стороны в сторону под счет от 1 до 5. Затем закрыть рот, держать закрытым под счет от 1 до 5.

Повторить упражнение 6—7 раз.



Описание движений кисти и пальцев руки

Исходное положение — кисть руки находится горизонтально пальцы выпрямлены и сомкнуты, ладонь направлена вниз.

На счет «один» опустить кисть руки вниз и выполнять движения из стороны в сторону, считая от 1 до 5. На счет «два»

поднять кисть вверх и так же выполнять движения из стороны в сторону, считая от 1 до 5. Пальцы поднятой вверх или опущенной вниз ладони указывают на верхнее или нижнее положение языка. Затем вернуть кисть в исходное положение, удерживать под счет от 1 до 5. Выполнять упражнение 6—7 раз.

Упражнение: «Кошка сердится»

Цель: выработать умение изменять положения языка, выполнять точные движения.

Описание

артикуляционного упражнения:

Исходное положение — сидя на стуле перед зеркалом, голова держится прямо, рот закрыт. На счет «один» улыбнуться, открыть рот, упереть кончик языка за нижние передние зубы. Спинку и переднюю часть языка выгнуть (кошка сердится). На счет «два» вернуть язык в исходное положение, но с открытым ртом (кошка спит), язык при этом спокойно лежит во рту, кончик находится возле нижних зубов. Затем закрыть рот, держать

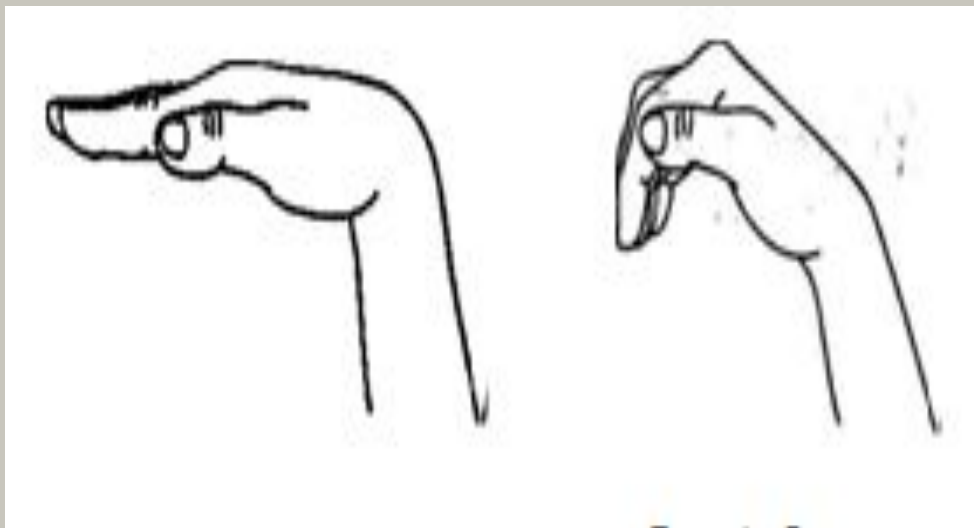
закрытым под счет от 1 до 5. Повторить

упражнение 6—7 раз

Описание движений кисти и пальцев руки:

Исходное положение — кисть руки находится горизонтально на уровне солнечного сплетения, пальцы выпрямлены и сомкнуты, ладонь направлена вниз.

На счет «один» согнуть пальцы в нижних и средних фалангах, опустить кончики пальцев вниз. На счет «два» — вернуть пальцы и кисть в исходное положение, удерживать под счет от 1 до 5. Выполнять упражнение 6—7 раз.



Упражнение: «Катушка»

Цель: выработать умение удерживать язык в нижнем положении.

Описание артикуляционного упражнения:

Исходное положение — сидя на стуле перед зеркалом, голова держится прямо, рот закрыт. На счет «один» улыбнуться, открыть рот, упереть кончик языка в основания нижних зубов и «выкатить» широкий язык вперед изо рта. На счет «два» убрать язык вглубь рта. Выполнять упражнение под счет от 1 до 10. Затем закрыть рот, держать закрытым под счет от 1 до 5. Повторить 4—5 раз.

Описание движений кисти и пальцев руки:

Исходное положение — кисть руки находится горизонтально на уровне солнечного сплетения, 4 пальца полусогнуты в средних и нижних фалангах, ладонь направлена вниз.

На счет «один» подогнуть пальцы руки, слегка наклонив кисть вниз. На счет «два» вернуть кисть в исходное положение. Выполнять под счет от 1 до 10, затем вернуть в исходное положение и удерживать под счет от 1 до 5. Повторить 4—5 раз.



Упражнение: «Качели»

Цель: учить выполнять точные и ритмичные движения ЯЗЫКОМ.

Описание артикуляционного упражнения:

Исходное положение — сидя на стуле перед зеркалом, голова держится прямо, рот закрыт. На счет «один» улыбнуться, открыть рот, упереть язык в альвеолы за верхними передними зубами. На счет «два» опустить язык вниз к альвеолам за нижними передними зубами. Выполнять упражнение под счет от 1 до 10, поочередно касаться бугорков за верхними и за нижними

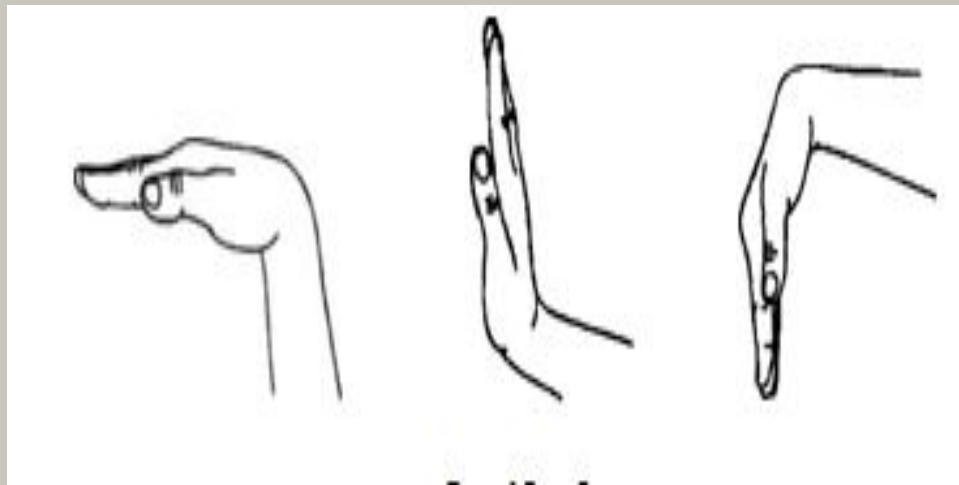
передними зубами, слегка упираясь в них. Затем закрыть рот, держать закрытым под счет от 1 до 5. Повторить упражнение 5—6 раз.

Описание движений кисти и пальцев руки:

Исходное положение — кисть руки находится горизонтально на уровне солнечного сплетения, пальцы выпрямлены и сомкнуты, ладонь направлена вниз.

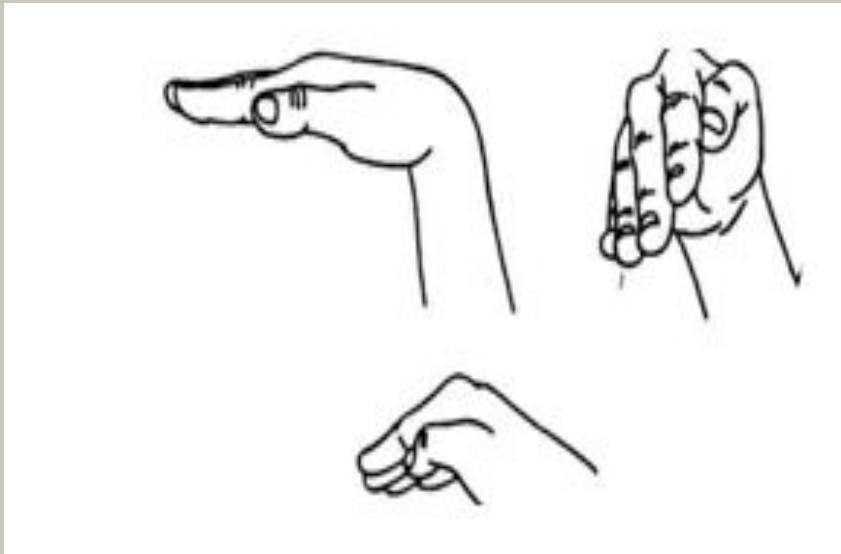
На счет «один» поднять сомкнутые пальцы вверх, на счет «два» опустить ладонь вниз. Выполнять упражнение под счет от 1 до 10, затем вернуть в исходное положение и удерживать от 1 до 5.

Повторить 5—6 раз.



Упражнение: «Часики»

Цель: выработать умение чередовать точные движения языка.



Описание артикуляционного упражнения:

Исходное положение — сидя на стуле перед зеркалом, голова держится прямо, рот закрыт. На счет «один» улыбнуться, открыть рот, высунуть кончик языка изо рта и коснуться левого угла рта. На счет «два» коснуться кончиком языка правого угла рта. Выполнять упражнение под счет от 1 до 10, поочередно касаясь левого и правого углов рта. Затем закрыть рот, удерживать под счет от 1 до 5. Повторить 4—5 раз.

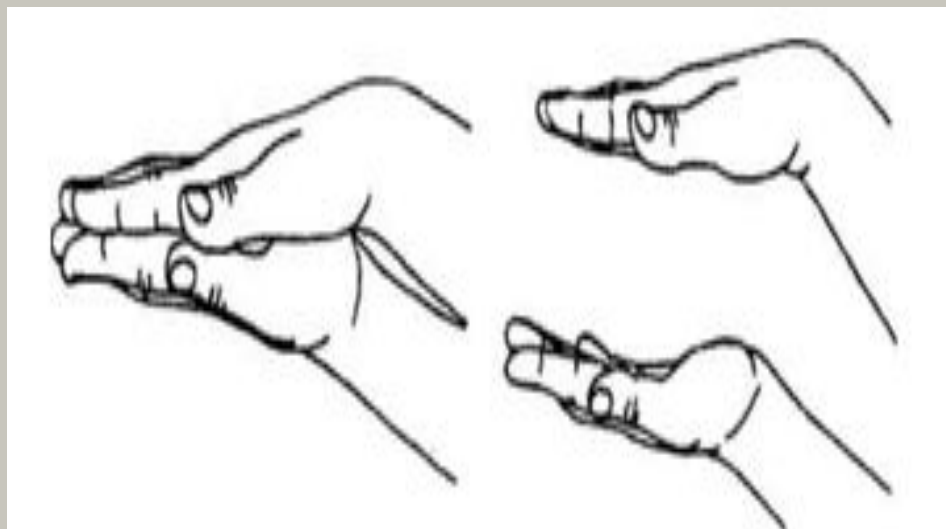
Описание движений кисти и пальцев руки:

Исходное положение — кисть руки находится горизонтально на уровне солнечного сплетения, пальцы выпрямлены и сомкнуты, ладонь направлена вниз.

На счет «один» повернуть кисть влево, на счет «два» повернуть вправо. Выполнять под счет от 1 до 10, затем вернуть в исходное положение и удерживать под счет от 1 до 5. Повторить 4—5 раз.

Упражнение: «Блинчики»

Цель: выработать умение удерживать широкий язык, выполнять массаж языка.



Описание артикуляционного упражнения:

Исходное положение — сидя на стуле перед зеркалом, голова держится прямо, рот закрыт.

На счет «один» улыбнуться, открыть рот, высунуть широкий расслабленный язык изо рта и положить на нижнюю губу, покусывать язык зубами и произносить «пя — пя — пя — пя» под счет от 1 до 10. Затем закрыть рот, держать закрытым под счет от 1 до 5.

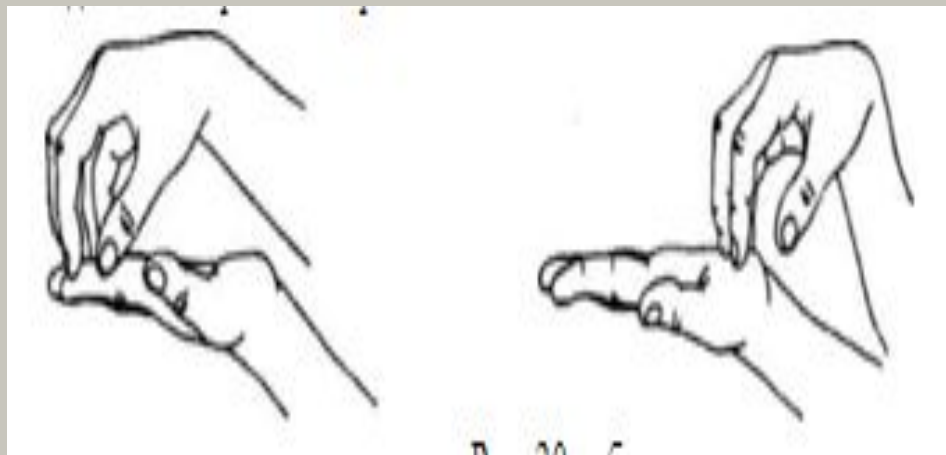
Описание движений кисти и пальцев руки

Исходное положение — кисти рук расположены, как при хлопке, ладонями друг к другу.

На счет «один», «два», «три», «четыре» и т. д. (от 1 до 10 раз) выполняется хлопок ладонями. Затем вернуть ладони в исходное положение и удерживать под счет от 1 до 5. Повторить упражнение 4—5 раз.

Упражнение: «Расческа»

Цель: учить удерживать язык широким и расслабленным.



Описание артикуляционного упражнения:

Исходное положение — сидя на стуле перед зеркалом, голова держится прямо, рот закрыт. На счет «один» улыбнуться, открыть рот, положить широкий язык на нижнюю губу. Закусить язык верхними зубами и протягивать между зубами вглубь рта под счет от 1 до 10. Затем закрыть рот, держать закрытым под счет от 1 до 5. Повторить упражнение 5—6 раз.

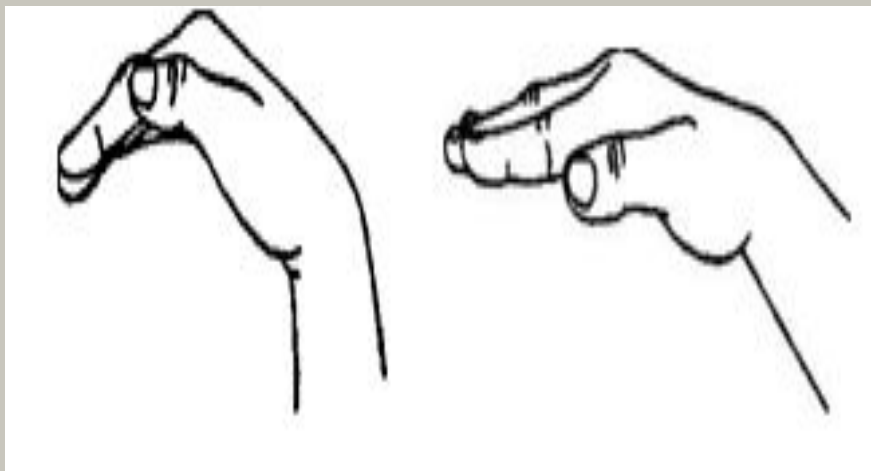
Описание движений кисти и пальцев руки:

Исходное положение — левая рука расположена вверх ладонью, пальцы правой руки согнуты и расположены на пальцах другой руки. Кисти рук находятся горизонтально на уровне солнечного сплетения.

На счет «один» провести пальцами ведущей руки по пальцам и ладони другой руки до запястья, затем вернуть в исходное положение. На счет «два» выполнить аналогичное движение. Выполнять упражнение под счет от 1 до 10, затем вернуть в исходное положение и удерживать под счет от 1 до 5. Повторить 5—6 раз.

Упражнение: «Гармошка»

Цель: выработать умение удерживать язык в верхнем положении.



Описание артикуляционного упражнения:

Исходное положение — сидя на стуле перед зеркалом, голова держится прямо, рот закрыт.

На счет «один» улыбнуться, широко открыть рот, щелкнуть языком и присосать к небу. На счет «два», «три», «четыре», «пять», «шесть» опускать и поднимать нижнюю челюсть, не отрывая язык от неба. При этом рот открыт, язык не опускается.

Удерживать в таком положении под счет от 1 до 6. Затем закрыть рот, держать закрытым под счет от 1 до 3. Повторить упражнение 4—5 раз.

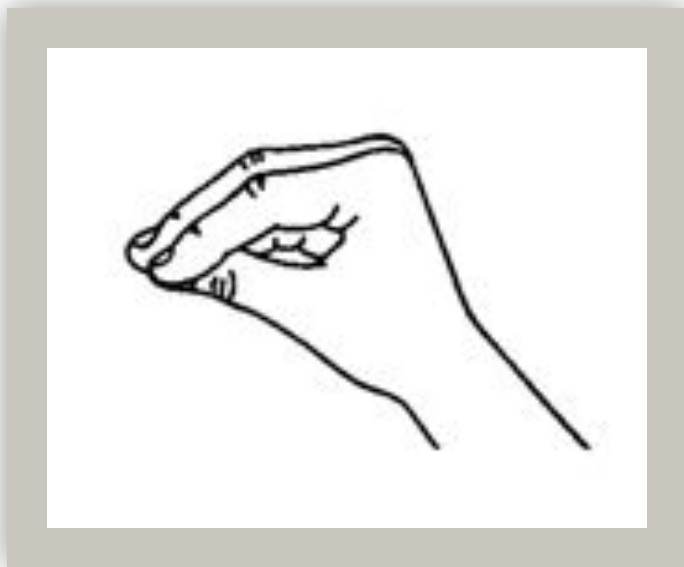
Описание движений кисти и пальцев руки:

Исходное положение — кисть руки находится горизонтально на уровне солнечного сплетения, все пальцы сомкнуты и согнуты в нижних фалангах в форме «ковшика», ладонь направлена вниз.

Под счет от 1 до 6 по очереди выпрямлять и сгибать пальцы в такт артикуляционным движениям. Затем вернуть в исходное положение и удерживать под счет от 1 до 5. Повторить упражнение 4—5 раз.

Упражнение: «Лошадка»

Цель: выработать умение ритмично щелкать языком, тренировать подъязычную связку.



Описание артикуляционного упражнения:

Исходное положение — сидя на стуле перед зеркалом, голова держится прямо, рот закрыт. На счет «один» улыбнуться, открыть рот, присосать язык к небу. Под счет от 1 да 10 ритмично и сильно щелкать языком. Затем закрыть рот, держать закрытым под счет от 1 до 5. Повторить упражнение 6—7 раз

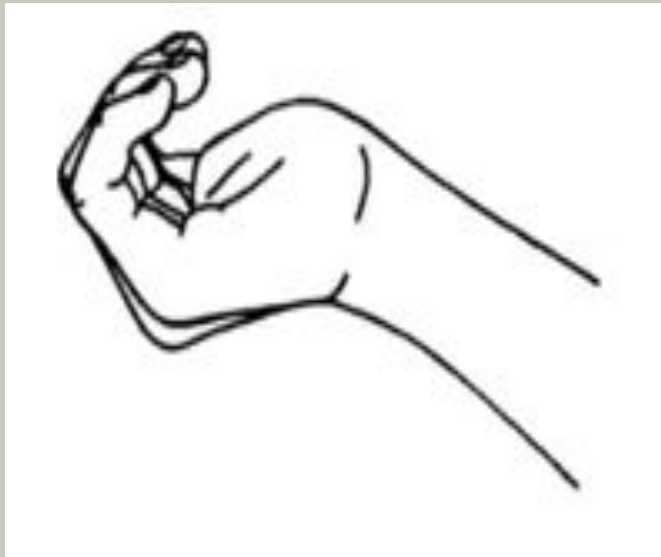
Описание движений кисти и пальцев руки:

Исходное положение — кисть руки находится горизонтально на уровне солнечного сплетения, 4 пальца сомкнуты с большим пальцем .

Под счет от 1 до 10 по очереди смыкать и размыкать 4 пальца с большим пальцем руки, при этом пальцы остаются согнутыми в нижних фалангах. Затем вернуть в исходное положение и удерживать под счет от 1 до 5. Повторить упражнение 6—7 раз.

Упражнение: «Индюк»

Цель: выработать умение производить движения языком по верхней губе



Описание артикуляционного упражнения:

Исходное положение—сидя на стуле перед зеркалом, голова держится прямо, рот закрыт. На счет «один» улыбнуться, открыть рот, высунуть язык, поднять к верхней губе и загнуть вверх. Двигать языком по губе вперед— назад и произносить при этом «бл, бл, бл, бл».. Выполнять под счет от 1 до 10. Затем закрыть рот, держать закрытым под счет от 1 до 5. Повторить упражнение 4— 5 раз.

Описание движений кисти и пальцев руки:

Исходное положение — кисть руки находится горизонтально на уровне солнечного сплетения, ладонь направлена вверх, пальцы полусогнуты .

Под счет от 1 до 10 сгибать пальцы в верхних и средних фалангах, выполняя хватательные движения. Затем вернуть в исходное положение и удерживать под счет от 1 до 5. Повторить упражнение 4—5 раз.

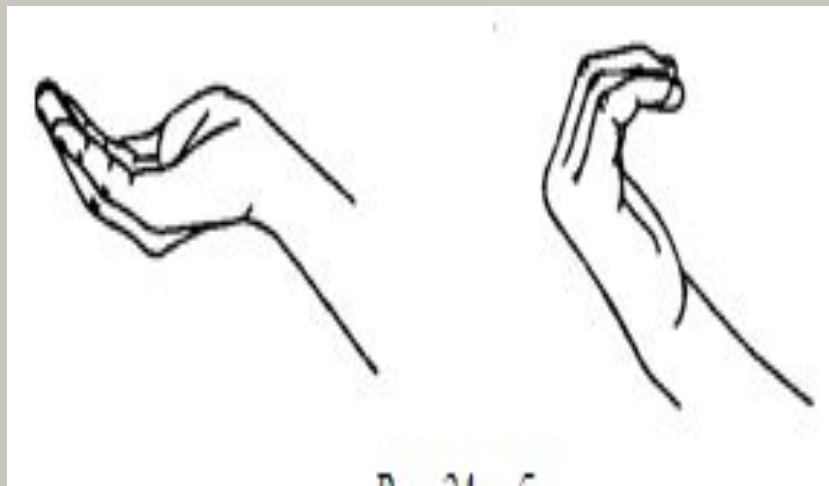
Упражнение: «Малляр»

Цель: учить выполнять плавные движения языком, тренировать подъязычную связку

Описание артикуляционного упражнения:

Исходное положение — сидя на стуле перед зеркалом, голова держится прямо, рот закрыт.

На счет «один» широко открыть рот, кончиком языка упереться в альвеолы за верхними передними зубами. На счет «два» немного продвинуть язык по небу в направлении от зубов к горлу. Проводить языком по небу под счет от 1 до 4. На счет «пять» — вернуть язык в исходное положение. Затем закрыть рот, держать закрытым под счет от 1 до 5. Повторить упражнение 4—5 раз.



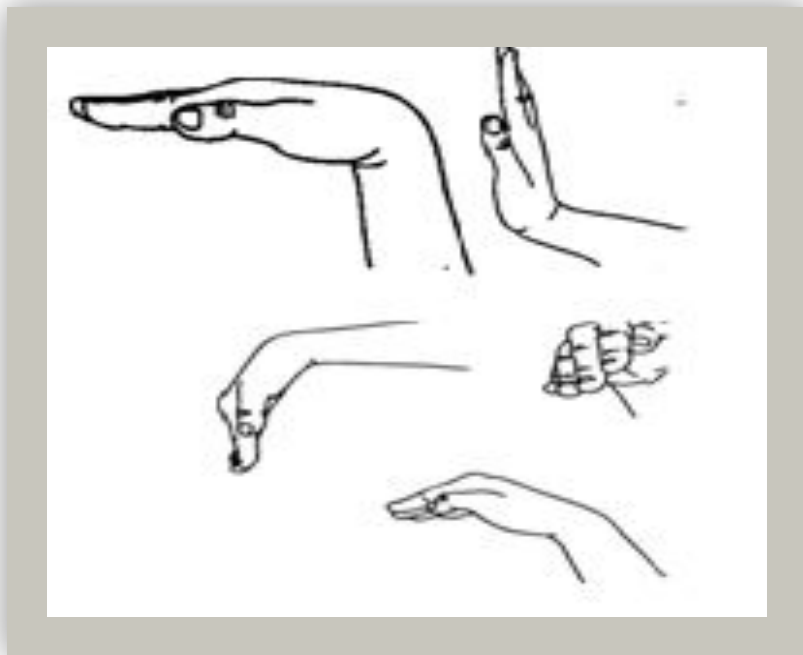
Описание движений кисти и пальцев руки:

Исходное положение — кисть руки находится горизонтально на уровне солнечного сплетения, ладонь направлена вверх, пальцы полусогнуты.

На счет «один», «два», «три», «четыре» двигать полусогнутыми пальцами по направлению к запястью. На счет «пять» пальцы кисти возвращаются в исходное положение, удерживать под счет от 1 до 5. Повторить упражнение 4—5 раз.

Упражнение: «Язычок на

Цель: выработать умение поднимать язык вверх, опускать вниз, выполнять движения в стороны.



Описание артикуляционного упражнения:

Исходное положение — сидя на стуле перед зеркалом, голова держится прямо, рот закрыт. На счет «один» улыбнуться, открыть рот, высунуть язык изо рта и поднять вверх. На счет «два» опустить язык вниз, на счет «три» повернуть к левому углу рта, на счет «четыре» повернуть к правому углу рта. Выполнять перекрестные движения языком 4 раза подряд, затем закрыть рот, держать закрытым под счет от 1 до 5. Повторить 5—6 раз.

Описание движений кисти и пальцев руки:

Исходное положение — кисть руки находится горизонтально на уровне солнечного сплетения, пальцы выпрямлены и сомкнуты, ладонь опущена вниз.

На счет «один» поднять кисть вверх, на счет «два» опустить вниз, на счет «три» повернуть влево, затем на счет «четыре» повернуть вправо. Выполнять перекрестные движения кистью 4 раза подряд, затем вернуть в исходное положение и удерживать под счет от 1 до 5. Повторить 5—6 раз.

Спасибо за
внимание!

