КАРТОТЕКА

АРТИКУЛЯЦИОННОЙ ГИМНАСТИКИ

(Подготовительная группа)

1. ***«Улыбка»***

*Широка Нева-река,*

*И улыбка широка.*

*Зубки все мои видны –*

*От краев и до десны.*

***Цель:***вырабатывать умение удерживать губы в улыбке, обнажая нижние и верхние передние зубы. Укреплять мышцы губ и развивать их подвижность.

***Описание:***Улыбнуться без напряжения так, чтобы были видны передние верхние и нижние зубы. Удержать мышцы губ в таком положении под счёт от 1 до 5-10.

1. ***«Хоботок»***

*Я слегка прикрою рот,*

*Губы – «хоботом» вперед.*

*Далеко я их тяну,*

*Как при долгом звуке: у-у-у.*

***Цель:***вырабатывать движение губ вперед, укреплять мышцы губ, их подвижность.

***Описание:***Вытянуть сомкнутые губы вперёд «трубочкой». Удерживать их в таком положении под счёт от 1 до 5-10.

1. ***«Домик открывается»***

*Ротик широко открыт,*

*Язычок спокойно спит.*

***Цель:***научиться спокойно открывать и закрывать рот, расслабляя мышцы языка. Удерживать губы и язык в заданном положении.

***Описание:***Слегка улыбнуться, медленно открыть рот (как для пропевания звука «а»: «а-а-а»), подержать рот открытым 5-10 секунд, медленно закрыть.

 ***4. Чередование «Хоботок» - «Улыбка» -*** ***«Домик открывается».***

*Улыбается ребенок,*

*Хобот вытянул слоненок.*

*Вот зевает бегемот,*

*Широко открыв свой рот.*

***Цель:***укреплять мышцы губ и тренировать их подвижность путем переключения позиций губ. Развивать произвольное внимание.

***Описание:***Упражнение выполняется в форме игры «Делай, как я». Взрослый выполняет поочерёдно движения губами в любом порядке («у – и – а», «а – у - и»,

 «И – у - а»), удерживая губы в каждой позиции 3-5 секунд, а ребёнок повторяет.

***5. «Любопытный язычок»***

*Вот и вышел на порог*

*Любопытный язычок.*

*«Что он скачет взад-вперед?» -*

*Удивляется народ.*

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

***Описание:***Улыбнуться, слегка приоткрыть рот и производить движения языком вперёд-назад. Язык кладём на нижнюю губу, затем убираем его в рот. Рот остаётся открытым. Упражнение выполняется 8-10 раз.

 ***6. «Лягушка»***

*Ниже нижнюю губу*

*Опущу я, как смогу.*

***Цель:***отрабатывать движение нижней губы вниз и на место. Развивать подвижность и укреплять мышцы губ.

***Описание:***Ребёнок опускает нижнюю губу, обнажая нижние зубы, и возвращает её на место. Упражнение выполняется до 10 раз.

 ***7. «Зайчик»***

*Губку верхнюю подняв,*

*Замер зайчик, зубки сжав.*

***Цель:***отрабатывать движение верхней губы вверх и на место. Развивать подвижность и укреплять мышцы губ.

***Описание:***Ребёнок поднимает верхнюю губу, обнажая верхние зубы, и опуская её обратно. Упражнение выполняется до 10 раз.

 ***8. «Окошко»***

*Рот прикрою я немножко,*

*Губы сделаю «окошком».*

*Зубки рядышком стоят*

*И в окошечко глядят.*

***Цель:***развивать мышечную силу и подвижность губ.

***Описание:***Зубы почти сомкнуты. Губы принимают положение окошечка. Удерживать их в таком положении 5-10 секунд.

 ***9. «Язык здоровается с подбородком»***

*Просыпается язык –*

*Долго спать он не привык.*

*И спросил у подбородка:*

*- Эй, какая там погодка?*

***Цель:***отрабатывать движение языка вниз, развивать его подвижность. Укреплять мышцы языка. Способствовать растяжке подъязычной связки – уздечки (при ее укорочении).

***Описание:***Улыбнуться, приоткрыть рот и широким языком дотянуться вниз (к подбородку), затем убрать язык в рот. Проделать упражнение 5-10 раз.

***10. «Язык здоровается с верхней губой»***

*Улыбнись, не будь груба,*

*Здравствуй, верхняя губа!*

***Цель:***отрабатывать движение языка вверх, укреплять мышцы языка и развивать его подвижность. Способствовать растяжке подъязычной связке (уздечки), если она укорочена.

***Описание:***Слегка улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий край языка на верхнюю губу. Подержать язык на верхней губе 3-5 секунд, убрать в рот.

 ***11. «Обезьянка»***

*За нижнюю губку заложен язык –*

*Из зеркала смотрит мартышкин двойник.*

***Цель:***отрабатывать движение языка вниз с одновременным выполнением более тонких движений. Укреплять мышцы языка.

***Описание:***Чуть приоткрыть рот и поместить язык между нижней губой и нижними зубам. Удержать его в таком положении не менее 5 секунд.

 ***12. «Бульдог»***

*За верхнюю губку заложен язык –*

*Бульдог уступать никому не привык.*

***Цель:***тренировать подъем языка с одновременным выполнением более тонких движений. Укреплять мышцы языка.

***Описание:***Чуть приоткрыть рот и поместить язык между верхней губой и верхними зубами. Удерживать язык в таком положении не менее 5 секунд.

 ***13. «Прятки» (чередование «Обезьянка» - «Бульдог»)***

*Обезьянка и бульдог –*

*Всем покажет язычок.*

***Цель:***укреплять мышцы языка и губ, развивать подвижность языка. Тренировать способность к переключению с одной позиции на другую (низ – верх).

***Описание:***Ребёнок в спокойном темпе попеременно выполняет упражнения «Обезьянка» и «Бульдог».

 ***14. «Хомячок»***

*Языком давить стараюсь,*

*В щеку сильно упираюсь.*

*Раздалась моя щека,*

*Как мешок у хомяка.*

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

***Описание:***Язык поочерёдно упирается в правую и левую щёки, задерживаясь в каждом положении на 3-5 секунд.

 ***15. «Кружок»***

*Мой язык совсем не глуп –*

*Ходит кругом возле губ.*

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

***Описание:***Рот закрыт. Язык движется с внутренней стороны, плавно очерчивая кончиком языка круг (правая щека – под верхней губой – левая щека – под нижней губой). Затем язык двигается в обратном направлении. «Нарисовать» по

 5-6 кругов в одну и другую сторону.

 ***16. Чередование «Толстячки - худышки»***

*Вот толстяк – надуты щеки*

*И, наверно, руки в боки.*

*Вот худышка – щеки впали:*

*Видно, есть ему не дали.*

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

***Описание:***Ребёнок поочерёдно надувает и втягивает щёки в спокойном темпе, удерживая их в каждом положении 3-5 секунд.

 ***17. «Шарики» (поочерёдное надувание щёк)***

*Шарик слева, шарик справа,*

*Есть у нас одна забава:*

*В щеки дуем – чередуем,*

*То в одну, а то в другую.*

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

***Описание:***Ребёнок в спокойном темпе поочерёдно надувает правую и левую щёки, как бы перегоняя воздух из одной щёки в другую.

 ***18. «Самовар»***

*Щеки надую и выпущу пар,*

*И запыхчу, как большой самовар.*

***Цель:***укреплять мускулатуру губ и щек.

***Описание:***Сжать губы, надуть щёки, удержать воздух 2-3 секунды и выпустить через губы, произнося «Пых!».

 ***19. «Шлёпаем губами по языку»***

*А теперь уж не зубами –*

*Я пошлепаю губами:*

*«У быка губа тупа,*

*Па-па-па, па-па-па».*

***Цель:***расслаблять мышцы языка путем самомассажа (пошлёпывания губами). Научиться удерживать язык распластанным, широким.

***Описание:***Улыбнуться, приоткрыть рот, спокойно положить на нижнюю губу и, пошлёпать его губами, произносить: «па-па-па». Рекомендуем поэтапное выполнение упражнения:

* Пошлёпать губами кончик языка;
* Пошлёпать губами середину языка;
* Пошлёпать губами язык, подвигая его медленно вперёд, а затем назад.

 ***20. «Чашечка»***

*Улыбаюсь, рот открыт:*

*Там язык уже стоит.*

*К зубкам подняты края –*

*Вот и «чашечка» моя.*

***Цель:***научиться удерживать язык в форме чашечки наверху, у верхних зубов. Укреплять мускулатуру языка.

***Описание:***Улыбнуться, открыть рот и установить язык наверху в форме чашечки.

 ***21. «Вкусное варенье»***

*Как будто варенье лежит на губе –*

*Слижу его «чашечкой» в ротик себе.*

***Цель:***отрабатывать движение широкой передней части языка в форме чашечки вверх. Укреплять мышцы языка.

***Описание:***Улыбнуться, открыть рот и языком в форме чашечки облизывать губу, делая движение сверху вниз. Можно продолжить движение и убрать язык в рот, не разрушая «чашечку».

 ***22. «Ступеньки*» (*Чередование «чашечка» на верхней*** ***губе – «чашечка» на верхних зубах – «чашечка»*** ***вверху за зубами)***

*На верхнюю губку,*

*На верхние зубки,*

*За зубки скачок –*

***Цель:***удерживать язык в форме чашечки, развивать его подвижность. Укреплять мускулатуру языка. Вырабатывать умение менять положение языка, не разрушая «чашечку».

***Описание:***Улыбнуться, открыть рот, установить язык в форме чашечки на верхней губе, затем перевести «чашечку» на верхние зубы, а затем за верхние зубы. Удерживать в каждом положении 3-5 секунд.

 ***23.  «Фокус» («Дуем с чашечки»)***

*Я «чашку» выведу вперед,*

*С нее подую вверх.*

*И теплый воздух обдает*

*Мой носик, например.*

***Цель:***направлять воздушную струю по середине языка и вверх, удерживая язык в форме чашечки на верхней губе.

***Описание:***Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий передний край языка на верхнюю губу так, чтобы боковые края его были прижаты, а посередине был небольшой желобок. Затем плавно подуть вверх, на нос.

 ***24 . «Не разбей чашечку»***

*Широко открыт мой рот,*

*Ходит «чашка» взад-вперед.*

***Цель:***производить движения языком в форме чашечки, не разрушая ее. Развивать мускулатуру и подвижность языка.

***Описание:***Придать языку форму «чашечки» и двигать его: выдвигать вперёд и убирать обратно в рот. Удерживать язык снаружи и внутри по 3-5 секунд, не разбирая «чашечки».

 ***25. «Чистим верхние зубы» (с внутренней стороны)***

*Зубы верхние – смотри:*

*Чищу «чашкой» изнутри.*

***Цель:***развивать подвижность языка, укреплять кончик языка. Отрабатывать подъем языка.

***Описание:***Улыбнуться, открыть рот и широким языком «почистить» верхние зубы с внутренней стороны, делая движения из стороны в сторону.

 ***26. «Покусаем язычок»***

*Выдвигай свой язык,*

*Чтоб лениться не привык.*

*И от кончика до корня*

*Я кусаю все проворней.*

***Цель:***добиваться расслабления мышц языка, усиления кровоснабжения мышц языка, улучшения иннервации (нервной проводимости).

***Описание:***Улыбнуться, приоткрыть рот и покусать язык.

*Варианты:*1. Покусать кончик языка. 2. Покусать середину языка. 3. Покусывать язык, продвигая его постепенно вперёд-назад. Во время выполнения упражнения произносить: «та-та-та». Произношение слогов («та-та-та») помогает ребёнку выполнять задания.

 ***27. «Кусаем боковые края языка»***

*«Горкой» выгну язычок,*

*Пожую ему бочок:*

*Левый, правый, оба сразу*

*Я жую как по заказу.*

***Цель:***преодолевать пластичность (напряженность) языка путем самомассажа (покусывания боковых краев языка), способствовать прилеганию краев языка к нижним боковым зубам.

***Описание:***Улыбнуться, спеть: «и-и-и» (язык расширится) – и, не меняя положения языка, покусать его края боковыми зубами 10 – 15 раз.

 ***28. «Чистим зубы снаружи»***

*Зубки верхние снаружи*

*Нам почистить очень нужно.*

*Зубки нижние – не хуже,*

*Тоже чистки просят дружно.*

***Цель:***отрабатывать произвольные движения языка, развивать координацию движений. Укреплять мускулатуру языка.

***Описание:***Улыбнуться, показать зубы, широким языком медленно провести с наружной стороны зубов, имитируя чистящее движение. Так же «чистим» наружную сторону нижних зубов.

 ***29. «Загоним мяч в ворота»***

*Щек своих не надуваю,*

*Мяч в ворота загоняю.*

***Цель:***научиться выпускать длительную направленную воздушную струю.

***Описание:***Вытянуть губы вперёд «трубочкой» и длительно подуть на шарик

(Лежит на столе перед ребёнком), загоняя его между двумя кубиками.

*Варианты:*можно предложить ребёнку на вертушку, мелкие игрушки, которые легко катятся по столу, ватку (сдуть с ладошки), направленная воздушная струя хорошо вырабатывается, если предложить ребёнку подуть в небольшую чистую бутылочку (из-под капель). При точном попадании воздушной струи в бутылочку раздаётся своеобразный гудящий или свистящий звук («гудит пароход»). Это очень нравится детям.

 ***30. «Лопаточка»***

*Поперек улыбки лег –*

*Отдыхает язычок.*

***Цель:***вырабатывать умение удерживать язык в свободном, расслабленном положении, лежащим на нижней губе.

***Описание:***Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий передний край языка на нижнюю губу. Удерживать его в таком положении под счёт от 1 до 5-10.

 ***31. «Дуем на лопаточку»***

*Дую, дую на «лопатку»,*

*Чтоб была широкой, гладкой.*

***Цель:***вырабатывать умение дуть по середине широкого языка, спокойно лежащего на нижней губе.

***Описание:***Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий край языка на нижнюю губу и спокойно подуть по середине языка.

 ***32. «Горка» («мостик»)***

*Улыбаюсь, рот открыт –*

*Там язык лежит, свернувшись.*

*В зубы нижние уткнувшись,*

*Горку нам изобразит.*

***Цель:***научиться удерживать язык в положении, необходимом для произношения свистящих звуков. Развивать мускулатуру языка, укреплять кончик языка.

***Описание:***Улыбнуться, приоткрыть рот, кончик языка поставить за нижние зубы, широкий язык установить «горкой». Удерживать в таком положении под счёт от 1 до 5-10.

 ***33. «Ветерок дует с горки»***

*С горки дует ветерок,*

*И несет он холодок.*

***Цель:***научиться удерживать язык в положении, необходимом для произношения свистящих. Укреплять мышцы языка. Научиться дуть по середине языка плавно и длительно.

***Описание:***Улыбнуться, приоткрыть рот. Установить язык «горкой», а затем спокойно и плавно подуть по середине языка. Воздух должен быть холодным.

 ***34. «Мостик построим – мостик разрушим»***

*Ставлю я язык «дугой»*

*И кладу – даю покой.*

***Цель:***научиться попеременно напрягать и расслаблять мышцы языка.

***Описание:***Улыбнуться, установить кончик языка за нижние зубы, напрячь язык, чтобы он принял положение мостика или горки («Мостик построим»). Удержать язык в расслабленном и напряжённом состоянии по 3-5 секунд.

 ***35. «Чистим нижние зубы»*** ***(с внутренней стороны)***

*Ходит «горка» влево – вправо,*

*Чистит зубки очень браво.*

***Цель:***научиться удерживать кончик языка за нижними зубами. Укреплять кончик языка, развивать подвижность языка.

***Описание:***Улыбнуться показать зубы, приоткрыть рот и кончиком языка «почистить» нижние зубы с внутренней стороны.

 ***36. «Катушка»***

*Широко раскрою рот,*

*«Горку» выведу вперед.*

*И, назад отодвигая,*

*Я ее не разрушаю.*

***Цель:***развивать подвижность языка и укреплять его мускулатуру.

***Описание:***Улыбнуться, открыть рот. Кончик языка упирается в нижние зубы. Широкий язык «выкатывать» вперёд и убирать в глубь рта. Упражнение повторить 8-10 раз в спокойном темпе.

***37. «Жуём блинчик»***

*Вот опять язык свернулся,*

*В зубы нижние уткнулся.*

*Двину чуть его вперед,*

*Разжую его вот-вот.*

***Цель:***научить ребенка распластывать язык в положении, нужном для свистящих звуков.

***Описание:***Улыбнуться, приоткрыть рот, поставить кончик языка за нижние зубы (как в упражнении «Горка»), потом выдвинуть его чуть вперёд и покусывать свёрнутый язык 10-15 раз.

 ***38. «Гармошка»***

*Присосу язык на нёбо,*

*А теперь смотрите в оба:*

*Ходит челюсть вверх и вниз –*

*У нее такой круиз.*

***Цель:***развивать подвижность языка, укреплять кончик языка. Отрабатывать подъем языка.

***Описание:***Улыбнуться, открыть рот (видны верхние и нижние зуб) и широким язычком «почистить» верхние зубы с внутренней стороны, делая движения из стороны в сторону.

 ***39. «Маляр»***

*Язык – как кисточка моя,*

*И ею нёбо крашу я.*

***Цель:***укреплять мышцы языка и развивать его подвижность.

***Описание:***Улыбнуться, открыть рот и «покрасить» кончиком языка твёрдое нёбо («потолок»), делая движения языком вперёд-назад.

 ***40. «Барабанщик»***

*За зубами в бугорок*

*Бьёт широкий язычок.*

***Цель:***отрабатывать подвижность языка и подготавливать его к вибрации, необходимой для звука «р». Укреплять мышцы языка (особенно кончика языка).

***Описание:***Улыбнуться, открыть рот и постучать кончиком языка за верхними зубами, звонко, отчётливо и многократно повторяя: «д-д-д». Звук «д» нужно произносить так, чтобы ощущалась выдыхаемая воздушная струя (дуем на кончик языка). Темп убыстряется постепенно.

*Варианты: 1. Стучим кончиком языка за верхними зубами, произнося: «дын-дын-дын» («звоночек»).*

* *Стучим и произносим: «т-д-т-д» («скачет лошадка»).*
* *Многократно произносим: «а-д-д-д», «а-д-д-д», «а-д-д-д» («песенка»).*

 ***41. «Лошадка»***

*Рот широко открываю,*

*К нёбу язык прижимаю.*

*Прыгает вниз язычок.*

*И раздается щелчок.*

***Цель:***отрабатывать подъём языка, подготавливать его к выработке вибрации, растягивать подъязычную связку (уздечку). Укреплять мышцы языка.

***Описание:***Улыбнуться, открыть рот и пощёлкать кончиком языка («лошадка цокает копытами»).

 ***42. «Грибок»***

*Широко открою рот,*

*Будто щелкну я вот-вот.*

*Присосу язык на нёбо,*

*Челюсть вниз – и вся учеба.*

***Цель:***отрабатывать умение удерживать язык наверху в положении, необходимом для звука «р». Укреплять мышцы языка, растягивать подъязычную связку (уздечку).

***Описание:***Улыбнуться, приоткрыть рот, присосать язык к нёбу, открывать и закрывать рот (как растягиваются меха гармошки). При этом растягивается подъязычная связка. Постепенно надо раскрывать рот всё шире и дольше удерживать язык в верхнем положении.

 ***43.  «Кучер»***

*Губы вместе я сведу,*

*Через губы буду дуть.*

*Поиграю я в игру*

*И скажу лошадке: «Тпру!».*

***Цель:***отрабатывать вибрацию губ и языка, подготавливать артикуляционные органы к произношению «р». Развивать силу выдоха.

***Описание:***Сомкнуть губы и достаточно сильно подуть через них. Губы вибрируют и слышен характерный звук «тпру-у-у».

*Варианты: положить между губ широкий край языка и подуть. Край языка* *будет вибрировать вместе с губами («едем на мотоцикле»).*

 ***44. «Парус»***

*Улыбаюсь, рот открыт:*

*«Парус» там уже стоит.*

*Прислоню язык, смотрю,*

*К зубкам верхним изнутри.*

***Цель:***удерживать язык за верхними зубами. Укреплять мышцы языка.

***Описание:***Улыбнуться, широко открыть рот, поставить язык за верхние зубы так, чтобы кончик языка крепко упирался в зубы. Удерживать 5-10 секунд.

 ***45. «Иголочка»***

*Улыбаюсь: вот шутник –*

*Узким – узким стал язык.*

*Меж зубами, как сучок,*

*Вылез длинный язычок.*

***Цель:***научиться делать язык узким и удерживать его в таком положении.

***Описание:***Открыть рот, язык высунуть как можно чаще, напрячь его, сделать узким и удерживать в таком положении под счёт от 1 до 5-10.

 ***46. «Маятник»***

*Влево-вправо кончик ходит,*

*Будто места не находит.*

***Цель:***укреплять мышцы языка, отрабатывать его подвижность.

***Описание:***Улыбнуться, приоткрыть рот, высунуть язык как можно дальше и производить им плавные движения от одного уголка рта к другому. Проделать упражнение 10-15 раз.

 ***47. «Змейка»***

*А у змейки язычок*

*Узок, тонок, как сучок.*

*Ходит-ходит взад-вперед:*

*Как же он не устает?*

***Цель:***развивать подвижность языка, переменно выдвигая и убирая узкий язык.

***Описание:***Открыть рот и производить узким языком движения вперёд-назад

(«жало змейки»).

 ***48. «Индюк»***

*Широко открыт мой рот,*

*Язычок – назад – вперед.*

*Лижет «чашечкой» губу*

*И «болбочет» на бегу.*

***Цель:***отрабатывать подъем языка и подвижность кончика языка.

***Описание:***Приоткрыть рот, положить язык на верхнюю губу и производить движения кончиком языка по верхней губе вперёд и назад, стараясь не отрывать язык от губы, как бы поглаживая её. Темп движения постепенно убыстрять, затем включить голос, пока не послышится «бл-бл» (так «болбочет» индюк).

 ***49. «Качели»***

*«Чашкой» вверх*

*И «горкой» вниз*

*Гнется мой язык –*

*Артист!*

***Цель:***вырабатывать умение быстро менять положение языка, развивать его гибкость, подвижность. Развивать гибкость и подвижность кончика языка.

***Описание:***Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот, положить широкий язык за нижние зубы (с внутренней стороны), удерживать в таком положении 3-5 секунд. Потом поднять широкий язык за верхние зубы (с внутренней стороны) и удерживать 3-5 секунд. Так, поочерёдно, менять положение языка 4-6 раз.

 ***50. «Пароход»***

*Вывожу язык вперед,*

*Закушу его – и вот:*

*«Ы» тяну – и к нам идет*

*Белый-белый пароход.*

***Цель:***отрабатывать положение языка, необходимое для постановки «л»

(особенно при напряженности языка и замене твердого «л» на мягкий «ль»).

***Описание:*** Слегка улыбнуться, высунуть язык, зажать его зубами и петь звук

 «ы-ы-ы» («пароход гудит»).