

УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ПОДВИЖНОСТИ АРТИКУЛЯЦИОННОГО АППАРАТА

I. Упражнения для нижней челюсти.

Во время выполнения движения
руки полусогнуты в локтях.

1. Широко раскрыть рот и
поддержать раскрытым несколько
секунд. Затем закрыть.

Ладонь лежит на столе. Пальцы
сомкнуты. В момент открытия
рта, поднять ладонь, держа её
основание на столе. В момент
закрытия рта опять положить
ладонь на стол.

Ладонь лежит на ладони. Пальцы
сомкнуты. В момент открытия
рта, не размыкая запястий
раскрыть ладони. В момент
закрытия рта опять положить
ладонь на ладонь.

2. Жевательные движения
с сомкнутыми губами.

Сжимание пальцев в кулак и
разжимание пальцев руки.

Сжимание пальцев в кулак и
разжимание пальцев обеих рук
одновременно.

3. Легкое постукивание зубами,
зубы разомкнуты.

Пальцы правой ладони сомкнуты.
Пальцы левой ладони
полусогнуты и постукивают по
правой ладони. (и наоборот).

Пальцы правой ладони сомкнуты.
Пальцы левой ладони
полусогнуты и постукивают по
правой ладони. Затем положение
рук меняется.

4. «Заборчик» - верхняя челюсть
стоит на нижней, губы в улыбке.

Ладонь правой руки лежит на
столе. Пальцы сомкнуты. Правая
ладонь выдвигается вперёд в
момент выдвижения челюсти (и
наоборот)

Ладонь правой руки лежит на
ладони левой руки. Пальцы
сомкнуты. Правая ладонь
выдвигается вперёд в момент
выдвижения челюсти. Затем
положение рук меняется.

II. Упражнения для губ.

1. «Улыбка» - «Трубочка».

Растягивание разомкнуты губ
(зубы сжаты) – вытягивание губ
вперёд.

Разведение пальцев в стороны –
«улыбка». Сведение пальцев –
«трубочка».

Ладони на расстоянии. Разведение
пальцев в стороны –
«улыбка». Сведение пальцев –
«трубочка». Движение
выполняются обеими руками
одновременно.

2. Втягивание губ внутрь рта с
плотным прижиманием их к
зубам.

Прогибание ладони одной руки
полусжатым кулаком другой с
преодолением сопротивления.
Затем положение рук меняется.

Прогибание ладони одной руки
полусжатым кулаком другой с
преодолением сопротивления.
Затем положение рук меняется.

III. Упражнения для языка (рот широко раскрыт, нижняя челюсть неподвижна).

1. «Болтушка» - движения языка Ладонь с разомкнутыми пальцами.

взад-вперед.	Пальцы колеблются взад – вперед.	Ладони с разомкнутыми пальцами. Пальцы колеблются взад – вперед.
2. «Часики»- движения языком вправо-влево.	Все пальцы, кроме указательного, собраны в кулак. Указательный палец выставлен вверх. Имитируется движения маятника часов – кисть руки с выставленным пальцем качается вправо - влево	Все пальцы, кроме указательного, собраны в кулак. Указательный палец выставлен вверх. Имитируются движения маятника часов – кисти рук с выставленными пальцами качаются вправо - влево
3. «Качели» - движения языком вверх-вниз.	Ладонь с сомкнутыми пальцами, тыльной стороной смотрят вниз – «качели» вниз; ладонь поднимается – «качели» вверх.	Ладони с сомкнутыми пальцами на расстоянии, тыльной стороной смотрят вниз – «качели» вниз; ладони поднимаются – «качели» вверх.
4.Круговые движения языком.	Круговые движения кистью руки, пальцы в кулаке. Кисть руки на столе.	Круговые движения кистями рук, пальцы в кулаке. Движения обеих рук выполняются одновременно. Кисти рук на столе.
5. «Лошадки» - щелканье языком.	Приподнимание и опускание пальцев.	Приподнимание и опускание пальцев.
6. «Лопатка» - широкий мягкий расслабленный язык лежит на нижней губе.	В момент показывания «лопатки» похлопывать кистью руки по столу.	В момент показывания «лопатки» похлопывать кистями обеих рук по столу.
7. «Иголочка»- узкий напряженный язык высунут вперед.	Все пальцы, кроме указательного, собраны в кулак. Указательный палец выставляется вперед в момент высовывания «иголки».	Все пальцы, кроме указательного, собраны в кулак. Указательный палец выставляется вперед в момент высовывания «иголки».
	«Иголочка» убирается - указательный палец убирается в кулак.	«Иголочка» убирается - указательный палец убирается в кулак. работают одновременно обе руки.
8. «Желобок» - высунуть широкий язык боковые края загнуты вверх, втянуть в себя щеки и воздух.	Скрестить указательный и средний палец руки.	Скрестить указательный и средний палец руки. Движения выполняются одновременно обеими руками.
9. «Грибок» - широкий плоский язык присасывается к твердому небу, боковые края прижаты к коренным зубам, уздечка натянута.	Надавливания подушечками пальцев на поверхность стола в момент натягивания уздечки.	Надавливания подушечками пальцев на поверхность стола обеими руками одновременно в момент натягивания уздечки.
10. «Чашечка» - широкий язык в форме «чашечки» поднят кверху, края языка прижаты к верхней	Ладонь руки в форме «чашечки». «Чашечка» смотрит вверх (рот открыт), язык	Ладони обеих рук в форме «чашечки». «Чашечки» смотрят вверх (рот открыт), язык

губе.

высунуть изо рта в форме «чашечки». «Чашечки» из рук смотрят вниз – рот закрыть.

высунуть изо рта в форме «чашечки». «Чашечки» из рук смотрят вниз – рот закрыть.

11. «Киска сердится» - выгибание вверх и продвижение вперед спинки языка, кончик языка при этом прижимается к нижним зубам.

Поглаживание с надавливанием четырьмя пальцами одной руки по столу.

Поглаживание с надавливанием четырьмя пальцами одной руки по ладони другой руки. Затем положение рук меняется.

12. «Накажем непослушный язык»- покусывание кончика широкого языка.

Постукивание подушечками пальцев по столу .

Постукивание подушечками пальцев по столу обеими руками одновременно.