

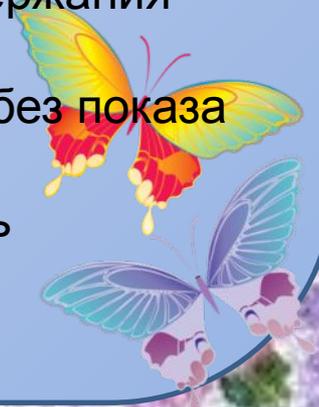


**ЗАРЯДКА  
ДЛЯ  
НЕПОСЛУШНОГО  
О  
ЯЗЫЧКА**



# Методические рекомендации для родителей

- Внимательно прочитайте описание упражнения. Попробуйте выполнить его перед зеркалом. Только после того, как Вы сами освоите это упражнение, предлагайте его ребенку.
- Гимнастика проводится ежедневно по 5-10 минут.
- Упражнения выполнять сидя перед зеркалом (достаточно настольного зеркала 15\*15 см.), в спокойной обстановке, при достаточном освещении.
- Комплекс на 1 занятие включает 5-7 упражнений для губ и языка, 1 упражнение для развития речевого дыхания.
- Каждое упражнение выполняется по 5 раз.
- Упражнения выполняются после показа взрослого. Для поддержания интереса к гимнастике используются стихи.
- После того, как упражнение усвоено, ребенок выполняет его без показа взрослого (по названию).
- Взрослый обязательно контролирует правильность и четкость выполнения упражнений.



## Комплексы артикуляционной гимнастики.

- **Общеукрепляющие** упражнения: № 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7.
- Для звуков **С, З, Ц**: № 2, 6, 7, 8.
- Для звуков **Ш, Ж, Ч, Щ**: № 4, 5, 8, 9, 10, 11, 12.
- Для звука **Л**: № 2, 7, 9, 11, 13, 14, 15.
- Для звука **Р**: № 1, 2, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18.

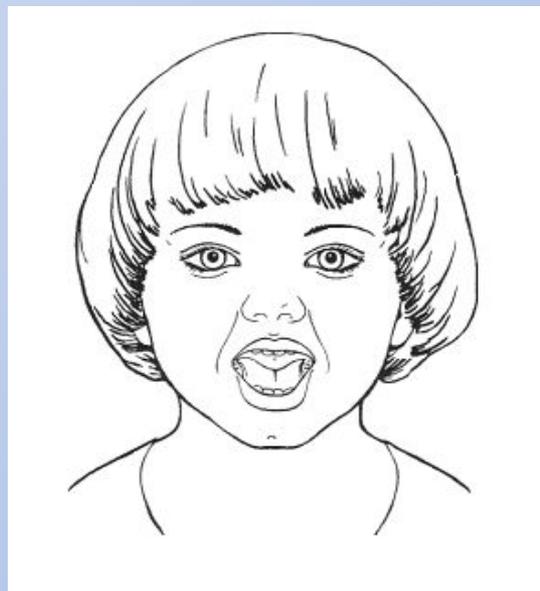


# 1. «Рыба».

*Рот широко открыть. Все зубы видны.*

*Язык спокойно лежит за нижними зубами. Удерживать под счет от 1 до 5.*

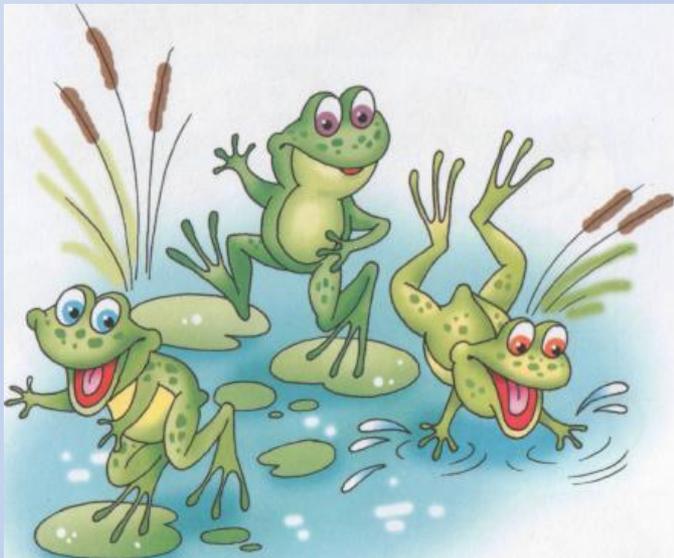
**Открывает рыба рот,  
Да не слышно, что поет.**



## 2. «Лягушка».

*Губы растянуть в улыбке. Показать верхние зубы.  
Нижние зубы не должны быть видны. Удержать под счет от 1 до 5*

**Тянуть губы прямо к ушкам  
Очень нравится лягушкам.  
Улыбаются, смеются.  
А глаза у них, как блюдца.**



### 3. «Хоботок».

*Зубы сомкнуть, губы вытянуть хоботком. Удерживать под счет от 1 до 5.*

**Подражаю я слону:  
Губы хоботом тяну...  
Даже если я устану,  
Их тянуть не перестану.  
Буду долго так держать,  
Свои губы укреплять.**



## 4. «Заборчик».

*Верхнюю губу поднять, нижнюю опустить.  
Показать сомкнутые зубы. Удерживать под счет от 1 до 5.*

**Зубы ровно мы смыкаем  
И заборчик получаем.  
А сейчас раздвинем губы,  
Посчитаем наши зубы.**



## 5. «Бублик».

*Округленные губы слегка вытянуть вперед.  
Зубы открыть. Удерживать под счет от 1 до 5.*

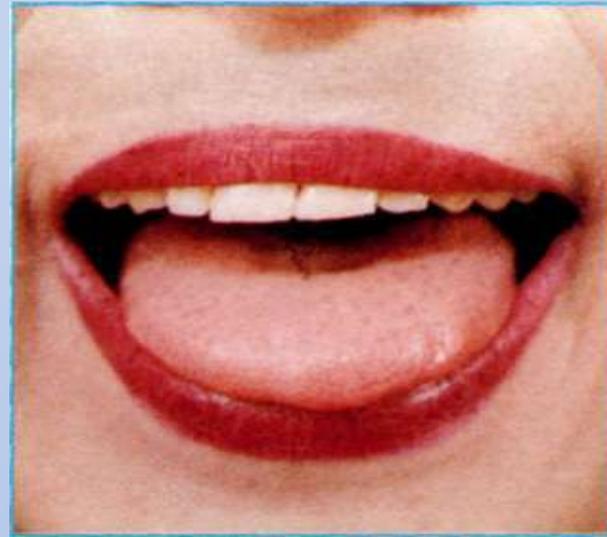
**Бублик мы изобразили –  
Плавно губы округлили.  
Их теперь нельзя смыкать,  
Бублик надо удерживать.**



## 6. «Лопата».

*Широкий язык расслабить, положить на нижнюю губу.  
Следить, чтобы язык не дрожал. Удерживать под счет от 1 до 5.*

**Язык лопатой положи  
И под счет его держи.  
Раз, два, три, четыре, пять,  
Язык надо расслаблять.**



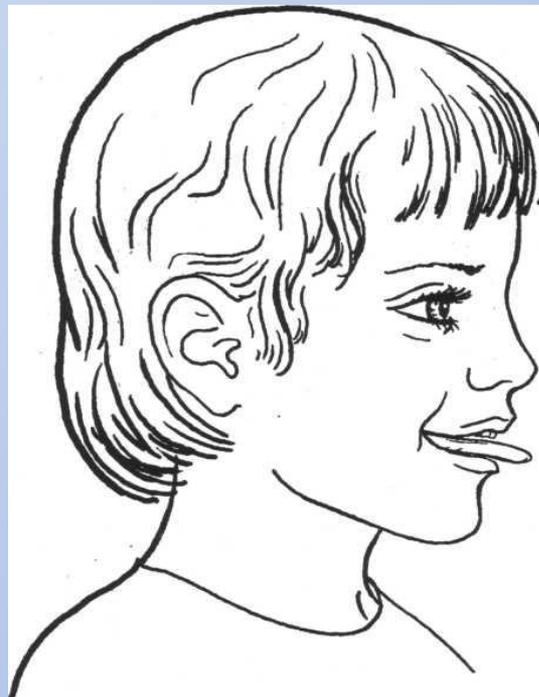
# 7. «Иголочка».

*Рот широко открыть. Все зубы видны.*

*Напряженный язык высунуть далеко вперед, сделать его узким.*

*Удерживать под счет от 1 до 5.*

**Язык в иголочку превращаю,  
Напрягаю и сужаю.  
Острый кончик потяну,  
До пяти считать начну.  
Раз, два, три, четыре, пять!  
Иголочку я могу держать.**

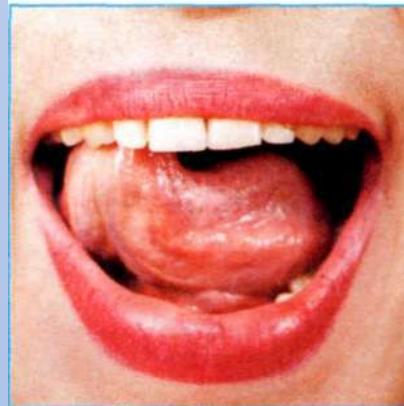


## 8. «Чистим зубы».

*Рот приоткрыт, видны все зубы. Языком почистить зубы с внутренней стороны (движениями вправо-влево). Нижняя челюсть неподвижна. Выполнять под счет 1-5.*

**Чищу зубы, посмотри,  
Не болели чтоб они.**

**Зубки нужно чистить дважды:  
Каждое утро и вечер каждый.**



## 9. «Качели».

*Высунуть узкий язык. Кончиком языка тянуться попеременно то к носу, то к подбородку.  
Рот не закрывать. Нижняя губа не натягивается на нижние зубы.  
Нижняя челюсть неподвижна. Выполнять под счет от 1 до 5.*

**На качелях я качаюсь  
Вверх-вниз, вверх-вниз.  
И все выше поднимаюсь –  
Вверх-вниз, вверх-вниз.**

