***Гимнастика для губ и языка***

|  |  |
| --- | --- |
| **1. «Рыба».**Рот широко открыть. Все зубы видны. Язык спокойно лежит за нижними зубами. Удержать под счет от 1 до 5. | Открывает рыба рот,Да не слышно, что поет. |
| **2. «Лягушка».**Губы растянуть в улыбке. Показать верхние зубы. Нижние зубы не должны быть видны. Удержать под счет от 1 до 5. | Тянуть губы прямо к ушкамОчень нравится лягушкам;Улыбаются, смеются,А глаза у них, как блюдца. |
| **3. «Хоботок».**Зубы сомкнуть, губы вытянуть хоботком. Удержать под счет от 1 до 5. | Подражаю я слону,Губы хоботом тяну. |
| **4. «Заборчик».**Верхнюю губу поднять, нижнюю опустить. Показать сомкнутые зубы. Удержать под счет от 1 до 5. | Зубы ровно мы смыкаемИ заборчик получаем.А сейчас раздвинем губы,Посчитаем наши зубы. |
| **5. «Бублик».**Округленные губы слегка вытянуть вперед. Зубы открыть. Удержать под счет от 1 до 5. | Бублик мы изобразили –Плавно губы округлили.Их теперь нельзя смыкать,Бублик надо удержать. |
| **6. «Лопата».**Широкий язык расслабить, положить на нижнюю губу. Следить, чтобы язык не дрожал. Удержать под счет от 1 до 5. | Язык лопатой положиИ под счет его держи.Раз, два, три, четыре, пять,Язык надо расслаблять. |
| **7. «Иголочка».**Рот широко открыть. Все зубы видны. Напряженный язык высунуть далеко вперед, сделать его узким.Удержать под счет от 1 до 5. | Язык иголочкой потом.И потянем острием. |
| **8. «Чистим зубы».**Рот приоткрыт, видны все зубы. Языком почистить нижние зубы с внутренней стороны (движениями вправо-влево). Нижняя челюсть неподвижна. Выполнять под счет от 1 до 5.  | Чищу зубы, посмотри,Не болели чтоб они. |
| **9. «Качели».**Высунуть узкий язык. Кончиком языка тянуться попеременно то к носу, то к подбородку. Рот не закрывать. Нижняя губа не натягивается на нижние зубы. Нижняя челюсть неподвижна. Выполнять под счет от 1 до 5. | На качелях я качаюсьВверх-вниз, вверх-вниз.И все выше поднимаюсь –Вверх-вниз, вверх-вниз. |
| **10. «Вкусное варенье».**Представить, что верхняя губа намазана вареньем. Рот приоткрыть, широким кончиком языка облизать губу сверху вниз (но не по кругу). Нижняя челюсть неподвижна. Повторить 5 раз. | Ох, и вкусное варенье!Жаль, осталось на губе.Язычок я поднимуИ варенье оближу. |
| **11. «Ступеньки».**Рот широко открыть. Все зубы видны. Язык «прыгает» на первую ступеньку – верхнюю губу (кончик языка должен быть широким), затем **на** верхние зубы и **за** верхние зубы. Нижняя челюсть неподвижна. Повторить 5 раз. | Язычок пошел гулять,По ступенечкам шагать. |
| **12. «Чашечка».**Рот широко открыть. Широкий язык поднять кверху. Потянуться к верхним зубам, но не касаться их. Нижняя губа не должна натягиваться на зубы. Удержать под счет от 1 до5. | Язык широкий положиИ под счет его держи.Получилась пиала –Округленная она.В рот ее мы занесемИ края к зубам прижмем. |
| **13. «Индюшата».**Рот приоткрыть. Нижняя губа не натягивается на зубы. Широким кончиком языка облизать верхнюю губу сверху вниз, добавить голос. Нижняя челюсть неподвижна. | Индюшата-малышатаНожками топочут,Весело болбочут:БЛ – БЛ – БЛ. |
| **14. «Маляр».**Рот широко открыть. Все зубы видны. Широким кончиком языка гладить верхнее небо вперед-назад. Нижняя челюсть неподвижна. | Красить потолок пора.Пригласили маляра.Кисть ведем вперед-назад,Наш маляр работе рад. |
| **15. «Дятел».**Рот широко открыть. Широким кончиком языка ударять по верхним зубам с внутренней стороны (английское Д). Нижняя челюсть неподвижна. | Целый день я стучу,Червячка поймать хочу.Хоть и скрылся под корой,Все равно ты будешь мой!Д-Д-Д-Д-Д. |
| **16. «Лошадка».**Рот широко открыть. Присосать спинку языка к небу и оторвать ее (пощелкать языком). Все зубы видны. Нижняя челюсть неподвижна. | Я люблю свою лошадку.Причешу ей шерстку гладко,Гребешком приглажу хвостикИ верхом поеду в гости |
| **17. «Грибок».**Открыть рот. Присосать язык к небу. Язык похож на гриб-волнушку: подъязычная уздечка – ножка, спинка языка – шляпка. | На лесной опушкеВырос гриб-волнушка. |
| **18. «Гармошка».**Рот широко открыть. Все зубы видны. Присосать язык к небу («грибок»). Смыкать и размыкать зубы, не отрывая языка от неба. Губы в улыбке. | На гармошке я играю,Рот пошире открываю.К небу язычок прижму,Ниже челюсть отведу. |

***Методические рекомендации.***

1. Внимательно прочитайте описание упражнения. Попробуйте выполнить его перед зеркалом. Только после того, как Вы сами освоите это упражнение, предлагайте его ребенку.
2. Гимнастика проводится ежедневно по 5-10 минут.
3. Упражнения выполнять сидя перед зеркалом (достаточно настольного зеркала 15\*15 см.), в спокойной обстановке, при достаточном освещении.
4. Комплекс на 1 занятие включает 5-7 упражнений для губ и языка, 1 упражнение для развития речевого дыхания.
5. Каждое упражнение выполняется по 5 раз.
6. Упражнения выполняются после показа взрослого. Для поддержания интереса к гимнастике используются стихи.
7. После того, как упражнение усвоено, ребенок выполняет его без показа взрослого (по названию).
8. Взрослый обязательно контролирует правильность и четкость выполнения упражнений.

***Комплексы артикуляционной гимнастики.***

1. Общеукрепляющие упражнения: № 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7.
2. Для звуков С, З, Ц: № 1, 2, 6, 7, 8.
3. Для звуков Ш, Ж, Ч, Щ: № 1, 4, 5, 6, 9, 10, 11, 12.
4. Для звука Л: № 2, 7, 9, 11, 13, 14, 15.
5. Для звука Р: № 1, 6, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18.

 ***Следует учесть, что в каждом конкретном случае комплекс упражнений может изменяться в соответствии с индивидуальными особенностями ребенка.***

***Упражнения для развития***

***подвижности губ.***

Упражнения выполняются ежедневно перед зеркалом, каждое – по 5 раз. Необходимое положение губ удерживается под счет от 1 до 5. В один день следует выполнять 5-7 упражнений.

1. **Вытянуть сомкнутые губы вперед, вернуть в исходное положение.**
2. **Растянуть губы в улыбку (зубы сомкнуты), и. п.**
3. **Растянуть губы в улыбку (зубы приоткрыты), и. п.**
4. **Подтянуть верхнюю губу вверх (зубы сомкнуты), и. п.**
5. **Языком вытягивать верхнюю губу.**
6. **Удерживать губами трубочки разного диаметра, обхват их губами.**
7. **Втянуть губы внутрь рта, плотно прижимая их к зубам.**
8. **Прикусывать нижнюю губу верхними зубами.**
9. **Вращательные движения губами, вытянутыми хоботком.**
10. **Плотно сомкнуть губы, надуть щеки, перемещать воздух из одной щеки в другую.**