

The background of the cover is a light, textured grey. It is decorated with a border of white snowflakes and dark green, leafy branches that appear to be holly or similar winter plants. The title is written in a stylized, blue, outlined font. The text is arranged in two lines, with the second line being slightly indented from the first.

АРТИКУЛЯЦИОННАЯ
ГИМНАСТИКА

КАТАЛОГ

	Автомат (Вагончик) Улыбнуться, приоткрыть рот, стучать кончиком языка по нёбу за верхними зубами, произносить «т-т-т-т-т...». Выполнять упражнение в течение 10–15 сек.
	Акула На счет "один" челюсть опускается, на "два" - челюсть двигается вправо (рот раскрыт), на счет "три" - челюсть опущена на место, на "четыре" - челюсть двигается влево, на "пять" - челюсть опущена, на "шесть" - челюсть выдвигается вперед, на "семь" - подбородок в обычном удобном положении, губы сомкнуты. Делать упражнение нужно медленно и осторожно, избегая резких движений.
	Барабанщик Улыбнуться, открыть рот и постучать кончиком языка за верхними зубами, звонко, отчётливо и многократно повторяя: «д-д-д». Темп убыстряется постепенно. Варианты: 1. Стучим кончиком языка за верхними зубами, произнося: «дын-дын-дын» («звоночек»). 2. Стучим и произносим: «т-д-т-д» («скачет лошадка»). 3. Многократно произносим: «а-д-д-д-д», «а-д-д-д-д» («песенка»).
	Бегемотик Рот широко раскрыть. Вдох через рот: имитация зевоты. Затем плотно сжать губы. Повторяем упражнение 3-5 раз. Даем ребенку время для отдыха и расслабления. Предлагаем сглотнуть слюну. Вновь повторяем упражнение 3-4 раза.
	Блинчик (Лопаточка) Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий передний край языка на нижнюю губу. Удерживать язык в таком положении под счёт от 1 до 10.

	Бублик (Рупор) Губы округлить (шепотом произнести звук «о») и немного вытянуть вперед. Упражнение делается без напряжения, одними губами. Рот приоткрыт, нижняя челюсть не должна выдвигаться вперед.
	Бulldog Чуть приоткрыть рот и поместить язык между верхней губой и верхними зубами. Удерживать язык в таком положении не менее 5 секунд.
	Вагончик (Автомат) Улыбнуться, приоткрыть рот, стучать кончиком языка по нёбу за верхними зубами, произносить «т-т-т-т-т...». Выполнять упражнение в течение 10– 15 сек.
	Ветерок дует с горки Улыбнуться, приоткрыть рот. Установить язык «горкой», а затем спокойно плавно подуть по середине языка. Воздух должен быть холодным.
	Вкусное варенье Улыбнуться, открыть рот и языком в форме чашечки облизывать губу, делая движения сверху вниз. Можно продолжить движение и убрать язык в рот, не разрушая «чашечки».
	Гармошка Улыбнуться, приоткрыть рот, присосать язык к нёбу, открывать и закрывать рот (как растягиваются меха гармошки). При этом растягивается подъязычная связка. Постепенно надо раскрывать рот всё шире и дольше удерживать язык в верхнем положении.
	Горка (Мост) Улыбнуться, приоткрыть рот, кончик языка поставить за нижние зубы, широкий язык установить «горкой». Удерживать в таком положении под счёт от 1 до 5-10.

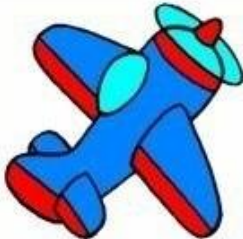
	Горку построим – Горку разрушим Улыбнуться, установить кончик языка за нижние зубы, напрячь язык, чтобы он принял положение мостика или горки («Мостик построим»), затем расслабить его («Мостик разрушим»). Удерживать язык в расслабленном и напряжённом состоянии по 3-5 секунд.
	Грибок Улыбнуться, широко открыть рот, присосать язык к нёбу, чтобы подъязычная связка была натянута («ножка гриба»). Удерживать в таком положении 5-10 секунд.
	Домик открывается Слегка улыбнуться, медленно открыть рот (как для пропевания звука «а»: «а-а-а»), подержать рот открытым 5-10 секунд, медленно закрыть.
	Дразнилка Слитно и протяжно произнесите несколько гласных звуков на одном выдохе: А-У, У-А, А-И, И-А, И-У, У-И, О-И, И-О, А-И-Э-У-О, ... Следите за тем, чтобы при произнесении звуков раскрытие рта было достаточно полным.
	Дудочка (Слоник, Трубочка, Хобот) Вытянуть сомкнутые губы вперёд «трубочкой». Удерживать их в таком положении под счёт от 1 до 5-10.
	Дятел Улыбнуться, открыть рот и постучать кончиком языка за верхними зубами, звонко отчетливо и многократно повторяя: «д-д-д-д-д», постепенно убыстряя темп.
	Ёжик Рот закрыт. Совершать круговые движения языком между губами и зубами то в одну, то в другую сторону. «Нарисовать» по 5-6 кругов в одну и другую сторону.

	Желобок Высунуть широкий язык. Боковые края языка загнуть вверх. Подуть в получившуюся трубочку. Выполнять в медленном темпе 10-15 раз.
	Жуём блинчик Улыбнуться, приоткрыть рот, поставить кончик языка за нижние зубы (как в упражнении «Горка»), потом выдвинуть его чуть вперёд и покусывать свёрнутый язык 10-15 раз.
	Забор Улыбнуться без напряжения так, чтобы были видны передние верхние и нижние зубы. Удерживать губы в таком положении под счёт от 1 до 5-10.
	Заборчик со щелью Улыбнуться без напряжения так, чтобы были видны передние верхние и нижние зубы. Зубы сближены на 1-2 мм. Удерживать губы в таком положении под счёт от 1 до 5.
	Зайчик (Кролик) Зубы сомкнуты. Ребёнок поднимает верхнюю губу, обнажая верхние зубы, и опускает её обратно. Упражнение выполняется до 10 раз.
	Змейка Открыть рот и производить узким языком движения вперёд-назад («жало змейки»).
	Иголочка Открыть рот, язык высунуть как можно дальше, натячь его, сделать узким и удерживать в таком положении под счёт от 1 до 5-10.
	Индюк Приоткрыть рот, положить язык на верхнюю губу и производить движения кончиком языка по верхней губе вперёд и назад, стараясь не отрывать язык от губы, как бы поглаживая её. Темп движений постепенно убыстрять, затем включить голос, пока не послышится «бл-бл» (так «болбочет» индюк).

	Катушка Улыбнуться, открыть рот. Кончик языка упирается в нижние зубы. Широкий язык «выкатывать» вперёд и убирать вглубь рта. Упражнение повторить 8—10 раз в спокойном темпе.
	Качели Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот, положить широкий язык за нижние зубы (с внутренней стороны), удерживать в таком положении 3-5 секунд. Потом поднять широкий язык за верхние зубы (с внутренней стороны) и удерживать 3-5 секунд. Так, поочередно, менять положение языка 4-6 раз.
	Киска сердится (Горка, Мостик) Рот широко открыт, кончик языка за нижними зубками. Удерживать в таком положении под счёт от 1 до 10.
	Колокольчик Улыбнуться, открыть рот и кончиком языка чётко постучать за верхними зубами: <i>дын–дын–дын...</i> Темп постепенно увеличивается. Ко рту поднести полоску бумаги. При правильном выполнении упражнения она будет отклоняться.
	Комарик Улыбнуться. Открыть широко рот. Язык поднять вверх и упереть его в бугорки (альвеолы). Длительно произносим звук ДЗ-З-З-З (не отрывисто, а протяжно) в течение 10-15 секунд. Помнить, что комар - злой, поэтому нажимать язычком на бугорки энергично.
	Конфетки Улыбнуться, приоткрыть рот, «пожевать» передними зубами кончик языка. Язык широкий. Упражнение выполнять медленно, четко 8—10 раз.

	Корова Ребенок смыкает и размыкает губы за счет воздушной струи. Произносит звук «м». Упражнение выполнять медленно, четко 8—10 раз.
	Котенок лакает молоко Широко открываем рот, делаем 4—5 движений широким языком, как бы лакая молоко. Закрываем рот. Убираем язычок. Даем ребенку время для отдыха и расслабления, предлагаем сглотнуть слюну. Повторяем упражнение 3—4 раза.
	Кружок (Катание шарика) Рот закрыт. Язык движется с внутренней стороны, плавно очерчивая кончиком языка круг (правая щека — под верхней губой — левая щека — под нижней губой). Затем язык двигается в обратном направлении. «Нарисовать» по 5-6 кругов в одну и другую сторону.
	Кучер Сомкнуть губы и достаточно сильно подуть через них. Губы вибрируют и слышен характерный звук: «тиру-у-у». <i>Вариант:</i> положить между губ широкий край языка и подуть. Край языка будет вибрировать вместе с губами («едем на мотоцикле»).
	Лесенка (Покусаем язык) Улыбнуться, приоткрыть рот и покусывать язык. Варианты: 1. Покрывать кончик языка. 2. Покусывать середину языка. 3. Покусывать язык, продвигая его постепенно вперед-назад. Во время выполнения упражнения произносить: «та-та-та». Произношение слогов («та-та-та») помогает ребёнку в выполнении упражнения.
	Листопад (Дуем на лопаточку) Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий край языка на нижнюю губу и спокойно подуть по середине языка.

	Лодка Поставить указательные пальцы к уголкам губ. Медленно поднимать и опускать уголки губ сначала с помощью пальцев, затем без их помощи.
	Лопата (Блинчик, Половичок) Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий передний край языка на нижнюю губу. Удерживать язык в таком положении под счёт от 1 до 10.
	Лопата копает Из положения «Лопата» поднять немного кончик языка вверх. Верхние зубы видны. Следить, чтобы язык при подъеме не убирался в ротовую полость. Выполнять в медленном темпе 3-4 раза.
	Лошадка Улыбнуться, открыть рот и пощёлкать кончиком языка («лошадка цокает копытами»).
	Любопытный язычок Улыбнуться, слегка приоткрыть рот и производить движения языком вперёд-назад. Язык кладем на нижнюю губу, затем убираем его в рот. Язык здоровается с подбородком Улыбнуться, приоткрыть рот и широким языком дотянуться вниз (к подбородку), затем убрать язык в рот. Язык здоровается с верхней губой Слегка улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий край языка на верхнюю губу (при укорочении уздечки — дотронуться кончиком языка до верхней губы). Поддержать язык на верхней губе 3—5 секунд, убрать в рот. Рот остаётся открытым. Упражнение выполняется 8-10 раз.
	Лягушка Улыбнуться, показать сомкнутые зубы. Удерживать губы в таком положении под счёт от 1 до 5-10.

	Маляр Улыбнуться, открыть рот и «покрасить» кончиком языка твёрдое нёбо («потолок»), делая движения языком вперёд-назад.
	Месим тесто (Накажем непослушный язычок, Кусаем боковые края языка) Улыбнуться, приоткрыть рот, спокойно положить язык на нижнюю губу и, пошлёпывая его губами, произносить: «па-па-па». Произношение слогов («па-па-па») облегчает ребёнку выполнение данного упражнения. Рекомендуем поэтапное выполнение упражнения: 1. Пошлёпывать губами кончик языка. 2. Пошлёпывать губами середину языка. 3. Пошлёпывать губами язык, продвигая его медленно вперёд, а затем назад. Улыбнуться, спеть: «и-и-и» (язык расширится) — и, не меняя положения языка, покусывать его края боковыми зубами 10—15 раз.
	Мостик (Горка) Улыбнуться, приоткрыть рот, кончик языка поставить за нижние зубы, широкий язык установить «горкой». Удерживать в таком положении под счёт от 1 до 5-10.
	Мотор Улыбнуться, широко открыть рот, поднять язык вверх. С силой ударять кончиком языка по бугоркам за верхними зубами (альвеолам) и произносить «дын-дын-дын-дын-...» (сначала медленно, потом все быстрее и быстрее). Повторять в течение 5-10 секунд. Предложить ребёнку длительно произнести сочетание «дрррр...». Широкий кончик языка приподнят к нёбу и дрожит. Выполнять упражнение в течение 10—15 сек.
	Мясорубка Губы растянуты в улыбке, зубы плотно сжаты. Кончик языка протолкнуть между сжатыми зубами, при этом язык становится широким и тонким. Выдвинуть его вперёд необходимо как можно дальше. Выполнять 3-4 раза.