**ПЕРВЫЙ КОМПЛЕКС УПРАЖНЕНИЙ**

**АРТИКУЛЯЦИОННОЙ ГИМНАСТИКИ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Улыбка**  Улыбнуться без напряжения, губы плотно сомкнуты. Удерживать губы в таком положении под счёт от 1 до 5-10. |  | Подражаем мы лягушкам,  Тянем губы прямо к ушкам. |
| **Заборчик**  Губы в улыбке, зубы сомкнуты. Удерживать под счет до 10. |  | Язычок спешит во двор,  Чтобы починить забор.  Быстро взялся он за дело,  И работа закипела. |
| **Хоботок (Слоник, Трубочка)**  Вытянуть сомкнутые губы вперёд «тру6очкой|». Удерживать их в таком положении под счёт от 1 до 5- 10. |  | Подражаю я слону,  Губы хоботом тяну.  А теперь их опускаю  И на место возвращаю. |
| **Заборчик – Хоботок**  Чередовать движения губ вперед (хоботок) - в стороны (заборчик). |  | Свои губы прямо к ушкам  Растяну я, как лягушка.  А теперь слоненок я,  Хоботок есть у меня. |
| **Самовар (Паровозик, Хомячок)**  Сжать губы, надуть щеки, удержать воздух 2-3 секунды и выпустить через губы, произнося: «Пых!». Повторяем упражнение 3—4 раза. |  | Щеки надую и выпущу пар.  И запыхчу,  Как большой самовар. |
| **Шарики**  Ребёнок в спокойном темпе поочерёдно надувает правую и левую щеки, как бы перегоняя воздух из одной щеки в другую. |  | Шарик слева, шарик справа,  Есть у нас одна забава:  В щеки дуем – чередуем  То в одну, а то в другую. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Пятачок (Нарисуй кружок)**  Вытянутые трубочкой губы двигать вправо-влево, вращать по кругу. |  | Губки вытянул вперед  наш веселый пятачок.  Губки вправо, губки влево –  Пятачок играет смело.  А теперь по кругу – раз!  Будет весело у нас. |
| **Окошко**  Зубы сомкнуты. Губы принимают положение окошечка. Удерживать их в таком положении 5- 10 секунд. |  | Зубы ровно смыкаем  И заборчик получаем.  Губы мы чуть-чуть смыкаем  И окошко получаем. |
| **Рупор**  Губы округлить (шепотом произнести звук «о») н немного вытянуть вперед. Упражнение делается без напряжения, одними губами. Рот приоткрыт, нижняя челюсть не должна выдвигаться вперед. |  | Рупор мы изобразили –  Плавно губы округлили.  Их теперь нельзя смыкать,  Рупор надо удержать. |
| **Спрячем губки**  Рот широко открыт, губы втягиваются внутрь рта. плотно прижимаясь к зубам. Удерживать 5 секунд. |  | В прятки с губками играю –  То найду, то потеряю. |
| **Наказать непослушный язычок**  Улыбнуться, приоткрыть рот, спокойно положить язык на нижнюю губу, пошлепывая его губами: «пя-пя-пя».  Легче сначала пошлепывать кончик, а потом серединку языка. |  | На губу язык клади,  «Пя-пя-пя» произноси.  Мышцы расслабляются –  Лопатка получается.  Ты под счет ее держи  До пяти… до десяти… |
| **Лопатка (Блинчик)**  Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий передний край языка на нижнюю губу. Удерживать язык в таком положении под счёт от I до 10. |  | Язык лопаткой положи,  И под счет его держи:  Раз, два, три, четыре, пять!  Язык надо расслаблять! |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Месим тесто**  Улыбнуться, приоткрыть рот, спокойно 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. |
| **Уточка**  Вытянуть губы, сжать их так, чтобы большие пальцы были под нижней губой, а все остальные на верхней губе, н вытягивать губы вперед как можно сильнее, массируя их и стремясь изобразить клюв уточки. |  | Как утята к утке  Клювики потянем.  Разомнем их мягко,  Не задев ногтями. |
| **Открыть окошко**  Из положения «Заборчик» медленно открывать рот, зубы видны. Удержать под счет от 1 до 5. |  | Рот приоткрою я немножко,  губы сделаю окошком.  Зубы рядышком стоят  И в окошечко глядят. |
| **Рыбка разговаривает**  **1.** Сжать большим и указательным пальцами одной руки верхнюю губу за носогубную складку и двумя пальцами другой руки нижнюю губу. Растягивать губы вверх-вниз.  **2.** Хлопать губами друг о друга (произносится глухой звук).  **3.** Щеки сильно втянуть внутрь, а потом резко открыть рот. Необходимо добиться, чтобы при выполнении этого упражнения раздавался характерный звук «поцелуя». |  | Рыбка в озере живет,  Открывает рыбка рот.  Открывает рыбка рот,  И не слышно, что поет. |
| **Орешки**  При закрытом ротике упираем напряженный кончик языка то в левую, то в правую щеку. Выполняем 6-8 раз. Затем даем ребенку время для отдыха и расслабления. Повторяем упражнение 3-4 раза. |  | Белка щелкает орешки  Обстоятельно, без спешки.  Упираем язычок  влево – вправо, на бочок. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Птенчик**  **1.** Рот широко открыт, язык спокойно лежит в ротовой полости  **2.** Широко открывать и закрывать рот, так чтобы тянулись уголки губ. Челюсть опускается примерно на расстояние ширины двух пальцев. Язычок - "птенчик” - сидит в гнездышке и не высовывается. Упражнение выполняется ритмично. |  | Кушать птенчики хотят.  Маму ждут, но не шумят.  Мама червячка несет,  Открывай пошире рот. |
| **Толстячок – Худышка**  Ребёнок поочерёдно надувает и втягивает щеки в спокойном темпе, удерживая их в каждом положении 3- 5 секунд. |  | Вот толстяк – надуты щеки  И, наверно, руки в боки.  Вот худышка – щеки впали:  Видно, есть ему не дали. |
| **Футбол (Загнать мяч в ворота)**  Вытянуть губы вперед «трубочкой» и длительно подуть на шарик (лежит на столе перед ребёнком), загоняя его между двумя кубиками.  *Варианты:* Можно предложить ребёнку подуть на вертушку, мелкие игрушки, которые легко катятся по столу, сдуть ватку 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 свистящий звук («свистит свисток»). |  | Во дворе народ толпится,  Там идет футбольный матч.  И вратарь наш, Генка Спицын,  Пропустить не должен мяч. |
| **Остановим лошадку (Кучер)**  Поток выдыхаемого воздуха легко и активно посылать к губам, пока они не станут вибрировать. Получается звук, похожий на фырканье лошади. |  | По тропе, чернее тучи,  Едет в бричке старый кучер.  Тащат бричку, хоть ты плачь,  Пара тощих, чёрных кляч. |
| **Часики (Маятник)**  Улыбнуться, приоткрыть рот, высунуть язык как можно дальше и производить им плавные движения от одного уголка рта к другому. Проделать упражнение 10-15 раз. |  | Тик-так, тик-так —  Ходят часики вот так.  День и ночь они не спят,  Всё стучат, стучат, стучат. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Бульдог**  Чуть приоткрыть рот и поместить язык между верхней губой и верхними зубами. Удерживать язык в таком положении не менее 5 секунд. |  | Идёт бульдог, идёт бульдог,  Звенит медалями бульдог.  Блестят его медали.  За что их только дали... |
| **Обезьянка**  Чуть приоткрыть рот и поместить язык между нижней губой и нижними зубами. Удерживать язык в таком положении не менее 5 секунд. |  | Обезьянка строит рожи.  На кого она похожа? |
| **Цветы**  Вдох через нос - «нюхать цветок», произнести: «Ах, как пахнет!»  Повторить 2-3 раза. |  | -Здравствуй, милый мой цветок, -  улыбнулся язычок.  - Я с тобою поиграю,  Аромат твой я вдыхаю. |
| **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. |
| **Лопатка – Иголочка**  Под счет чередовать положение языка Лопатка (широкий) - Иголочка (узкий). |  | Язык лопаткой положи  И спокойно подержи.  Язык иголочкой потом  Потянем тонким острием. |
| **Расческа**  Улыбнуться, прикусить широкий язычок зубами. Протаскивать язык между зубами вперед-назад, как бы «причесывая» язычок. |  | Наши зубки – гребешок,  Причесали язычок.  Мы причешем много раз.  Язык гладкий стал у нас. |