

## Общая артикуляционная гимнастика.

### 1. Чередование «Улыбка» - «Хоботок» - «Бегемотик»

*Цель: Укреплять мышцы губ и тренировать их подвижность путём переключения позиций губ. Развивать произвольное внимание.*

Улыбнуться без напряжения так, чтобы были видны передние верхние и нижние зубы. Следить, чтобы ребёнок не подворачивал внутрь верхнюю и нижнюю губу. Можно пропеть звук «и».

Вытянуть сомкнутые губы вперёд «трубочкой». Можно пропеть звук «у».

Широко открыть рот, можно пропеть звук «а».

Игру можно проводить, озвучивая движения губ («И» - «У» - «А») и молча. Взрослый выполняет поочередно движения губами в любом порядке. Удерживая губы в каждой позиции 3-5 сек., а ребёнок повторяет. Переход от одной позиции к другой осуществляется плавно.

### 2. «Домик открывается»

*Цель: научиться спокойно открывать и закрывать рот, расслабляя мышцы языка.*

*Удерживать губы и язык в заданном положении.*

Слегка улыбнуться, медленно открыть рот (как для пропевания звука А), подержать рот открытым в течение 5-10сек., медленно закрыть. Язык лежит во рту спокойно, не оттягивается назад, кончик языка лежит у передних зубов. Упражнение повторять 3-4 раза.

### 3. «Любопытный язычок»

*Цель: Укреплять мышцы языка, развивать его подвижность.*

Улыбнуться, слегка приоткрыть рот и производить движения языком вперёд-назад. Широкий язык кладём на нижнюю губу, затем убираем в рот. Рот остаётся открытым. Упражнение повторять 8-10 раз.

### 4. «Покусываем язык»

*Цель: осуществляется самомассаж языка.*

Улыбнуться, приоткрыть рот и покусывать язык, во время выполнения упражнения произносить: «та -та-та».

Не подворачивать нижнюю губу внутрь, на нижние зубы.

### 5. «Шлёпаем губами по язычку»

*Цель: расслаблять мышцы языка путём самомассажа (пошлёпывания губами).*

Улыбнуться, приоткрыть рот, спокойно положить язык на нижнюю губу, и пошлёпывая его губами, произносить «па-па-па». Нижнюю губу не следует заворачивать внутрь и натягивать на нижние зубы. Язык должен быть широким, его края касаются уголков рта.

### 6. «Окошко»

*Цель: развивать мышечную силу и подвижность губ.*

Зубы поставить друг на друга. Губы раздвинуть чтоб видно было все зубы, губы принимают положение окошечка. Удерживать их в таком положении 5-10 сек.

### 7. «Чередование»

*Цель: укреплять мускулатуру щёк. Развивать координацию движений.*

Рот закрыт. Губы сомкнуты. Ребёнок поочередно надувает и втягивает щёки в спокойном темпе, удерживая их, в каждом положении по 3-5 сек.

### 8. «Шарики»

*Цель: укреплять мускулатуру щёк. Развивать координацию движений и умение переключаться.*

Рот закрыт. Ребёнок в спокойном темпе поочередно надувает левую, затем правую щёки. Как бы перегоняя воздух из одной щеки в другую. Губы и нижняя челюсть не двигаются из стороны в сторону.

9. «Кружок»

*Цель: развивать произвольные движения языка, укреплять его мускулатуру и развивать его подвижность. Самомассаж мышц губ и щёк.*

Рот закрыт. Язык движется с внутренней стороны, плавно очерчивая кончиком языка круг (правая щека – под верхней губой, левая щека – под нижней губой). Затем язык движется в обратном направлении. Так «нарисовать» по 5-6 кругов в одну и другую стороны.

10. «Конфетки»

*Цель: развивать произвольные движения языка. Укреплять мускулатуру языка и щёк.*

Рот закрыт. Язык поочередно упирается в правую и левую щёки, задерживаясь, в каждом положении в течение 3-5 сек. Можно контролировать движение языка, приложив пальчики снаружи щёк.

11. «Язык здороваётся с подбородком»

*Цель: обрабатывать движения языка вниз, развивать его подвижность. Укреплять мышцы языка.*

Улыбнуться, приоткрыть рот и широким языком дотянуться вниз (к подбородку), затем убрать язык в рот. Прodelать упражнение 5-10 раз. Двигается только язык, губы неподвижны, нижнюю губу внутрь не подворачивать.

12. «Язык здороваётся с верхней губой»

*Цель: обрабатывать движения языка вверх, укреплять мышцы языка, развивать его подвижность.*

Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий край на верхнюю губу, поддержать язык на верхней губе 3-5 сек., убрать в рот. Двигается только язык, нижняя губа не «подсаживает» язык вверх.