Рекомендации по проведению упражнений

1. Проводить артикуляционную гимнастику нужно ежедневно, чтобы вырабатываемые у ребенка навыки закреплялись. Лучше выполнять упражнения 3-4 раза в день по 3-5 минут.

2. Каждое упражнение выполняется по 5-7 раз.

3. Статические упражнения выполняются по 10-15 секунд (удержание артикуляционной позы в одном положении).

4. Идти от простых упражнений к более сложным.

5. Из выполняемых упражнений новым может быть только одно, второе и третье даются для повторения и закрепления.

6. Артикуляционную гимнастику выполняют сидя, так как в таком положении у ребенка прямая спина, тело не напряжено, руки и ноги находятся в спокойном положении.

7. Проводить гимнастику перед настенным зеркалом.

Упражнения

1. *Улыбка.*

Удерживаем губы в улыбке, зубы не показываем.

2. *Дудочка.*

Вытягиваем губы вперед в трубочку.

3. Чередование *Улыбка – дудочка – улыбка …* (под счет раз – два…).

4. *Заборчик.*

Улыбнуться так, чтобы были видны верхние и нижние зубы.

5. *Волчонок.*

Выполнить упражнение «заборчик» и приоткрыть рот на расстояние 2-3 см. При этом видны верхние и нижние зубы.

6. *Окошко.*

Выполнить «трубочку» и приоткрыть рот.

7. *Прячем губки*.

Втянуть губы к зубам.

8. *Фырканье лошади.*

Вибрация сомкнутых губ воздушной струей.

*9. Трубач*.

Из положения «трубочка» - движения губ влево – вправо, по кругу..

10. *Чмоканье.*

Удержание губами карандашей, стеклянных трубочек, пуговиц, фасоли.

11. *Расческа.*

«Причесываем» верхнюю губу нижними зубами, а нижнюю – верхними.

12. *Зайчик.*

Поднимать верхнюю губу, обнажая верхние зубы.

13. *Лягушка.*

Опускать нижнюю губу, обнажая нижние зубы.

14. *Бульдог.*

Спрятать язык под верхнюю губу.

15. *Обезьянка.*

Спрятать язык под нижнюю губу.

Самомассаж губ

- поглаживание подушечками пальцев по кругу

- поглаживание подушечками пальцев от середин губ к уголкам (сначала верхнюю, потом нижнюю)

- пощипывание губ по кругу

- пощипывание с перетиранием по кругу

- оттягивание верхней губы с перетиранием, затем нижней

- поглаживание по кругу

**Комплекс**

**артикуляционных упражнений**

**для губ**

