

### Правила проведения гимнастики

- Артикуляционная гимнастика проводится с обязательным участием взрослого, в непринужденной игровой форме с применением наглядности, речевого сопровождения.
- Прежде чем начать занятия, лучше познакомить ребёнка с названиями артикуляционных органов («Сказка о язычке»).
- Начинать необходимо с простых упражнений, со временем постепенно усложняя.
- Артикуляционные упражнения выполняются ежедневно, сидя перед зеркалом.
- За один раз можно делать не более 5 упражнений по 3-4 раза каждое.

#### «Сказка о язычке» (вариант)

Жил-был язычок (упр. «Лопаточка»). Язычок жил в домике (упр. «Бегемот»). Возле дома стоял забор (упр. «Заборчик»). Утром язычок просыпался и выглядывал из дома, смотрел по сторонам (упр. «Часики»). Потом шёл чистить зубы (упр. «Чистим зубы»). На завтрак язычок пил чай с вареньем (упр. «Вкусное варенье»). А потом шёл кататься на лошадке (упр. «Лошадка»).

#### Основные упражнения в стихотворном сопровождении

##### 1. Упражнение «Бегемот»

(Широко открыть рот, удерживать и закрыть)  
*Петь задумал бегемот  
И открыл огромный рот.*

##### 2. Упражнение «Трубочка»

(Вытянуть губы трубочкой и произнести «у-у-у» («ду-ду»))

##### 3. Упражнение «Улыбочка»

(Улыбнуться, не показывая зубы)  
*Мы с мамой обнимаемся,  
Друг другу улыбаемся.*

##### 4. Упражнение «Шарик»

(Надуть обе щеки и подержать, затем «лопнуть»)  
*У меня есть шар воздушный*

*Яркий, легкий и послушный.*

##### 5. Упражнение «Вкусное варенье»

(Облизать языком губы)  
*Съели вкусное варенье  
И попили чай с печеньем.*

##### 6. Упражнение «Заборчик»

(Улыбнуться, с напряжением обнажив зубы)  
*Вышли мы гулять во двор  
И увидели забор.*

##### 7. Упражнение «Лошадка»

(Поцокать языком)  
*«Но!» – сказали мы лошадке  
И помчались без оглядки.*

##### 8. Упражнение «Часики»

(Высунуть язык и покачать влево-вправо)  
*Шепчут часики вот так:  
«ТИК-ТАК, ТИК-ТАК».*

##### 9. Упражнение «Чистим зубы»

(Языком погладить то верхние, то нижние зубы)  
*Мальчики и девочки утром две минутки  
Чистят себе зубки.*

##### 10. Упражнение «Лопаточка»

(Положить расслабленный язык на нижнюю губу и удерживать)  
*Лопата землю копала, копала.  
Потом улеглась, потому что устала.*

#### Упражнения для развития дыхания

- «Летит пух или снежинка» (Дуть на ватку)
- «Упрямая свеча» (Задуть свечу)
- «Буря» (Дуть в воду через коктейльную трубочку)
- Надувать мыльные пузыри.

Не огорчайтесь, если упражнения не будут получаться с первого раза. Будьте терпеливы, ласковы и спокойны, и всё получится!

**«Курский областной центр  
психолого-педагогического,  
медицинского и социального  
сопровождения»**



**Родительский клуб «Компетентные родители»**

***Успехов вам, уважаемые родители!***

**«Артикуляционная гимнастика  
для детей от 1 до 3 лет:  
особенности и техника проведения»  
*(Памятка по проведению)***

**Кобзева Т. А.  
учитель-логопед**

**Курск 2023**