

**КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ ГОРОДСКОГО ОКРУГА «ГОРОД СОВЕТСК»
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЁНКА ДЕТСКИЙ САД №10 «РОДНИЧОК»»
Г. СОВЕТСКА.**

Методические рекомендации в помощь педагогам ДОУ



Здоровьесберегающие технологии. Артикуляционная гимнастика.

Разработчик:

учитель-логопед,
учитель-дефектолог

Браун Ольга Владимировна.

Муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения

«Центр развития ребёнка»

Детский сад №10 «Родничок»

238756, г. Советск, ул. Бурова, 6

тел. 8 (40161) 6-09-08

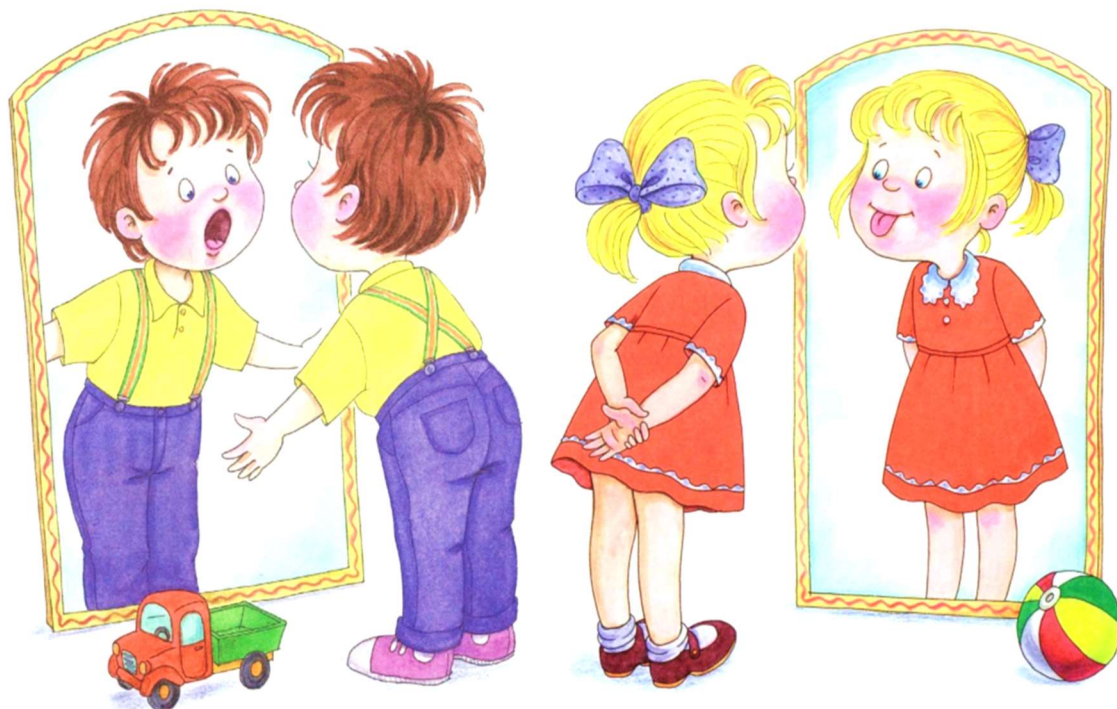
2022 г.

Артикуляционная гимнастика.

«Хорошо сказанное слово — уже пение, а хорошо спетая фраза — уже речь».
Станиславский К.С.

Артикуляционная гимнастика — это комплекс упражнений, направленный на развитие и укрепление мышц артикуляционного аппарата, развитие силы, подвижности и дифференцированности движений органов, участвующих в речевом процессе и необходимых для правильного произношения звуков.

Каждый звук имеет свое, определенное положение органов артикуляции. Артикуляционные упражнения, похожие на упражнения обычной гимнастики, только предназначены они для органов речи и призваны отрабатывать правильные положения языка, губ, мягкого нёба и мышц, которые задействованы при звукопроизношении. Связная речь — это единое смысловое и структурное целое, включающее связанные между собой и тематически объединенные, законченные отрезки. Специальные упражнения позволяют сформировать их согласованные и четкие действия.



Подвижность и точность работы органов артикуляции являются одними из главных условий правильного звучания гласных и согласных звуков. Наиболее подвижным органом артикуляции, от которого зависит качество произношения звуков, является язык. Большая часть упражнений артикуляционной гимнастики относится именно к языку как наиболее рабочему органу.

При произнесении различных звуков каждый орган занимает строго определенное положение. Артикуляционная гимнастика помогает сформировать правильное положение органов речи для произнесения того или иного звука. Кроме того, в речи звуки произносятся один за другим и органы артикуляционного аппарата должны достаточно быстро менять свое положение. Четкое произношение возможно только при согласованной, точной, скоординированной работе всех органов артикуляционного аппарата.

Цель артикуляционной гимнастики — выработка полноценных движений и определенных положений органов артикуляционного аппарата, умение объединять простые движения в сложные, необходимые для правильного произнесения звуков.

Артикуляционная гимнастика бывает двух видов: пассивная (взрослый выполняет движения за ребенка) и активная (ребенок самостоятельно выполняет упражнения). Пассивные движения постепенно переводятся в пассивно-активные, а затем и в активные. Артикуляционные упражнения выполняются без голоса и с участием голоса.

Условно все упражнения можно разделить на три группы: одни помогают улучшить подвижность и согласовать работу органов речи, другие – увеличить силу их движений и третьи – «приучить» язык, губы и нижнюю челюсть к определенному положению, которое они должны занять для правильного произношения того или иного звука.

По характеру выполнения упражнения артикуляционной гимнастики подразделяются на:

- Статических упражнений. Они направлены на удержание губ, языка и щек в правильном положении. Помогают укрепить мышцы артикуляционного аппарата.
- Динамических упражнений. Они развивают гибкость, подвижность и другие навыки, необходимые для четкой речи. Результат достигается при помощи регулярных занятий, подразумевающих многократные повторения отдельных положений.

Выполнение артикуляционных упражнений полезно вне зависимости от возраста, т.к. четкая артикуляция – это неизменная составляющая хорошей дикции. Проведение этих занятий для детей с нарушениями звукопроизношения – это уже необходимость. Гимнастика подготавливает артикуляционный аппарат ребенка к правильной постановке звуков.

Произношение звуков речи – это сложный двигательный навык. Артикуляция связана с работой многочисленных мышц, в том числе жевательных, глотательных, мимических. Процесс голосообразования происходит при участии органов дыхания (гортань, трахея, бронхи, лёгкие, диафрагма, межрёберные мышцы). Таким образом, говоря о специальной логопедической гимнастике, следует иметь в виду упражнения многочисленных органов и мышц лица, ротовой полости, шеи, плечевого пояса, грудной клетки.

Регулярное выполнение гимнастики поможет:

- Улучшить подвижность артикуляционных органов.
- Укрепить мышечную систему языка, губ, щек.
- Научить ребенка удерживать определенную артикуляционную позу.
- Увеличить амплитуду движений.
- Уменьшить спастичность (напряженность) артикуляционных органов.
- Подготовить ребенка к правильному произношению звуков.

У многих детей дошкольного возраста встречаются недостатки произношения одного или нескольких звуков. Большинство из них имеют временный характер. Связано это с тем, что у детей в раннем возрасте недостаточно хорошо функционируют речевой и слуховой аппараты, что приводит к тому, что движения речевых органов недостаточно согласованы. Поэтому необходимо выполнять упражнения для развития их подвижности и формирования навыков владения ими.

Если у ребенка обнаружена задержка в развитии речи (после 3 лет), гимнастика станет отличным помощником в реабилитации. При заикании можно использовать гимнастику для расслабления мимических и артикуляторных мышц. Таким образом, артикуляционная гимнастика может выполнять различные функции в зависимости от возраста детей:

- Профилактическую.
- Коррекционную.
- Диагностическую.

Чем раньше будут приняты меры по коррекции звукопроизношения, тем меньше времени потребуется на достижение результата — формирование чистой и правильной речи ребенка.

Сначала при выполнении детьми упражнений может наблюдаться напряженность движений органов артикуляционного аппарата. Постепенно напряжение исчезает, движения становятся

непринужденными и координированными. Комплекс упражнений, необходимый ребенку, подбирается индивидуально, в соответствии с его возрастом и дефектом речи.

Выполнение артикуляционной гимнастики необходимо прекратить при:

- гиперемии (покраснении),
- посинении (цианозе),
- треморе (мелкие подергивания).

При выполнении артикуляционной гимнастики нужно соблюдать ряд рекомендаций, которые помогут повысить эффективность проводимых занятий:

- Занятия должны быть регулярными, чтобы необходимые навыки формировались и закреплялись быстрее. Лучше всего проводить артикуляционную гимнастику ежедневно спустя 1-2 часа после приема пищи.
- Занятия для детей лучше подавать в игровом стиле. В раннем возрасте ребенок не осознает важность гимнастики, поэтому нужно его заинтересовать этим процессом.
- Нужно проводить артикуляционную гимнастику не более 10 минут. При этом не нужно стараться выполнять много упражнений – достаточно 2-3 за одно занятие.
- Каждое упражнение нужно повторять не менее 5 раз. При этом нужно следить за качеством – если оно ухудшилось, то вполне вероятно, что ребенок устал.
- При проведении статических упражнений нужно соблюдать определенную продолжительность одной артикуляционной позы – порядка 7-10 секунд.
- Занятия лучше проводить перед большим зеркалом.
- Занятия предполагают, что педагог сначала сам показывает, как выполнять то или иное упражнение. Далее он контролирует выполнение со стороны малыша.
- Если малыш не справляется с упражнением, то ему нужно помогать. Движения можно корректировать с помощью ложки, ручки или другого чистого предмета.
- Работу нужно строить от простого к сложному, чтобы у ребенка постепенно формировались навыки.
- Не стесняйтесь выражать свои эмоции и хвалить ребенка за правильное выполнение занятий.

Во всех возрастных группах могут быть использованы одни и те же комплексы, но требования к проведению артикуляционной гимнастики на каждом возрастном этапе будут различными.

В 1-ой младшей группе ещё не сформированы свистящие, шипящие и сонорные. Основная задача – проведение работы по овладению детьми движений органов артикуляционного аппарата, которые совершаются под контролем слуха. Необходимо развивать слуховое внимание, длительность ротового выдоха, основные качества голоса (силу, высоту), а также уточнять произношение гласных и согласных звуков (звукоподражания му-му, ку-ку, ав-ав, бум-бум и т.д.)

Во 2-ой младшей группе детей знакомят с органами артикуляционного аппарата, с движениями органов артикуляции:

- губы умеют улыбаться, обнажая зубы; вытягиваться вперёд трубочкой.
- нижняя челюсть опускается и поднимается, открывая и закрывая рот.
- язык поднимается вверх, опускается вниз, умеет двигаться в стороны, к углам рта, вперёд и назад.

Рекомендуется выполнять следующие упражнения:

- Упражнения для развития речевого дыхания и воздушной струи.
- Упражнения для развития подвижности нижней челюсти.
- Упражнения для развития движений губ («Улыбка», «Заборчик», «Хоботок», «Дудочка»).
- Упражнения для языка («Лопаточка», «Качели», «Вкусное варенье», «Часики», «Лошадка», «Маляр», «Дятел», «Змейка»).

В средней группе уточняются предыдущие знания и вводят новые понятия: верхняя губа – нижняя губа, верхние зубы – нижние зубы, бугорки за верхними зубами, уточняют движения губ,

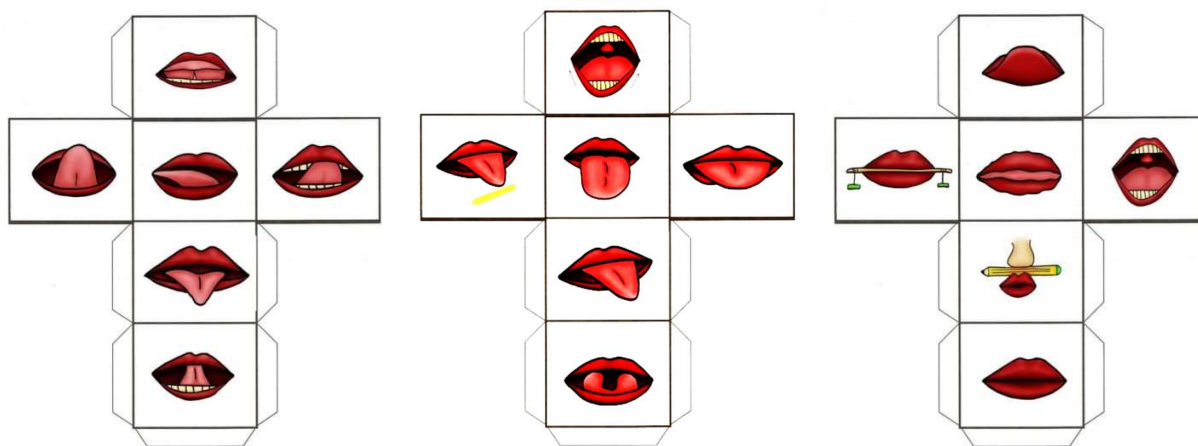
языка и учат делать язык широким и узким. Чаще выполняются упражнения для правильного произношения шипящих и сонорных звуков.

В старшей группе закрепляют всё, что дети узнали об органах артикуляционного аппарата и их движениях. Дают понятие о спинке языка («Лопаточка», «Иголочка», «Накажем непослушный язык»). Для данной возрастной группы характерно отсутствие или замена шипящих и сонорных звуков. Поэтому целесообразно использовать такие упражнения: «Лошадка», «Качели», «Маляр», «Грибок», «Вкусное варенье», «Дятел», «Барабанщик», «Пароход гудит», «Индюк».

В подготовительной группе уточняют основные движения губ, языка. Нужно следить за плавностью, лёгкостью, чёткостью выполнения движения, за умением плавно, достаточно быстро переключать органы артикуляционного аппарата с одного движения на другое. Следят за точностью и устойчивостью конечного результата: полученное положение органа артикуляционного аппарата должно удерживаться некоторое время без изменений. Движения становятся лёгкими, правильными, привычными, поэтому их можно проводить в любом темпе.

Учитывая ведущий вид деятельности детей дошкольного возраста и в целях повышения интереса к выполнению артикуляционных упражнений, нужно стремимся выполнять их в игровой форме, включая в работу различные анализаторы и используя многообразие вспомогательного материала. Использование картинок-образов существенно облегчает работу педагога, но самый эффективный и современный дидактический материал – логопедические игрушки для артикуляционной гимнастики. Зверюшке можно дать имя и приглашать её на занятия. Дети с удовольствием будут слушаться полюбившегося персонажа. Такая игрушка станет любопытным гостем на занятии, другом и помощником каждого ребенка. Она же будет выполнять и образовательную, и воспитательную функции.

Примеры-миниатюры кубиков для артикуляционной гимнастики.



Артикуляционная игра – сказка «Язычок и Змейка».

Жил-был язычок. *(высунуть язык)*

Решил язычок погулять, сел на коня и поскакал. *(пощелкать языком как лошадка и попрыгать)*

Скакал язычок, скакал и встретил змейку. *(высовывать острый язык и отодвигать обратно)*

«Давай играть вместе» – предложила змейка язычку.

И решили они покататься на качелях. Кач-кач-кач. *(упражнение «Качели»)*

А потом они решили поиграть в песочнице.

Взяли лопатки *(упражнение «Лопатка»)* и стали копать. *(поднимать кончик широкого языка и удерживать 2 секунды, повторять несколько раз)*

Поиграли в футбол. *(упираться острым языком то в одну щеку, то в другую)*

Посмотрели на часы. *(упражнение «Часики»)* Пора домой.

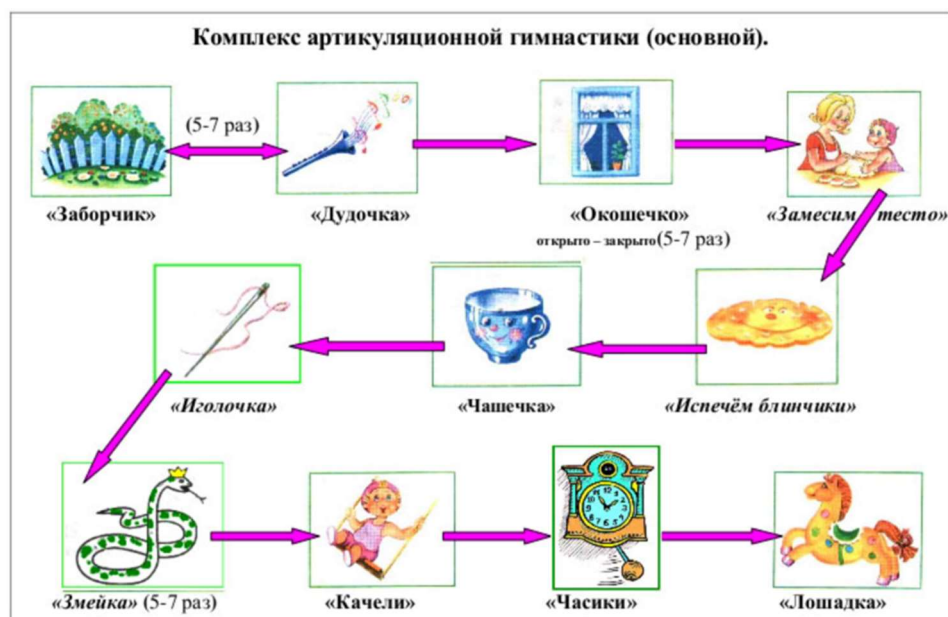
Нарвали корзину грибов. *(удерживать язык, присосав его к небу)*

И поскакали домой. (щелкать языком)

Артикуляционная считалочка.

Раз – мы ротик открываем, будто кошечки зеваем.
Два – подуем в дудочки. Губки, словно трубочки.
Три – на губки посмотри. Улыбаемся на «три».
На четыре – ротик шире. Барабаним на «четыре».
Пять – откроем рот опять. Нужно губку облизать.
Шесть – почистим наше нёбо, нёбо чистым стало чтобы.
Семь – мы звонко будем цокать. Так стучит копытцем лошадь.
Восемь – к нам приходит осень. Вырос гриб на счёте «восемь»
Девять – сделай-ка гармошку, поиграй на ней немножко.
Десять – можно поболтать, поболтать и не устать.

Основной комплекс артикуляционной гимнастики.



1. Чередование 5-7 раз упражнений:
 - «Заборчик». Губы в улыбке. Верхние и нижние зубы сомкнуты. видны все зубы.
 - «Дудочка». Верхние и нижние зубы сомкнуты. Губы вытянуты вперёд.
2. «Окошечко» открыто – закрыто (повторить 5-7 раз). Рот открыт. Губы в улыбке, чтобы были видны все зубы. Язык спокойно лежит за нижними зубами. Открывать и закрывать рот, держа губы в улыбке, чтобы были видны все зубы.
3. Набор упражнений «Блинчики».
 - «Замесим тесто». Губы в улыбке, чтобы были видны все зубы. Покусывая язык зубами, продвигаем его вперёд-назад.
 - «Испечём блинчики». (после «Замесим тесто») Язык широкий лежит на нижней губе, шлёпая губами по языку, произносим «пя-пя-пя...». Затем открываем рот, широкий, расслабленный язык удерживать неподвижно на нижней губе под счёт взрослого, постепенно увеличивая счёт от 1 до 10.
4. «Чашечка». Рот открыт. Губы в улыбке, чтобы были видны все зубы. Передние и боковые края языка подняты в виде чашечки. Нижняя челюсть неподвижна. Удерживать язык под счёт от 1 до 10.
5. «Иголочка». Рот открыт. Губы в улыбке, чтобы были видны все зубы. Язык вытянуть вперёд и сделать его узким, язык удерживать неподвижно. Нижняя челюсть неподвижна. Удерживать язык под счёт от 1 до 10.
6. «Змейка». Рот открыт. Губы в улыбке, чтобы были видны все зубы. Язык вытянуть вперёд и сделать его узким, потом язык убрать в глубину рта – язык становится широким, рот при этом не закрывать. Нижняя челюсть неподвижна. Выполнять, увеличивая счёт от 1 до 10.

7. «Качели». Рот открыт. Губы в улыбке, чтобы были видны все зубы. Кончик языка поднимается за верхние зубы на «бугорки» (альвеолы), затем отпускается вниз за нижние зубы. Выполнять по команде – «вверх-вниз» Нижняя челюсть неподвижна. Выполнять постепенно увеличивая счёт от 1 до 10.
8. «Часики». Рот открыт. Губы в улыбке, чтобы были видны все зубы. Язык тянем то влево к щеке, то вправо. Выполнять по команде – «вправо-влево». Нижняя челюсть неподвижна. Выполнять постепенно увеличивая счёт от 1 до 10.
9. «Лошадка». Губы в улыбке, чтобы были видны все зубы. Рот широко открывая, щёлкать языком, присасывая его к нёбу, медленно и сильно.

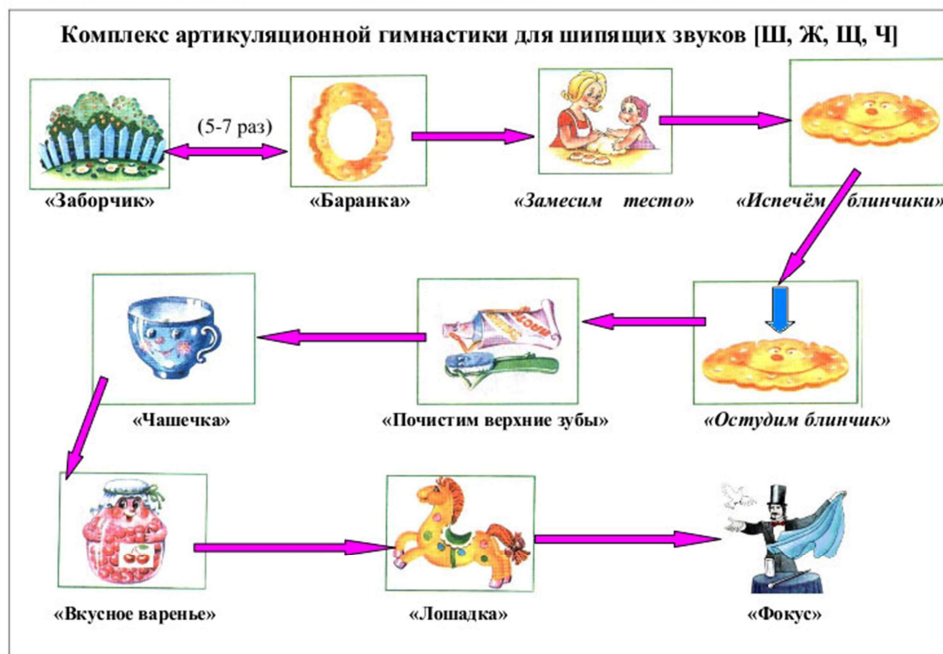
Комплекс артикуляционной гимнастики для свистящих звуков [С, С', З, З', Ц].



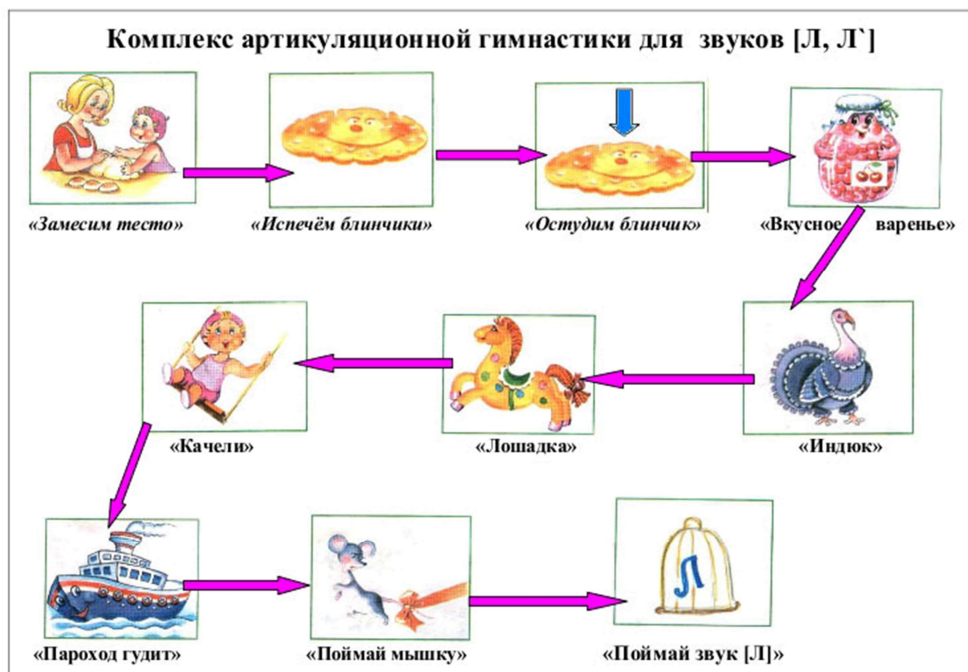
1. Чередование 5-7 раз упражнений:
 - «Заборчик». Губы в улыбке, видны все зубы. Верхние и нижние зубы сомкнуты.
 - «Дудочка». Верхние и нижние зубы сомкнуты. Губы вытянуты вперёд.
2. «Почистим нижние зубы» (5-7 раз). Рот открыт. Губы в улыбке, чтобы были видны все зубы. Кончиком языка поглаживаем нижние зубы с внутренней стороны, делая движения языком вправо- влево. Нижняя челюсть неподвижна.
3. Набор упражнений «Блинчики».
 - «Замесим тесто» (5-7 раз). Губы в улыбке, чтобы были видны все зубы. Покусывая язык зубами, продвигаем его вперёд-назад.
 - «Испечём блинчики». (сразу после «Замесим тесто»). Язык широкий лежит на нижней губе, шлёпая губами по языку, произносим «пя-пя-пя...». Затем открываем рот, широкий, расслабленный язык удерживать неподвижно на нижней губе под счёт взрослого, постепенно увеличивая счёт от 1 до 10.
 - «Остудим блинчик». Губы в улыбке. Подуть на широкий, расслабленный язык, лежащий на нижней губе. Воздух должен идти по середине языка и быть холодным. Щёки не должны надуваться. Указательным пальцем контролируем направление воздушной струйки.
4. «Горка» или «Киска сердится». Рот открыт. Губы в улыбке, чтобы были видны все зубы. Кончиком языка упереться в нижние зубы. Спинка языка касается альвеол. Удерживать язык под счёт от 1 до 10.
5. «Ветерок дует с горки». Плавно и спокойно подуть по середине языка, воздух должен быть холодным. Указательным пальцем контролируем направление воздушной струйки.

6. «Желобок» (3-4 раза). Высунуть широкий язык из полости рта. Боковые края языка загнуть вверх, свернув язык в трубочку ровно по середине. Плавно подуть. Удерживать язык под счёт от 1 до 7.
7. «Футбол». Задуваем ватный шарик, карандаш или другой мелкий предмет, лежащий на столе, между двумя предметами (воротами). Щёки не должны надуваться.

Комплекс артикуляционной гимнастики для шипящих звуков [Ш, Ж, Щ, Ч].



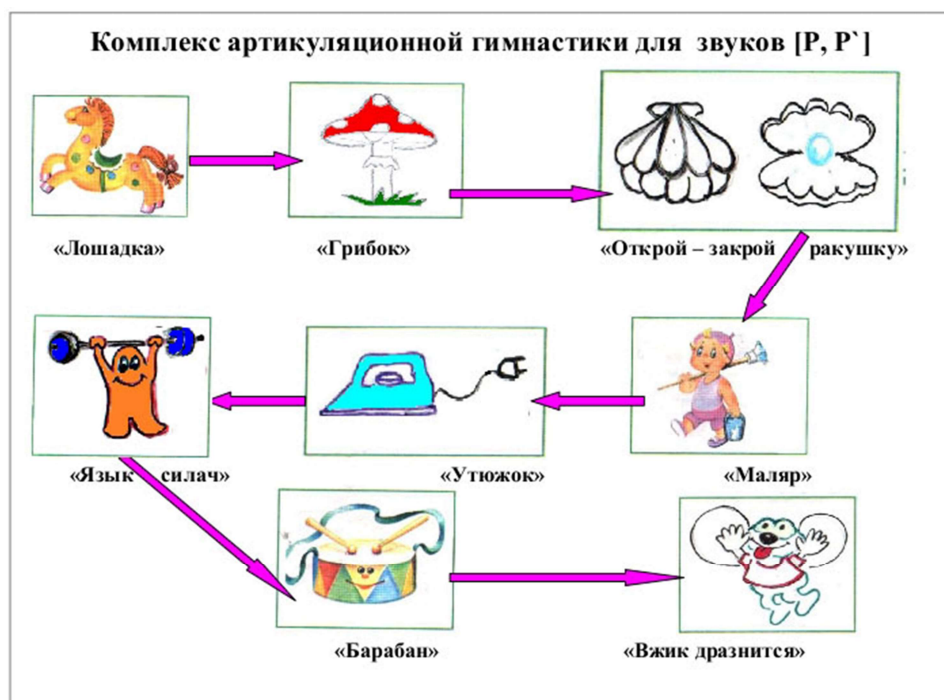
1. Чередование 5-7 раз упражнений:
 - «Заборчик». Губы в улыбке. Верхние и нижние зубы сомкну, видны все зубы.
 - «Баранка». Верхние и нижние зубы сомкнуты. Не разжимая зубы, округлить губы (верхние и нижние зубы видны).
2. Набор упражнений «Блинчики».
 - «Замесим тесто» (5-7 раз). Губы в улыбке. Покусывая кончик языка зубами, продвигаем его вперёд-назад.
 - «Испечём блинчики» (сразу после «Замесим тесто»). Широкий язык лежит на нижней губе, произносим «пя-пя-пя...». Затем открыть рот – при этом широкий, расслабленный язык удержать неподвижно на нижней губе под счёт взрослого, постепенно увеличивая счёт от 1 до 10.
 - «Остудим блинчик». Губы в улыбке. Подуть на широкий, расслабленный язык, лежащий на нижней губе. Воздух должен идти по середине языка и быть холодным. Щёки не должны надуваться. Указательным пальцем контролируем направление воздушной струйки.
3. «Почистим верхние зубы» (5-7 раз). Рот открыт. Губы в улыбке, чтобы были видны все зубы. Кончиком языка поглаживаем верхние зубы с внутренней стороны, делая движения языком вправо-влево. Нижняя челюсть неподвижна.
4. «Чашечка». Рот открыт. Губы в улыбке, чтобы были видны все зубы. Передние и боковые края языка подняты в виде чашечки. Удерживать язык под счёт от 1 до 10.
5. «Вкусное варенье» (5-7 раз). Рот открыт. Верхняя губа закрывает («обнимает») верхние зубы. Широким языком облизнуть верхнюю губу, делая движение сверху-вниз, убрать язык в глубь рта. Нижняя челюсть неподвижна.
6. «Лошадка». Губы в улыбке, чтобы были видны все зубы. Рот широко открывая, щёлкать языком, присасывая его к нёбу, медленно и сильно.
7. «Фокус». На кончик носа положить кусочек ваты. Рот открыт. Верхняя губа закрывает («обнимает») верхние зубы. Язык «чашечкой» выдвинуть вперёд и поднять к верхней губе, подуть на кончик носа, где лежит вата – она должна полететь вверх.



1. Набор упражнений

«Блинчики».

- «Замесим тесто» (5-7 раз). Губы в улыбке. Покусывая кончик языка зубами, продвигаем его вперёд-назад.
 - «Испечём блинчики» (сразу после «Замесим тесто»). Язык широкий лежит на нижней губе, шлёпая губами по языку, произносим «пя-пя-пя...». Затем сделать губами улыбку, а широкий, расслабленный язык удерживать неподвижно на нижней губе под счёт взрослого., постепенно увеличивая счёт от 1 до 10.
 - «Остудим блинчик». Губы в улыбке. Подуть на широкий, расслабленный язык, лежащий на нижней губе. Воздух должен идти по середине языка и быть холодным. Щёки не должны надуваться. Указательным пальцем контролируем направление воздушной струйки.
2. «Вкусное варенье» (5-7 раз). Рот открыт. Верхняя губа закрывает («обнимает») верхние зубы, нижние зубы видны. Широким языком облизнуть верхнюю губу, делая движение сверху-вниз, убрать язык вглубь рта. Нижняя челюсть неподвижна.
 3. «Индюк». Рот открыт. Верхняя губа закрывает («обнимает») верхние зубы, нижние зубы видны. Кончиком широкого языка проводить по верхней губе вперёд-назад, не отрывая языка, при этом произносить: «Бл-бл-бл...». Нижняя челюсть неподвижна.
 4. «Лошадка». Губы в улыбке, чтобы были видны все зубы. Рот широко открывая, щёлкать языком, присасывая его к нёбу, медленно и сильно.
 5. «Качели». Рот открыт. Губы в улыбке, чтобы были видны все зубы. Кончик языка поднимается за верхние зубы на «бугорки» (альвеолы), затем отпускается вниз за нижние зубы. Нижняя челюсть неподвижна.
 6. «Пароход гудит». Рот открыт. Губы в улыбке, чтобы были видны все зубы. С напряжением произносить звук долго – Ы-Ы-Ы-Ы-Ы.
 7. «Поймай мышку». Губы в улыбке, чтобы были видны все зубы. Широкий язык положить на нижние зубы и прикусить («поймай мышку за хвостик»). Удерживать неподвижно под счёт взрослого, постепенно увеличивая счёт от 1 до 10.
 8. «Поймай звук [Л]» (аналогично «Поймай мышку»). Губы в улыбке, чтобы были видны все зубы. Широкий язык положить на нижние зубы и прикусить («поймай мышку за хвостик»). Произносить длительно звук «ы-ы-ы...», упираясь языком в зубы = получится звук [Л]. Указательным пальцем контролируем направление воздушной струйки по бокам рта.



1. «Лошадка». Губы в улыбке, чтобы были видны все зубы. Рот широко открывая, щёлкать языком, присасывая его к нёбу, медленно и сильно.
2. «Грибок» (3-4 раза). Рот открыт. Губы в улыбке, видны все зубы! Широкий язык присосать к нёбу и удерживать язык под счёт от 1 до 7.
3. «Открой – закрой ракушку» (5-7 раз). Рот открыт. Губы в улыбке, видны все зубы. Широкий язык присосать к нёбу («грибок»). Не отрывая языка, соединяем верхние и нижние резцы (видны все зубы), затем раскрываем – растягивая подъязычную связку.
4. «Маляр». Рот открыт. Губы в улыбке, видны все зубы. Кончиком широкого языка гладим нёбо от зубов к горлу, не отрывая его от нёба. Нижняя челюсть неподвижна.
5. «Утюжок». Рот открыт. Губы в улыбке, видны все зубы. Кончиком широкого языка («грибок») поглаживаем «бугорки» (альвеолы) за верхними зубами вперёд – назад (не отрывая язык от нёба). Нижняя челюсть неподвижна.
6. «Язык силач». Рот открыт. Губы в улыбке, видны все зубы. Зубочистку приложить к верхней губе и удерживать её широким языком. Удерживать язык под счёт от 1 до 10.
7. «Барабан». Рот открыт. Губы в улыбке, видны все зубы. Кончиком широкого языка (от упражнения «грибок») с силой ударяем в «бугорки» (альвеолы) за верхними зубами, произнося при этом звук: «д-д-д-д-д», боковые края языка сильно прижимаем к коренным зубам.
8. «Вжик дразнится». Губы в улыбке, видны все зубы. Широкий распластанный язык поднять к альвеолам за верхними зубами и сильно подуть с голосом, чтобы получился утрированный звук [ДЖЖЖЖЖ]. Боковые края языка сильно прижимаем к альвеолам и коренным зубам.
9. «Барабан» + «Вжик дразнится» (выполняются вместе для получения длительного звука RRRRRRRR).

Динамические упражнения для мышц языка.

1. «Змейка». Ребенок должен высунуть язык вперед максимально дальше. При этом нужно сделать его узким, чтобы он стал похож на маленькую «змейку».
2. «Часы». Предполагает имитацию часового маятника. Нужно приоткрыть рот, затем кончиком языка касаться то левого, то правого уголка.
3. «Качели». Занятие напоминает предыдущее, но направление движений меняется – напряженный язык нужно поднимать и опускать вниз, имитируя качели.

4. **«Катушка».** Открыть рот, кончик языка упереть в нижние резцы. Боковые края прижимаются к верхним коренным зубам. Широкий язык выдвигать вперед, затем убирать вглубь рта.
5. **«Лошадка».** Язык присасывается к нёбу. Далее нужно цокать им сильно и медленно.
6. **«Варенье».** Нужно поочередно облизывать языком верхнюю и нижнюю губу.
7. **«Накажем непослушный язычок»:**
 - Покусывание кончика широкого языка, губы при этом в улыбке.
 - Пошлёпывание широкого расслабленного языка расслабленными губами.
8. **«Футбол».** Рот открыт, движения языка вправо – влево на внутренних сторонах щек.

Статические упражнения для мышц языка.

1. **«Бегемот».** Нужно расслабить язык, уложив его на нижнюю губу. Необходимо попеременно открывать и закрывать рот, при этом язык должен находиться в одном и том же положении.
2. **«Птенец».** Нужно широко открыть рот, при этом язык должен быть расслаблен.
3. **«Грибочек».** Открыть рот, после чего присосать язык к верхнему нёбу.
4. **«Лопаточка».** Широкий, мягкий, расслабленный язык лежит на нижней губе.
5. **«Иголочка».** Узкий, напряженный язык высунут вперед.

Упражнения для губ.

1. **«Улыбка».** Нужно растянуть губы в улыбке, при этом не обнажая зубы.
2. **«Бублик».** Губы округлены, немного вытянуты вперед. Через образовавшийся «бублик» должно быть хорошо видно сомкнутые зубы.
3. **«Трубочка».** Губы нужно вытянуть вперед в форме трубочки. Есть похожее занятие «Пятачок», которое также подразумевает вытягивание губ трубочкой, но здесь уже нужно вращать ими по кругу.
4. **«Заборчик».** Зубы сомкнуты, губы в улыбке, верхние и нижние резцы видны.
5. **«Рупор».** Зубы сомкнуты, губы округлены и чуть вытянуты вперед, как при звуке [o], верхние и нижние резцы видны.
6. **«Буря».** Надо дуть сильной струей выдыхаемого воздуха через трубочку в стакан с водой.
7. **«Художник».** Удерживая губами карандаш, нужно «нарисовать» круг или квадрат в воздухе.
8. Поднимание верхней губы, обнажаются только верхние зубы.
9. Опускание вниз нижней губы, обнажаются только нижние зубы.
10. Втягивание губ внутрь рта с плотным прижатием их к зубам.

Упражнения для развития мышц щек.

1. **«Сытый хомячок».** Нужно набрать полный рот воздуха. Далее надуваются щеки и удерживаются в таком положении. Можно надувать поочередно левую и правую щеку.
2. **«Голодный хомячок».** Щеки втягиваются внутрь. На первых занятиях можно помогать ребенку руками.
3. **«Шарик».** Щеки надуваются, потом нужно слегка ударить по ним кулачками.

Упражнения для мягкого нёба и глотки.

1. **«Зёвушка».** Представляет собой обычное позевывание, при этом нужно шумно втягивать воздух.
2. **«Полоскание».** Нужно запрокинуть голову назад и имитировать полоскание горла.
3. Резкое отрывистое произношение звуков «а-а-а», «э-э-э».

Упражнения для нижней челюсти.

1. Широко раскрыть рот и поддерживать раскрытым несколько секунд.

2. Жевательные движения с сомкнутыми губами.
3. Движение нижней челюсти попеременно вправо и влево (при открытом и закрытом рте).