

АРТИКУЛЯЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА



В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ группе

Сентябрь

Комплекс №1

1. Упражнения для жевательно-артикуляционных мышц:

«Шли-шли, к Мишкиной берлоге подошли». Широко открыть рот, показать, как зевает медведь, ему осенью хочется спать. Раскрывать и закрывать рот.

2. Упражнения для губ и щек:

«Сытый хомячок». Надуть обе щеки, потом надувать щеки поочередно.

3. Упражнения для языка:

- «Птенчики». Рот широко открыт, язык спокойно лежит в ротовой полости
- «Часики». Рот приоткрыт, губы растянуты в улыбке. Кончик языка поочередно касается то левого, то правого угла рта. Упражнение выполняется ритмично, под счёт. Подбородок не двигается! Тик-так, тик-так, ходят часики вот так.
- «Лягушка». Удерживание губ в улыбке, как бы беззвучно произнося звук [и]. Передние верхние и нижние зубы обнажены. *Как веселые лягушки, тянем губки прямо к ушкам. Потянули - перестали. И нисколько не устали!*
- «Змейка». Рот широко открыт. Узкий язык сильно выдвинуть вперед и убрать в глубь рта.
- «Качели». Рот открыт. Напряженным языком тянуться к носу и подбородку, либо к верхним и нижним резцам.

4. Речевая зарядка. «Осень» Подул ветер - «У-у-у!» Листья пожелтели, задрожали - «Ф-ф-ф!» Полетели на землю - «П-п-п!» Зашуршали - «Ш-ш, Ш-ш!».

Сентябрь

Комплекс №2

1. Упражнения для жевательно-артикуляционных мышц:

«Брусничка». Посмотрите, как много здесь брусники! Соберите полную ладошку брусники. Попробуйте ягоды на вкус, хорошенько прожуйте их. Имитировать жевание.

2. Упражнения для щек:

«Голодный хомячок». Втянуть щеки. Покусывание, похлопывание и растирание щек.

3. Упражнения для языка:

- «Горка» (Киска сердится). Рот открыт. Кончик языка упирается в нижние резцы, спинка языка поднята вверх.
 - «Лопаточка». Рот открыт, широкий расслабленный язык лежит на нижней губе.
 - «Катушка». Рот открыт. Кончик языка упирается в нижние резцы, боковые края прижаты к верхним коренным зубам. Широкий язык выкатывается вперед и убирается в глубь рта.
4. Речевая зарядка. Произнесите пословицы, поговорки, скороговорки, которые насыщены гласными звуками, требующими широкого раскрытия рта.

- Мал, да удал. - Два сапога - пара. - Нашла коса на камень.

Октябрь

Комплекс №1

1. Упражнение для жевательно- артикуляционных мышц:

«Стучит швейная машинка». Максимально часто открывать рот с произнесением слогов: «Ба-ба-ба-ба-ба, бы-бы-бы-бы-бы, пы-пы-пы-пы-пы-пы».

2. Упражнения для губ:

- «Застегивание и расстегивание молнии». Улыбнуться, крепко сомкнуть губы, удерживать их в таком положении под счет до «пяти» (застегнули молнию). Разомкнуть губы (расстегнули молнию)-
- «Большие пуговицы, и маленькие пуговицы». Максимально округлить губы (большая пуговица), вытянуть губы узкой «трубочкой» (маленькая пуговка).

3. Упражнения для языка:

«Чи зубы чище?».

Цель: Вырабатывать подъем языка вверх и умение владеть языком.

Описание: Широко открыть рот и кончиком языка «почистить» верхние зубы с внутренней стороны, делая движения языком из стороны в сторону.

Внимание!

Губы в улыбке, верхние и нижние зубы видны.

Следить, чтобы кончик языка не высовывался, не загибался внутрь, а находился у корней верхних зубов.

Нижняя челюсть неподвижна; работает только язык.

- «Шитье на разных швейных машинках». Широко открыть рот. Поднять язык за верхние зубы, боковые края прижать к коренным зубам и произносить: «Д-д-д-д-д» (шьем на электрической швейной машинке), «Т-т-т-т-т» (шьем на ручной швейной машинке).
- «Строчка». Кончик языка «иголочкой» ритмично касается верхней губы, начиная с уголка рта.

4. Речевая зарядка:

«Ох! Ох! Ох!» - ворчит Горох. Помидоры: «Ах! Ах! Висим мы на кустах». Лук: «Ух! Ух! Ух! Какой на мне кожух!»

Октябрь

Комплекс №2

1. Упражнения для жевательно-артикуляционных мышц:

«Жуем твердую морковь». Имитация жевания. Производить медленные и быстрые движения челюстями.

2. Упражнения для губ и щек:

- «Щечки-яблочки». Ваши щечки круглые как яблочки. Надуть обе щеки.
- «Спрячет сливу за щеку». Надувать попеременно то правую, то левую щеку.

- «Круглая виноградинка». Вытянуть губы вперед узкой трубочкой.
- «Банан». Улыбнуться, приподняв уголки губ вверх. Губы сомкнуты.

3. Упражнения для языка:

- «Змейка». Рот широко открыт. Узкий язык сильно выдвинуть вперед и убрать в глубь рта.
- «Маляр»

Цель: отрабатывать движение языка вверх и его подвижность.

Описание: улыбнуться, открыть рот и "погладить" кончиком языка нёбо, делая языком движения вперед-назад.

Внимание!

1. Губы и нижняя челюсть должны быть неподвижны.
2. Следите, чтобы кончик языка доходил до внутренней поверхности верхних зубов, когда он продвигается вперед, и не высовывался изо рта.

- «Дует ветерок»

Цель: вырабатывать воздушную струю, выходящую по краям языка.

Описание: улыбнуться, приоткрыть рот, прикусить кончик языка передними зубами и подуть. Наличие и направление воздушной струи проконтролировать ваткой.

Внимание! Следить, чтобы воздух выходил не посередине, а из углов рта.

4. Речевая зарядка:

«Маша и Даша в саду». Пришли девочки в сад, увидели много-много фруктов и удивились: «О-о-о-о-о!» Вдруг, откуда ни возьмись, выбежала собачка и залаяла: «Ав-ав-ав-ав!» (На одном выдохе, сначала тихо, затем громко.)

Ноябрь

Комплекс №1

1. Упражнения для жевательно-артикуляционных мышц:

«Стручок фасоли». Изобразить створки фасоли. Челюсти в спокойном состоянии (счет «раз», «два»). «Стручок лопнул» - движение нижней челюсти вперед (на счет «три»):

- а) без нажима языком на нижнюю челюсть;
- б) с сильным нажимом - подталкиванием языком нижней челюсти вперед.

2. Упражнения для губ и щек:

«Хомячок-толстячок». Показать, какие толстые щечки у хомячка, который несет в норку запасы. Надуть обе щеки одновременно. Хомячок высыпал зерно в норке. Втянуть щеки.

3. Упражнения для языка:

«Улыбка» - Удержание губ в улыбке. Зубы не видны.

«Трубочка» - Вытягивание губ вперед длинной трубочкой.

«Чашечка». Рот широко открыт. Передний и боковой края широкого языка подняты, но не касаются зубов.

«Вкусное варенье».

Цель: Вырабатывать движение широкой передней части языка вверх и положение языка, близкое к форме чашечки, которое он принимает при произнесении шипящих звуков.

Описание: Слегка приоткрыть рот и широким передним краем языка облизать верхнюю губу, делая движение языком сверху вниз, но не из стороны в сторону.

Внимание!

Следить, чтобы работал только язык, а нижняя челюсть не помогала, не «подсаживала» язык наверх - она должна быть неподвижной (можно придерживать её пальцем).

Язык должен быть широким, боковые края его касаются углов рта.

Речевая зарядка:

Тетушка племянничка

Весело встречает.

Чай ему с вареньем

Тут же предлагает.

Ах, какое вкусное,

Сладкое варенье,

Да и каша манная

Просто объеденье -

Ням-ням-ням-ням.

Ноябрь

Комплекс №2

1. Упражнение для жевательно- артикуляционных мышц:

«Сорвали и попробовали айву». Невкусная айва: «Фа-фо, фы-фу!»

2. Упражнение для губ и щек:

- «Рыбки разговаривают». Хлопать губами друг о друга (произносится глухой звук). Надувание щек поочередно.
- «Заборчик» - губы сильно растягиваются в стороны, вверх, обнажая оба ряда зубов.
- «Улыбка» - растягивание разомкнутых или сомкнутых губ.

3. Упражнение для языка:

- «Горка» - выгибать спинку языка, удерживая кончик языка за нижними зубами.
- «Лошадка» - щелкать языком.
- «Футбол», («Спрячь конфетку»). Рот закрыт. Напряженным языком упереться то в одну, то в другую щеку.
- «Качели».

Цель: Вырабатывать умение быстро менять положение языка, необходимое при соединении звука л с гласными "а", "ы", "о", "у".

Описание: Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот, положить широкий язык за нижние зубы (с внутренней стороны) и удерживать в таком положении под счет от одного до пяти. Так поочередно менять положение языка 4-6 раз.

Внимание!

Следить, чтобы работал только язык, а нижняя челюсть и губы оставались неподвижными.

«Колья забора острые - вот такие». Показать «острый» язык. По очереди высовывать то «широкий», то «узкий» язык.

Язык «лопаткой» положи

И спокойно поддержи.

Язык «колышком» потом

Потянем тонким острием.

4. Речевая зарядка:

«Вьюга». Старая, седая, с ледяной клюкой, Вьюга ковыляет Бабой Ягой. Воеет вьюга: «З-з-з-з-з». (С усилением звука.) Застонал . от вьюги: «М-м-м-м- м-м». (Тихо, высоким голосом.) Тяжело стог дубы: «М-м-м-м-м». (Громко, низким голосом.) Стонут берег «М-м-м-м-м». (Тихо, высоким голосом.) Шумят ели: «Ш-ш-ш-ш-ш». Стихает вьюга: «С-с-с-с-с».

Декабрь

Комплекс №1

1. Упражнения для жевательно-артикуляционных мышц:

Игровое упражнение «Жуем твердую грушу.

«Брусничка». Посмотрите, как много здесь брусники! Соберите полную ладошку брусники. Попробуйте ягоды на вкус, хорошенько прожуйте их. Имитировать жевание.

2. Упражнения для губ и щек:

- «Уточка». Вытянуть губы, сжать их так, чтобы большие пальцы были под нижней губой, а все остальные на верхней губе, и вытягивать губы вперед как можно сильнее, массируя их и стремясь изобразить клюв утки.
- «Щечки-яблочки». Ваши щечки круглые как яблочки. Надуть обе щеки.
- «Спрячем сливу за щеку». Надувать попеременно, то правую, то левую щеку.
- «Круглая виноградинка». Вытянуть губы вперед узкой трубкой.
- «Банан». Улыбнуться, приподняв уголки губ вверх. Губы сомкнуты.

3. Упражнения для языка:

Язык "лопаткой" положи

И спокойно поддержи.

Язык "колышком" потом

Потянем тонким острием.

- «Мелькает белочий хвостик». Рот открыт, губы в улыбке. Поворачивать сильно высунутый изо рта язык вправо и влево так, чтобы его кончик касался уголков рта. Челюсти и губы при этом неподвижны.
- «Горка», («Киска сердится»). Рот открыт. Кончик языка упирается в нижние резцы, спинка языка поднята вверх.
- «Пароход гудит».

Цель: Выбатывать подъем спинки языка вверх.

Описание: Приоткрыть рот и длительно произносить звук ы (как гудит пароход).

Внимание! Следить, чтобы кончик языка был опущен и находился в глубине рта, а спинка

4. Речевая гимнастика:

- «Разговоры фруктов». Произнесение слоговых сочетаний от имени разных фруктов. Яблоко сердится на Гусеницу: "Фу-фа-фу!" Вишни просят Скворцов не клевать их: "Пта-пты-пто, пта-пту-пты".
- «Яблоки падают на траву»: "Бам-бом-бум!"

Декабрь

Комплекс №2

1. Упражнения для губ и щек:

«Кувшины с узким и широким горлышком». Вытягивать губы то узкой, то широкой «трубочкой». Самовар. Надувать обе щеки одновременно.

«Рыбки разговаривают». Хлопать губами друг о друга (произносится глухой звук). Надувание щек поочередно.

2. Упражнения для языка:

- «Язычок-листок прикрыл яблочка бочок». Поднять язык вверх и закрыть верхнюю губу. Опустить вниз и закрыть нижнюю губу.
- «Бублик», «Рупор» - Зубы сомкнуты. Губы округлены и чуть вытянуты вперед. Верхние и нижние резцы видны.
- «Грибок». Рот открыт. Язык присосать к нёбу.
- «Почистить зубы». Рот закрыт. Круговым движением языка обвести между губами и зубами.
- «Индюк».

Цель: Выбатывать подъем языка вверх, подвижность его передней части.

Описание: Приоткрыть рот, положить язык на верхнюю губу и производить движения широким передним краем языка по верхней губе вперед и назад, стараясь не отрывать язык от губы - как бы поглаживать ее. Сначала производить медленные движения, потом убыстрить темп и добавить голос, пока не послышится бл-бл (как индюк болобочет).

3. Речевая зарядка: Развитие интонационной выразительности речи

Где мой пальчик?

Маша варежку надела.

- Ой, куда я пальчик дела?
 Нету пальчика, пропал,
 В свой домишко не попал!
 Маша варежку сняла -
 Поглядите-ка, нашла!
 Ищешь, ищешь - и найдешь.
 - Здравствуй, пальчик,
 Как живешь?

Январь

Комплекс №1

1. Упражнения для щек и губ:

- «Снеговики радуются снегу и морозу». Надуть щеки. Веселое выражение глаз.
- «Грустные снеговики весной». Опустить уголки губ вниз. Передать печальный взгляд.
- «Рот закрыт». Бить кулачком по надутым щекам, в результате чего воздух выходит с силой и шумом.

2. Упражнения для языка:

- «Зеленый дятел прощается с соловьем». Кончик языка лежит за нижними зубами. Произнести звуко сочетания кизй-киэй-киэй. Раскрыть рот, улыбнуться, обнажая все зубы. Удерживать губы и зубы в таком положении под счет до 5, затем закрыть рот.
- «Клюв аиста». Высунуть изо рта узкий и острый язык. В случае затруднений предложить ребенку дотянуться языком до конфеты или другого предмета.
- «Чи зубы чище?».

Цель: Выбатывать подъем языка вверх и умение владеть языком.

Описание: Широко открыть рот и кончиком языка «почистить» верхние зубы с внутренней стороны, делая движения языком из стороны в сторону.

Внимание!

Губы в улыбке, верхние и нижние зубы видны.

Следить, чтобы кончик языка не высовывался, не загибался внутрь, а находился у корней верхних зубов.

Нижняя челюсть неподвижна; работает только язык.

3. Речевая зарядка: Проговаривание загадки и чистоговорки.

Я пыхчу, пыхчу, пыхчу, Больше греться не хочу. Крышка громко зазвенела. - Пейте чай, вода вскипела! (Самовар)	Взял Валерка тарелку, Взял Валерка поднос. Мне Валерка тарелку На подносе принес.
--	--

Январь

Комплекс №2

1. Упражнения для жевательно-артикуляционных мышц:

- «Жуем твердую морковь». Что лежит на подносе? (Морковь.)
- «Нас угостили морковкой». Имитация жевания. Производить медленные и быстрые движения челюстями. - Покажите, как грызет морковку зайка.

2. Упражнения для губ и щек:

- «Широкая труба». Щенок увидел вот такую широкую трубу и решил туда залезть. Зубы сомкнуть, губы вытянуть широкой трубочкой.
- «Сытый хомячок»
Надуть обе щеки, потом надувать щеки поочередно.
- «Голодный хомячок». Втянуть щеки.

3. Упражнения для языка:

- «Кабачок, кабачок, покажи-ка свой бочок». Загнуть кончик языка, поднять за верхние зубы и удерживать его в таком положении под счет до 4-5.
- «Дует ветерок»

Цель: Вырабатывать воздушную струю, выходящую по краям языка.

Описание: Улыбнуться, приоткрыть рот, прикусить кончик языка передними зубами и подуть.

Наличие и направление воздушной струи проконтролировать и ваткой.

Внимание! Следить, чтобы воздух выходил не посередине, а из углов рта.

- «Барабан»

Цель: Укреплять мышцы кончика языка, вырабатывать подъём языка и умение делать кончик языка напряженным.

Описание: Улыбнуться, открыть рот и постучать кончиком языка за верхними зубами, многократно и отчётливо произнося звук д: д - д - д. Сначала звук «д» произносить медленно. Постоянно убастрять темп.

4. Речевая зарядка:

Мороз колдует.

Разыграйтесь-ка, метели!

Гнитесь ниже, сосны, ели!

Все, что есть в моем лесу,

Я засыплю, занесу!

Февраль

Комплекс №1

1. Упражнения для жевательно-артикуляционных мышц:

- «Голодные птенчики». Максимально широко открывать рот (язык лежит на дне ротовой полости, кончик упирается в нижние зубы) и произносить слоги *ам-ам-ам-ам*.
«Птенчики глотают пищу». Сглатывание слюны.

2. Упражнения для губ и щек.

- «Мама-птица прогоняет от птенцов куницу». Всасывание верхней губы под нижнюю с резким выбрасыванием ее при раскрытом рте (чмоканье).
- «Дуем на горячий чай». Вытягивание губ широкой трубочкой с имитацией дутья на горячий чай.
- «Пятачок». Вытянутые трубочкой губы двигать вправо-влево, вращать по кругу.

3. Упражнения для языка:

- «Гармошка» Положение языка как в упражнении «Грибок», губы в улыбке. Не отрывая язык, открывать и закрывать рот.

*На гармошке я играю,
Рот пошире открываю,
К нёбу язычок прижму,
Ниже челюсть отведу.*

- «Язычок ищет щелочку в заборчике». Выдвижение распластанного языка между зубами и его покусывание. (На языке должны оставаться следы от зубов.)
- «Лошадка едет тихо».

Цель: Выбатывать движение языка вверх и помочь ребенку определить место языка при произнесении звука «л».

Описание: Ребенок должен производить те же движения языком, что и в предыдущем упражнении, только беззвучно.

Внимание!

Следить, чтобы нижняя челюсть и губы были неподвижны: упражнение выполняет только язык.

Кончик языка не должен загигаться внутрь.

Кончик языка упирается в небо за верхними зубами, а не высовывается изо рта.

4. Речевая зарядка:

*Под окошком - блл, блл, блл -
Индюки болтают.
Индюшачьей речи
Никто не понимает.
На качели индюки
Весело кивают.
Покататься Язычку
"Блл, бллл!" - предлагают.*

Февраль

Комплекс №1

1. Упражнения для губ и щек:

- «Кит-бутылконос и косатка». Дети показывают, какие носы у бутылконоса и косатки. Чередуя движения: губы сжать и вытянуть вперед (бутылконос), губы широко раскрыть, зубы сжать (косатка).
- «Бублик», «Рупор» - Зубы сомкнуты. Губы округлены и чуть вытянуты вперед. Верхние и нижние резцы видны.

- «Недовольная лошадка». Поток выдыхаемого воздуха легко и активно посылать к губам, пока они не станут вибрировать. Получается звук, похожий на фырканье лошади. Рот закрыт. Бить кулачком по надутым щекам, в результате чего воздух выходит с силой и шумом.

2. Упражнения для языка:

- «Иголочка», («Стрелочка», «Жало»). Рот открыт. Узкий напряженный язык выдвинут вперед.
- «Лошадка»

Описание: Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот и пощелкать кончиком языка (как лошадка цокает копытами).

- «Барабанщик». Рот открываем широко. Кончиком языка стучим по бугоркам за верхними зубами (альвеолам). Получается как английский звук -д-д-д-д-д-. Барабанщик стучит то быстро, то медленно. Выполняем в течение 30 - 60 секунд.

Вот проснулся Язычок,

Выглянул в окошко.

Видит: спинку выгнула

Розовая кошка.

Улыбнуться, приоткрыть рот, прижать кончик языка к нижним зубам, спинку языка выгнуть. Удерживать в таком положении на счет 5-7.

3. Речевая зарядка:

Этот маленький дружок -

Твой веселый Язычок.

Чтоб он ловким был, умелым,

Чтобы слушался тебя,

Каждый день зарядку делай

Перед зеркалом, шутя!

Февраль

Комплекс №2

1. Упражнения для губ и щек:

- «Обезьянка, бегемотик -
Все водой полощут ротик»

Рот закрыть, губы плотно сжать, щеки надуть. Имитировать полоскание рта водой. Выполнять упражнение в течение 10- 15 сек.

- «Исхудавшие за зиму зверята». Втянуть щеки, затем вернуть щеки в исходное положение.

2. Упражнения для языка:

- «Сосулька тает». Открыть рот, вытянуть острый язык, затем опустить широкий язык на нижнюю губу. Чередовать положение острого и широкого языка.
- «Часики», («Маятник»). Рот приоткрыт. Губы растянуты в улыбку. Кончиком узкого языка попеременно тянуться под счет педагога к уголкам рта.

Эй, дружок, Антошка!

Сыграй нам на гармошке!

Улыбнуться, приоткрыть рот, приклеить язык к небу. Не опуская язык, открывать и закрывать рот. Губы в положении улыбки. При повторении упражнения надо стараться открывать рот все шире и все дольше удерживать язык в верхнем положении.

С братом мы возьмем насос -

Будет праздник для колес:

Подкачаем шины

Папиной машины.

Предложить ребенку длительно произнести звук «сссс...». Обратить его внимание, что при произнесении звука язык находится за нижними зубами, губы в улыбке, выдыхаемая струя воздуха холодная.

3. Речевая зарядка:

Каплями забулькав,

Плакала сосулька:

- Я хотела сесть повыше,

Я хотела влезть на крышу,

Я ступила на карниз

И боюсь свалиться вниз!

Кап! Кап! Кап!

Февраль

Комплекс №2

1. Упражнения для жевательно-артикуляционных мышц:

«Стручок фасоли». Изобразить створки фасоли. Челюсти в спокойном состоянии (счет «раз», «два»). «Стручок лопнул» - движение нижней челюсти вперед (на счет «три»):

а) без нажима языком на нижнюю челюсть;

б) с сильным нажимом - подталкиванием языком нижней челюсти вперед.

2. Упражнения для языка:

- «Часики (Маятник)». Рот приоткрыт. Губы растянуты в улыбку. Кончиком узкого языка попеременно тянуться под счет педагога к уголкам рта.
- «Лужи». Открыть рот. Положить широкий язык на нижнюю губу, чуть-чуть сдвинув его сначала в левую, затем в правую сторону.
- «Почистить зубы». Рот закрыт. Круговым движением языка обвести между губами и зубами.
- «Индюк» **Цель:** вырабатывать подъем языка вверх, подвижность его передней части.

Описание: приоткрыть рот, положить язык на верхнюю губу и производить движения широким передним краем языка по верхней губе вперед и назад, стараясь не отрывать язык от губы - как бы поглаживать ее. Сначала производить медленные движения, потом убыстрить темп и добавить голос, пока не послышится бл-бл (как индюк болбочет).

Внимание!

1. Следить, чтобы язык был широким и не сужался.
2. Следить, чтобы движения языком были вперед-назад, а не из стороны в сторону.
3. Язык должен "облизывать" верхнюю губу, а не выбрасываться вперед.

3. **Речевая зарядка:**

Диалог Зимы и Весны

Говорит Весна:

- Сестра, уходить тебе пора!

А Зима Весне в ответ:

- Нет! Нет! Нет! Нет!

Говорит Весна тогда:

- С крыши капает вода?

- Да! Да! Да! Да!

- Тают горки во дворах?

- Ах! Ах! Ах! Ах!

- А на речке, речке треснул лед?

- Вот так! Так вот!

Март

Комплекс №1

1. **Упражнения для жевательно-артикуляционных мышц:**

«Жуем твердую морковь». Имитация жевания. Производить медленные и быстрые движения челюстями.

«Губы сжать». Имитировать жевательные движения.

2. **Упражнения для губ и щек:**

- «Сытый хомячок». Надуть обе щеки, потом надувать щеки поочередно.
- «Щечки-яблочки». Ваши щеки круглые как яблочки. Надуть обе щеки.
- «Спрячет сливу за щеку». Надувать попеременно то правую, то левую щеку.
- «Круглая виноградинка». Вытянуть губы вперед узкой трубочкой.
- «Банан». Улыбнуться, приподняв уголки губ вверх. Губы сомкнуты.

3. **Упражнения для языка:**

- «Поцокать» языком с максимально открытым ртом. Следить, чтобы нижняя челюсть при этом оставалась неподвижной. (Работать должен лишь язык.)
- «Язычок идет в гости к носу». Широкий кончик языка поднять к носу и закрыть им верхнюю губу.

- «Горка»

Кончик языка в зубки упирается,

Спинку выгибаем - горка получается.

Быстро- быстро с горки вниз

На санках катится Денис.

- «Вкусное варенье» Рот открыт. Губы в улыбке. Широким передним краем языка облизать верхнюю губу, делая движения языком сверху вниз, затем втянуть язык в рот, к центру нёба.

Следить, чтобы язык не сужался, при втягивании его боковые края скользили по коренным зубам, а кончик языка был поднят. Губы не натягиваются на зубы, нижняя челюсть не «подсаживает» язык вверх - она должна быть неподвижной.

- «Пирожок» Рот открыт. Губы в улыбке. Язык высунут. Боковые края лопатообразного языка поднимаются вверх, по средней продольной линии языка образуется впадина. Язык в таком положении удерживать под счет от 1 до 5-10.

Следить, чтобы губы не помогали языку, оставались неподвижными.

4. Речевая зарядка:

«Ох! Ох! Ох!» - ворчит Горох.

Помидоры: «Ах! Ах! Висим мы на кустах».

Лук: «Ух! Ух! Ух! Какой на мне кожух!»

Огорченные овощи.

Морковь: «Ой! Ой! Ой! Меня никто не выдергивает!»

Картофель: «Ой! Ой! Ой! Меня никто не копает!»

Март

Комплекс №2

1. Упражнение для жевательно- артикуляционных мышц:

«Стучит швейная машинка». Максимально часто открывать рот с произнесением слогов: «Ба-ба-ба-ба-ба, бы-бы-бы-бы-бы, пы-пы-пы-пы-пы-пы».

2. Упражнения для губ и щек:

Щеки сильно втянуть внутрь, а потом резко открыть рот. Необходимо добиться, чтобы при выполнении этого упражнения, раздавался характерный звук «поцелуя».

3. Упражнения для языка:

- «Чашечка». Рот широко открыт. Передний и боковой края широкого языка подняты, но не касаются зубов.
- «Катушка». Рот открыт. Кончик языка упирается в нижние резцы, боковые края прижаты к верхним коренным зубам. Широкий язык «выкатывается» вперед и убирается в глубь рта.

4. Речевая гимнастика:

В тихой речке у причала
Рыбка рыбку повстречала:
- Здравствуй!
- Здравствуй!
- Как дела?
- На рыбалке я была.

Я удила рыбака,
Дядю Петю-чудака.
- Где же твой рыбак?
Попался?
- Нет! Ушел хитрец!
Сорвался.

Апрель

Комплекс №1

1. Упражнения для губ и щек:

Голову держать прямо, губы - без напряжения, зубы не обнажать. Раскрывать и закрывать рот произвольно, а затем - с преодолением сопротивления рук (кулачки под нижней челюстью).

- «Кувшины с узким и широким горлышком». Вытягивать губы то узкой, то широкой «трубочкой». Самовар. Надувать обе щеки одновременно
- «Полоскание» – надувание и втягивание обеих щек одновременно.

2. Упражнения для языка:

- «Сердитый лев». Челюсть опускается вниз с максимальным вытягиванием языка к подбородку и мысленным произнесением звуков а или э на твердой атаке, сложнее – с шепотным произнесением этих звуков.
- «Маляр».

Цель: Отрабатывать движение языка вверх и его подвижность.

Описание: Улыбнуться открыть рот и «погладить» кончиком языка нёбо, делая языком движения вперед-назад.

Внимание!

Губы и нижняя челюсть должны быть неподвижны.

Следите, чтобы кончик языка доходил до внутренней поверхности верхних зубов, когда он продвигается вперед и не высывался изо рта.

- «Летят снежинки» Губы в улыбке. Широкий кончик языка положить на нижнюю губу и удерживая язык в таком положении сдуть ватку на противоположный край стола.

Следить, чтобы нижняя губа не натягивалась на нижние зубы. Щеки не должны надуваться, воздушная струя должна идти по средней линии языка и была узкой, а не рассеянной.

- «Шпага» Губы сомкнуты, челюсти разомкнуты. Кончиком языка «уколоть» щеку с внутренней стороны. На счет «раз» - «укол» в правую щеку. На счет «два» - «укол» в левую щеку.

- «Кролик» – верхняя губа подтягивается кверху, обнажая верхние зубы, затем нижняя – вниз, обнажая нижние зубы. Представьте, что губу тянут за невидимые ниточки.

3. Речевая зарядка:

Этот маленький дружок -

Твой веселый Язычок.

Чтоб он ловким был, умелым,

Чтобы слушался тебя,

Каждый день зарядку делай

Перед зеркалом, шутя!

Апрель

Комплекс №2

1. Упражнения для жевательно-артикуляционных мышц:

«Жуем ириски». Жевательная резинка. Имитация жевания.

2. Упражнения для щек и губ:

«Малыш сосет соску»

Показать, как вы сосали сосочку, когда были маленькими. Сомкнутые губы вытянуть вперед хоботком, а затем вернуть в нормальное положение.

Застегивание и расстегивание молнии. Улыбнуться, крепко сомкнуть губы, удерживать их в таком положении под счет до «пяти» (застегнули молнию). Разомкнуть губы (расстегнули молнию)- Большие пуговицы, и маленькие пуговицы. Максимально округлить губы (большая пуговица), вытянуть губы узкой «трубочкой» (маленькая пуговица).

3. Упражнения для языка:

- «Чистим зубы»

Плавное провести языком по верхним, а затем по нижним зубам.

Язычок лежит на крылечке и греется на солнышке.

Открыть рот, положить «широкий» язык на нижнюю губу.

Язык отдыхает на кровати.

Рот широко открыт. Язык лежит во дне ротовой полости.

- «Воротник с широкими и острыми краями». Чередовать положение «широкого» и «узкого» языка. Положить «широкий» язык на нижнюю губу («круглый воротничок»). Вытянуть «острый» язык - «воротничок с острыми краями».
- «Катушка». Рот открыт. Кончик языка упирается в нижние резцы, боковые края прижаты к верхним коренным зубам. Широкий язык выкатывается вперед и убирается в глубь рта.
- «Фокус»
Цель: вырабатывать подъем языка вверх, умение придавать языку форму ковшика и направлять воздушную струю посередине языка.
Описание: улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий передний край языка на верхнюю губу так, чтобы боковые края его были прижаты, а посередине языка был

желобок, и сдуть ватку, положенную на кончик носа. Воздух при этом должен идти посередине языка, тогда ватка полетит вверх.

Внимание!

1. Следить, чтобы нижняя челюсть была неподвижной.
2. Боковые края языка должны быть прижаты к верхней губе; посередине образуется щель, в которую идет воздушная струя. Если это не получается, можно слегка придержать язык.
3. Нижняя губа не должна подворачиваться и натягиваться на нижние зубы.

4. Речевая зарядка:

Нос, умойся!

Кран, откройся!

Нос, умойся!

Мойтесь сразу,

Оба глаза!

Мойтесь, уши,

Мойся, шейка!

Хорошенько!

Мойся, мойся,

Обливайся!

Грязь, смывайся! Э. Мошковская