

Артикуляционная гимнастика ОСНОВНОЙ КОМПЛЕКС

1. **«Заборчик»** — широко улыбнуться, показать сжатые зубы (верхние зубы стоят ровно на нижних). Удерживать такое положение 5-7 с.

2. **«Слоник»** — вытянуть губы вперед трубочкой (зубы сжаты). Удерживать так 5-7 с.

3. **«Чередовать упражнения «Заборчик» и «Слоник».** Нижняя челюсть не двигается, двигаются только губы. Повторять по 5—6 раз.

4. **«Непослушный язычок»** — широкий плоский кончик языка пошлепать губами, произнося «пяпя-пя...». Повторить 3 раза.

5. **«Блинчик на тарелочке»** — широкий плоский кончик языка положить на нижнюю губу, сказав один раз «пя» («испекли блинчик и положили его остывать на тарелочку»). Язык не должен двигаться. Рот чуть-чуть приоткрыт. Удерживать такое положение 3-10 с. Повторить 2-3 раза.

6. **«Чистим зубы»** — открыть широко рот, улыбнуться, показав зубы. Затем кончиком языка «чистить зубы» изнутри, двигая им влево-вправо (сначала нижние, потом верхние). Кончик языка должен находиться за зубами. Губы улыбаются все время, нижняя челюсть не двигается. Повторить по 5-6 движений в каждую сторону.

7. **«Вкусное варенье»** — широким плоским кончиком языка облизать верхнюю губу сверху вниз. При этом должны быть видны нижние зубы (нижняя губа оттянута вниз, зубы не прикусывают язык). Повторить 3-5 раз.

8. **«Индюк»** — приоткрыть рот и широким кончиком языка быстро двигать по верхней губе вперед-назад, произнося звук, близкий к «бл-бл-бл...». Тянуть этот звук 5-7 с, сделав сначала глубокий вдох.

9. **«Лошадка»** — приоткрыть рот, улыбнуться, показав зубы. Цокать языком медленно-быстрее-быстро-медленно с короткими паузами для отдыха. Стараться не двигать нижней челюстью.

10. **«Грибок»** — приоткрыть рот, показать зубы. Цокнув языком, снова присосать широкий плоский язык к нёбу и удерживать так 5-10 с (уздечка языка — это «ножка грибка», сам язык — его «шляпка»). Повторить 2-3 раза.

11. **«Гармоника»** — сделать «грибок» и удерживая язык, потягивать его уздечку, широко открывая рот, а затем сжимая зубы. Повторить 6-10 раз.

12. **«Больной пальчик»** — положить широкий плоский кончик языка между губами (т. е. губы слегка придерживают кончик языка) и подуть на палец. Воздух должен идти по середине языка через маленькую щель между языком и верхней губой. Делать глубокий вдох и долгий плавный выдох. Щеки не надуваются. Повторить 2-3 раза.

13. **«Подуй на чёлку!»** — высунуть широкий кончик языка, поднять к верхней губе и подуть вверх. Воздух идет по середине языка, щеки не надуваются. Повторить 4-5 раз.

14. **«Чашечка»** — широко открыть рот, улыбнуться, показать зубы. Высунуть язык изо рта, подняв его передний и боковые края, образуя «чашечку». Удерживать так 5-10 с. Повторить 2-4 раза.