

1. "Улыбка" ("заборчик")

Улыбнуться без напряжения, чтобы были видны передние верхние и нижние зубы. Удерживать 5-10 секунд. Следить, чтобы при улыбке губы не подворачивались внутрь.

Зубы ровно мы смыкаем
И заборчик получаем.
А сейчас раздвинем губы,
Посчитаем наши зубы.



2. «Трубочка» («хоботок»)

Вытянуть сомкнутые губы вперед.
Удерживать их в таком положении
под счет от 1 до 5-10.

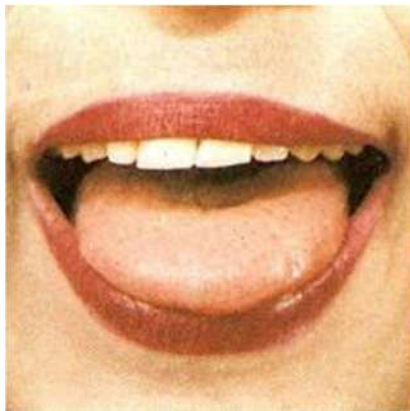
Подражаю я слону,
Губы хоботом тяну.



3. «Домик открывается» (бегемотик)

Слегка улыбнуться, медленно открыть рот, подержать рот открытым 5-10 секунд, медленно закрыть. Язык лежит спокойно за зубами.

Широко откроем ротик,
Как голодный бегемотик



4. «Любопытный язычок»

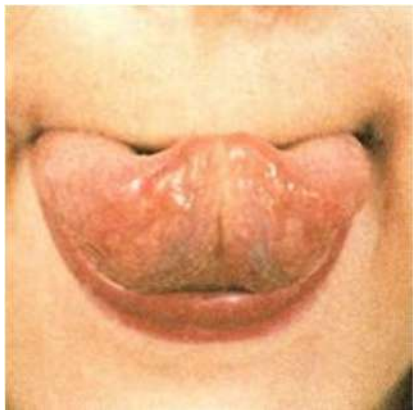
Улыбнуться, слегка приоткрыть рот и производить движения языком вперед-назад. Широкий язык положить на нижнюю губу – убрать. Рот остается все время открытым. Упражнение сделать 8-10 раз.

Любопытный язычок
Выглянул в оконце:
Может, кончился уж дождь
И выглянуло солнце.



5. «Язык здоровается с подбородком»

Улыбнуться, приоткрыть рот и широким языком потянуться вниз к подбородку. Прodelать упражнение 5-10 раз.



6. «Язык здоровается с верхней губой»

Слегка улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий край языка на верхнюю губу. В дальнейшем можно чередовать упражнения 5-6: «качели».

На качелях я качаюсь:
Вверх-вниз, вверх-вниз.
Высоко я поднимаюсь,
Опускаюсь снова вниз.



7. «Обезьянка»

Чуть приоткрыть рот и поместить язык между нижней губой и нижними зубами. Губы при этом сближены. Удерживать в таком положении в течение 5 секунд

Обезьянка строит рожи.
На кого она похожа?



8. «Бульдог»

Из положения «обезьянка»
перевести язык в положение между
верхней губой и верхними зубами.
Губы сближены. Удерживать 5
секунд.

Идёт бульдог, идёт бульдог,
Звенит медалями бульдог.
Блестят его медали.
За что их только дали...



9. «Хомяк»

Рот закрыт. Язык поочередно упирается в правую и левую щеки, оставаясь в каждом положении по 3-5 секунд.

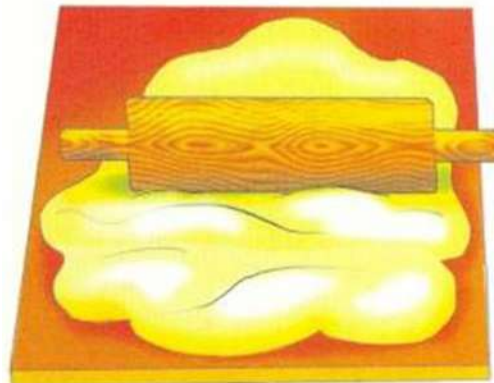
Хомячок надует щечки,
У него зерно в мешочках.



10. «Кружок». «Футбол»

Рот закрыт. Язык движется с внутренней стороны, плавно очерчивая кончиком языка круг («бульдог» - правая щека – «обезьянка» – левая щека и т. д., потом в обратную сторону).
Выполнять по 5-6 кругов в каждую сторону.

Во дворе народ толпится,
Там идет футбольный матч.
И вратарь наш, Генка Спицын,
Пропустить не должен мяч.



11. «Месим тесто»

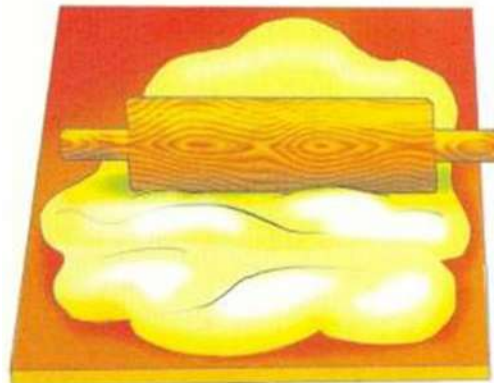
Улыбнуться, приоткрыть рот,
спокійно положить язык на нижнюю
губу, пошлепывая его губами,
произносить: Пя-пя-пя-
пя..»Медленно двигайте язык
вперед – назад.

Тесто мнем, мнем, мнем,
Тесто жмем, жмем, жмем,
После скалку мы возьмем,
Тесто тонко раскатаем,
Выпекать пирог поставим.



12. «Чистим зубы снаружи»
 Улыбнуться, приоткрыть рот,
 показать зубы и широким языком
 провести с наружной стороны
 верхних зубов, имитируя чистящие
 движения зубной щетки. Также
 «чистим и нижние зубы. Выполнять
 каждое упражнение по 3-5 раз.

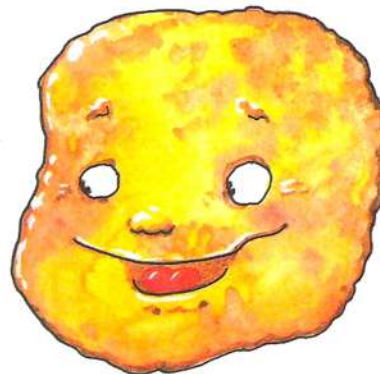
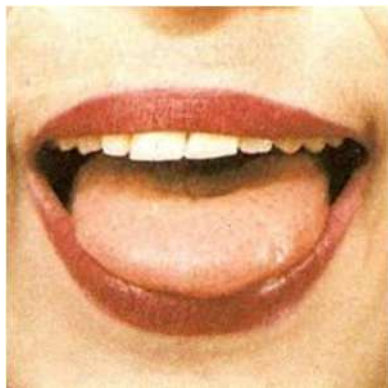
Чищу зубы,
 Чищу зубы
 И снаружи,
 И внутри.
 Не болели,
 Не темнели,
 Не желтели
 чтоб они.



13. «Покусaем язычок» («Месим тесто»)

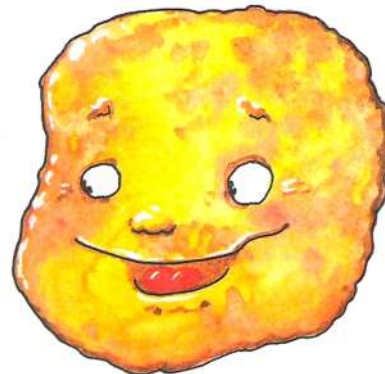
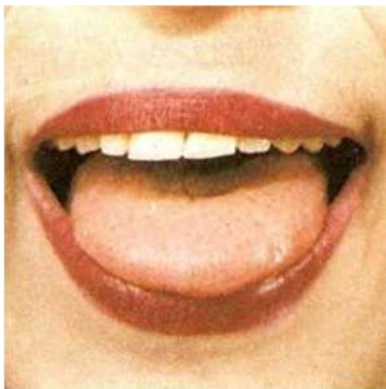
Улыбнуться, приоткрыть рот, покусать кончик языка. Можно усложнять упражнение одновременно покусывая язык и продвигая его вперед-назад.

Тесто мнем, мнем, мнем,
Тесто жмем, жмем, жмем,
После скалку мы возьмем,
Тесто тонко раскатаем,
Выпекать пирог поставим.



14. «Лопаточка». «Блинчик»
Улыбнуться, приоткрыть рот,
положить широкий передний край
языка на нижнюю губу. Удерживать
в таком положении под счет от 1 до
5-10.

Испекли блинов немножко,
Остудили на окошке,
Есть их будем со сметаной,
Пригласим к обеду маму.



15. «Дуем на блинчик»

Вывести язык в положение «блинчик» и подуть в небольшую бутылочку, на вертушку или кусочек ваты. Его следует выполнять после того, как получилась «блинчик»

Испекли блинов немножко,
Остудили на окошке,
Есть их будем со сметаной,
Пригласим к обеду маму.



16. «Горка» («мостик»)

Широко открыть рот. Широкий язык опустить за нижние зубы, упереться в них языком. Плотнo прижать боковые края к верхним коренным зубам.

Вот так горка, что за чудо!
Выгнулся язык упруго:
Кончик в зубы упирается,
Бока кверху поднимаются.



17. «Ветерок дует с горки»

Поставить язычок в положение «горка», а потом спокойно и плавно подуть по середине языка. Воздух должен быть холодным.

Вот так горка, что за чудо!

Выгнулся язык упруго:

Кончик в зубы упирается,

Бока кверху поднимаются.



18. «Чистим нижние зубки» (с внутренней стороны)

Улыбнуться, показать зубы, прикрыть рот и кончиком языка «почистить» нижние зубы с внутренней стороны. Двигая язычком из стороны в сторону, следите, чтобы он находился у десен.

Чищу зубы,
Чищу зубы
И снаружи,
И внутри.
Не болели,
Не темнели,
Не желтели
чтоб они.



19. «Киска сердится»

Улыбнуться, открыть рот. Кончик языка упирается в нижние зубы с внутренней стороны («горка»).

Широкий язык «выкатывать» вперед и убирать вглубь рта (качать горку).

Упражнение повторить 8-10 раз в спокойном темпе.

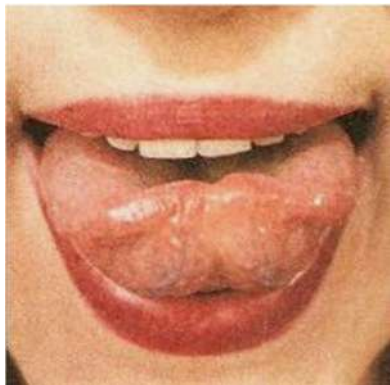
Выгляни в окошко,
Там увидишь кошку.
Кошка спинку выгнула,
Зашипела, прыгнула.
Рассердилась киска –
Не подходите близко!



20. «Киска сердится2»

Улыбнуться, открыть рот. Кончик языка упирается в нижние зубы с внутренней стороны («горка»). Выдвинуть язычок в положение «катушка» и покусать свернутый язык. Выполнять 10-15 раз.

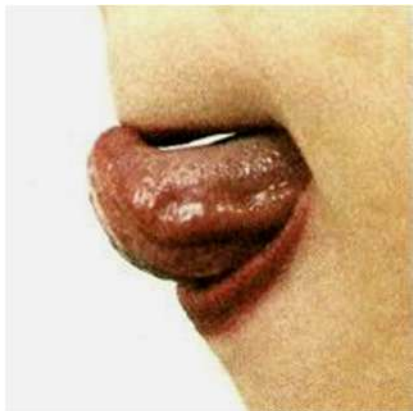
Выгляни в окошко,
Там увидишь кошку.
Кошка спинку выгнула,
Зашипела, прыгнула.
Рассердилась киска –
Не подходите близко!



21. «Чашечка»

Улыбнуться, открыть рот и
установить язык наверху в форме
чашки.

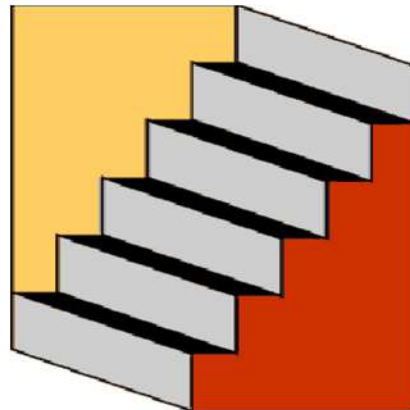
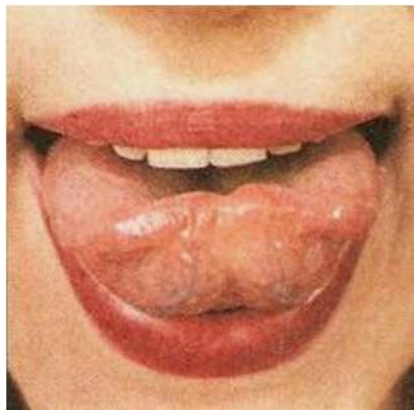
Язык широкий положи,
А края приподними.
Получилась чашка,
Кругленькая чашка



22. «Вкусное варенье»

Улыбнуться, открыть рот и языком в форме «чашечки» облизать верхнюю губу. Движения направлены сверху вниз. Можно продолжить движение и убрать язык в рот, не разрушая «чашечки».

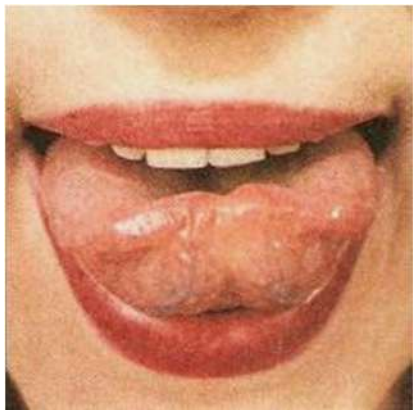
Ох и вкусное варенье!
Жаль, осталось на губе.
Язычок я подниму
И остатки оближу.



23. «Ступеньки»

чередование: «чашечка» на верхней губе, «чашечка» на верхних зубах, «чашечка» внутри рта за зубами. В каждой позе держим язык по 3-5 секунд.

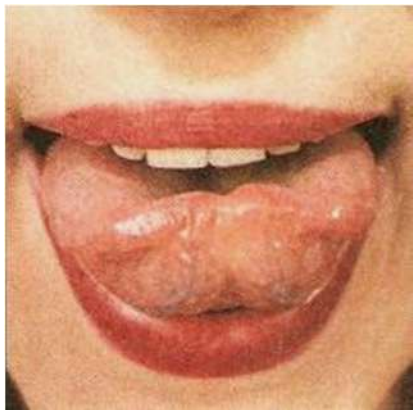
Мы по лесенке ходили,
Вверх и вниз, вверх и вниз.
Очень весело бродили,
Вверх и вниз, вверх и вниз.
Целый день мы так гуляли,
Вверх и вниз, вверх и вниз.
И ни капли не устали,
Вверх и вниз, вверх и вниз.



24. «Фокус»

Поднять язык в положение «чашечка» и плавно подуть на кончик носа. Можно на кончик носа положить кусочек ваты. Во время дутья он улетит точно вверх.

Он сделал страшное лицо,
Потом платком накрыл яйцо...
Потом (хулалу-шимбай!) смахнул
платок, оп-ле!
И вот дыпленок на столе!



25. «Не разбей чашечку»

Придать языку форму «чашечки» и двигать его вперед и назад, сохраняя форму «чашечки» Удерживать в каждой фазе язык по 3-5 секунд.

Язык широкий положи,
А края приподними.
Получилась чашка,
Кругленькая чашка



26. «Чистим верхние зубы» (с внутренней стороны)

Улыбнуться, открыть рот и широким языком «почистить» верхние зубы с внутренней стороны, делая движение из стороны в сторону. Кончик языка двигается у верхних альвеол.

Чищу зубы,
Чищу зубы
И снаружи,
И внутри.
Не болели,
Не темнели,
Не желтели
чтоб они.



27. «Маляр»

Улыбнуться, открыть рот и «покрасить» кончиком языка твердое небо («потолок») делая движения языком вперед - назад, поглаживая небо.

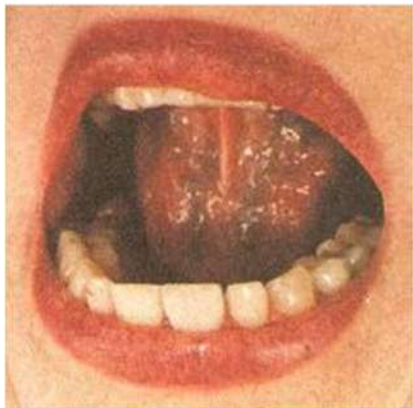
Мы работаем с утра,
Красить потолок пора,
Челюсть ниже опусти,
Язык к нёбу подними.
Поводи вперед-назад —
Наш маляр работе рад.



28. «Барабанщик»

Улыбнуться, открыть рот, поставить язычок за верхние зубы, звонко, отчетливо, многократно повторять : «Д-Д-Д...». Темп постепенно убыстрять, зубы не сближать. Потом добавить движение ватной палочкой, шариковым зондом или пальчиком поперек языка – получим звук, отдаленно напоминающий Р.

Барабанщик очень занят,
Барабанщик барабанит,
Д-д, д-д-д!



29. «Лошадка»

Улыбнуться, широко открыть рот
пощелкать кончиком языка наверху.
Ускоряем темп. Следить за тем,
чтобы нижняя челюсть не двигалась.

Едем, едем на лошадке,
По дорожке ровной, гладкой.

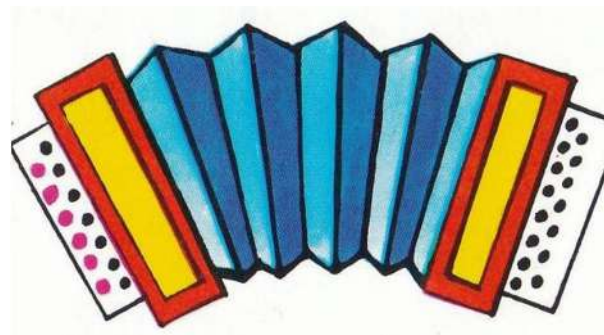


30. «Грибок»

Улыбнуться, присосать язык к небу, чтобы подъязычная связка натянулась («ножка гриба»).

Удерживать в таком положении язык в течение 5-10 минут. Если так сделать не удастся, то вернитесь к упражнению «лошадка».

Я стою на ножке тонкой,
Я стою на ножке гладкой,
Под коричневою шляпкой
С бархатной подкладкой



31. «Гармошка»

Выполнять это упражнение можно после того, как удастся удержать язык в положении «грибок». В положении «грибок» открывать и закрывать рот (как растягиваются меха гармошки).

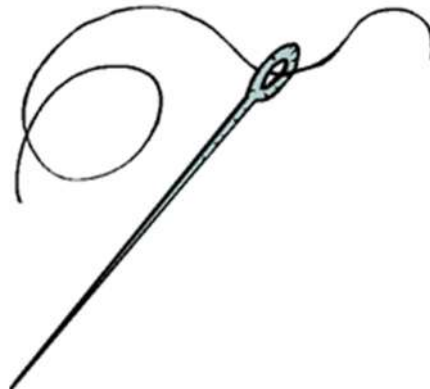
На гармошке я играю,
Рот пошире открываю,
К небу язычок прижму,
Ниже челюсть отведу.



32. «Кучер»

Сомкнуть губы и сильно подуть через них. Губы вибрируют, и слышится характерный звук «тпру». Вариант: положить между губ широкий край языка и подуть. Язык будет вибрировать вместе с губами.

По тропе, чернее тучи,
Едет в бричке старый кучер.
Тащат бричку, хоть ты плачь,
Пара тощих, чёрных кляч.



33. «Иголочка»

Открыть рот, язык высунуть как можно дальше, напрячь его, сделать узким и удерживать в таком положении под счет до 10.

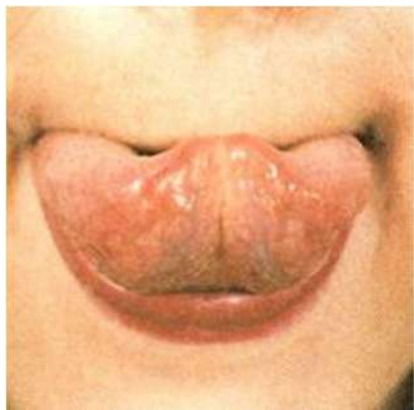
Язык в иголку превращаю,
Напрягаю и сужаю.
Острый кончик потяну,
До пяти считать начну.
Раз, два, три, четыре, пять!
Иголку я могу держать.



34. «Часики»

Язык выдвинуть изо рта в положение «иголочка» и подвигать им из стороны в сторону с большой амплитудой. Прodelать 10-15 раз. Нижняя челюсть не двигается вместе с языком! Язык не касается нижней губы.

Тик-так, тик-так —
Ходят часики вот так.
День и ночь они не спят,
Всё стучат, стучат, стучат



35. «Индюк» («болтушка»)

Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот, положить широкий язык на верхнюю губу и производить быстрые движения кончиком языка по верхней губе вперед – назад, стараясь не отрывать язык от верхней губы. Потом включить голос. Получится смешная «болтушка» (звук похожий на «бл-бл...»)

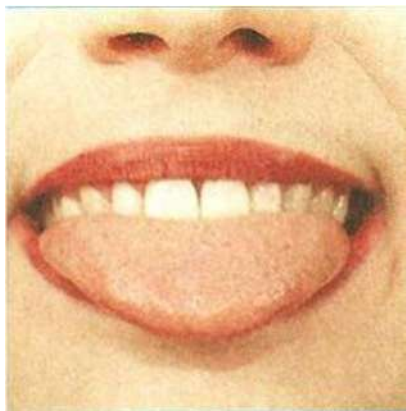
Я – индюк «балды-балда»
Разбегайся кто куда.



36. «Качели»

Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот, положить широкий язык за нижние зубы (с внутренней стороны) и удерживать в таком положении 3-5 секунд. Потом поднять широкий язык за верхние зубы (с внутренней стороны) и удерживать 3- секунд. Так поочередно меняем положение языка 5-6 раз «качаем язычок» . Упражнение полезно делать при работе над шипящими и свистящими звуками.

На качелях я качаюсь:
Вверх-вниз, вверх-вниз.
Высоко я поднимаюсь,
Опускаюсь снова вниз.



37. «Пароход»

Улыбнуться, поставить язык между зубами, закусить его и петь: «ЫЫЫЫ». Получится звук, очень похожий на Л. Не показывайте образец!

Паровоз без колес!
Что за чудо-паровоз!
Не с ума ли он сошел –
Прямо по морю пошел.
(пароход)



38. «Расческа»

Улыбнуться, закусить язык зубами,
«протаскивать» язык между зубами
вперед-назад, как бы причесывая
его.

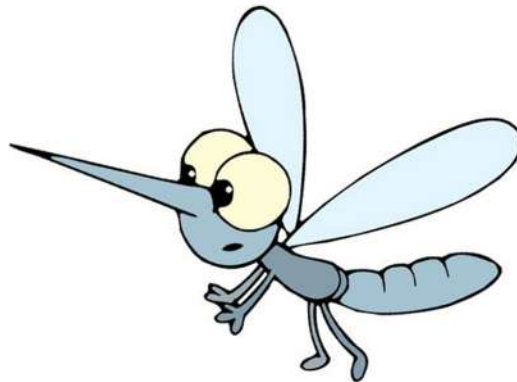
С волосами я дружу,
Их в порядок привожу.
Благодарна мне прическа.
А зовут меня... (расческа)



39. «Парус»

Улыбнуться, широко раскрыть рот, кончик языка поставить на альвеолы, удерживать на счет до 8-10. Повторить 2-3 раза.

Лодка под парусом
По реке плывет,
На прогулку лодочка
Малышей везет.



40. «Комарик»

Улыбнуться, широко раскрыть рот,
кончик языка поставить на
альвеолы, пытаться произнести
«дзззз», но не отрывисто, а
протяжно, в течение 10-15 сек.

Прилетает по ночам,
Не дает уснуть он нам:
Зло звенит, над ухом вьется,
Только в руки не дается.



41. «Заведи мотор»

Улыбнуться, широко раскрыть рот, поднять язык вверх, с силой ударять языком по альвеолам и произносить «дын-дын-дын», повторить 10-15 сек.

По шоссе машина мчит,
Во все стороны рычит,
За рулем лихой шофер,
«Дын-дын-дын» - гудит мотор.