

Рекомендації щодо проведення вправ артикуляційної гімнастики для дітей

- Всі вправи слід повторювати не менше 4-8 разів;
- Гімнастику артикуляції слід проводити щодня, щоб навички, що виробляються з її допомогою, закріпилися якнайкраще. Оптимальніше всього виконувати вправи кілька разів на день, хвилин по п'ять, причому не більше трьох вправ за один підхід;
- Кожну статичну вправу слід виконувати по 15-20 секунд (утримання мимічної пози);
- При виборі вправ, які будуть включені в гімнастику артикуляції, слід враховувати і їх послідовність, спочатку виконуючи прості вправи, а вже потім переходячи до складних. Рекомендується проводити заняття в ігровій формі;
- Давати нові вправи слід перемежовуючи з уже знайомими, щоб вони закріплювалися за допомогою повторення. Якщо яка-небудь вправа у дитини викликає труднощі, то краще почекати з введенням нових вправ, а зробити упор на відпрацювання старого матеріалу, подавши його у трохи іншій формі;
- Комплекс вправ слід виконувати в положенні сидячи, спина повинна бути пряма, тіло розслаблене, ноги і руки перебувати в спокої;
- Хорошим початком будуть вправи для губ;

Вправи для губ

- Трубочка (хоботок) — губи витягуються вперед у вигляді довгої трубочки;
- Усмішка — посміхаємося так, щоб не було видно зуби;
- Парканчик — посміхаємося природно, зуби зімкнуті;
- Рупор (бублик) — зуби слід стулити, округлити губи і витягнути їх уперед.

Вправи для розвитку рухливості губ

- Посмішка трубочкою — губи витягуються трубочкою вперед, після чого розтягуються в посмішку;
- Спочатку верхня, потім нижня губа, чухаються і покусуються зубами;
- П'ятачок — губи витягуються трубочкою вперед, після чого ними треба рухати в різних напрямках;
- Каченя — щоки сильно втягуються, після чого рот різко відкривається з характерним звуком «поцілунку». Губами слід зобразити качиний дзьоб.

Вправи для губ і щік

- Розтирання, поплескування і покусання щік;
- Ситий хом'ячок — надувати щоки, по черзі і разом;
- Голодний хом'ячок — втягувати й утримувати щоки в такому положенні;
- Закрити рот і надути щоки, після чого вдарити по них долонями, так щоб повітря з шумом вийшов.

Статичні вправи для мови

- Лопаточка — широкий розслаблений язик розташовується на нижній губі розкритого рота;
- Пташенята — широко розкрити рот, язик розслаблений і лежить рівно;
- Чашечка — широко розкрити рот, після чого підняти язик так, щоб бокові краї і передній край не торкалися зубів;

- Стрілочка (голочка, жало) — рот відкритий, напружений вузький язик висунутий якнайдалі вперед;
- Сердита кішка (гірка) — широко відкритий рот, кінчик язика уперто в нижні зуби, середня частина мови піднята вгору.

Динамічні вправи для мови

- Маятник (годинничок) — Рот злегка відкритий, губи в усмішці. Язиком потрібно під ритмічний рахунок тягнутися до куточків рота;
- Гойдалки — рот відкритий, язиком дитина повинна тягнутися до підборіддя і носу, або поперемінно до нижніх і верхніх зубів;
- Чищення зубів — рот закритий, язиком слід повільно обводити зуби по колу;
- Змійка — рот відкритий як можна ширше, язик висувається вперед якнайдалі і забирається назад всередину рота під ритмічний рахунок;
- Сховай цукерку (футбол) — рот закритий, язиком слід поперемінно упиратися спочатку в одну, потім в іншу щоку.