Уважаемые, родители!

Наша первая рекомендация будет направлена на развитие артикуляционной моторики и правильного выполнения артикуляционной гимнастики в домашних условиях.

|  |  |
| --- | --- |
|      Картотека артикуляционной гимнастики.  |   **Артикуляционной гимнастикой** называют специальные упражнения для тренировки подвижности, ловкости языка, губ, щёк, уздечки, переключаемости определенных положений языка и губ, необходимых для произнесения требуемого звука.  Артикуляционную гимнастику необходимо выполнять сидя (перед зеркалом), ежедневно по 3-5 минут. Взрослый должен показать ребенку, как правильно выполнять все упражнения. Обязательно проконтролируйте правильность выполнения задания. Выполняя упражнения для языка, используйте ладонь своей руки, имитируя движения языка. Сначала упражнения выполняются в медленном темпе со временем переходя к более быстрому.   |
| **Упражнение «Быстрая змейка»** **(3 – 7 лет)** ***Цель:*** развитие умения делать язык узким и подвижным. ***Описание***. Последовательность выполнения представлена в стихах.  Язык в змейку превращается,Упражнение начинается. Вот вперёд стремится змейка, Повторить за ней сумей-ка:  То бросается вперёд, То скорей назад ползёт. Вновь движенья повторяются,  Игра в змейку продолжается… *(Движения языком вперед**изо рта, затем* *обратно в рот)*Язык змейкой извивается, Вправо, влево продвигается….  *(Движение языком из стороны в сторону)→*  |  Змейка всюду побывала, А теперь она устала. Уползает змейка в норку, Чтоб немножко отдохнуть*.* *(Язык убрать в рот)*Отдохнула – снова в путь. Змейка снова извивается, К бугорочкам поднимается, Вправо, влево продвигается. *(Движения языком вправо, влево по верхним бугоркам – альвеолам)*Всё отлично получается! Змейке нравится играть  И движения выполнять.  Станет язычок стараться – Звуки будут получаться.   |

|  |  |
| --- | --- |
|  **Упражнение «Лягушки улыбаются»** **(3 – 7 лет)** ***Цель***: развитие умения делать оскал зубов. ***Описание.*** Зубы сомкнуты. Губы в улыбке, верхние и нижние резцы видны.  Тянуть губы прямо к ушкам очень нравится лягушкам. Улыбаются, смеются, а глаза у них, как блюдца.  Как веселые лягушки тянем губки  прямо к ушкам.  Потянули – перестали.  И нисколько не устали.  | **Упражнение «Хоботок»** **(3 – 7 лет)** ***Цель:*** укрепление круговой мышцы рта, развитие умения вытягивать вперед округленные губы ***Описание.*** Зубы сомкнуты. Губы округлены и вытянуты вперед, как при звуке *у*. Подражаю я слону: Губы хоботком тяну… Даже если я устану, Их тянуть не перестану. Буду долго так держать, Свои губы укреплять.  Слон свой длинный хоботок Далеко тянул вперед. Покажи-ка нам, дружок, Как тянулся хоботок.   |
|  **Упражнение «Слоненок – лягушка»** **(3 – 7 лет)** ***Цель***: развитие умения четко переключаться с одного движения губ на другое (оскал – трубочка). ***Описание.*** Последовательность выполнения представлена в стихах.   Свои губы прямо к ушкам Растяну я, как лягушка.  А теперь слоненок я,  Хоботок есть у меня. А сейчас я дудочка,  Дудочка-побудочка.  Мне понравилось играть,  Повторю-ка все опять.   |  **Упражнение «Лопаточка»** **(3 – 7 лет)** ***Цель:*** развитие умения, расслабив мышцы языка, удерживать его широким. ***Описание.*** Приоткрыть рот, улыбнуться. Широкий, расслабленный язык положить на нижнюю губу. Удерживать в таком положении 5-10 секунд.  Язык лопаткой положи  И под счет его держи: Раз – два – три – четыре – пять! Язык надо расслаблять.  Язык широкий, гладкий  получается лопатка.  И при этом я считаю:  раз,два,три,четыре,пять  Язык широкий положи И спокойно подержи. Язык надо расслаблять  И под счет его держать:  Раз, два, три, четыре, пять!  Язык можно убирать.  |

|  |  |
| --- | --- |
| **Упражнение «Чашечка»** **(4 – 7 лет)** ***Цель:*** развитие умения делать язык широким, приподнимая края языка и удерживая форму чашечки ***Описание.*** Рот открыт. Губы в улыбке. Язык высунут. Боковые края и кончик языка подняты, средняя часть спинки языка опущена. В таком положении язык удерживать под счет от 1 до 5-10. Следить, чтобы губы не натягивались на зубы, нижняя челюсть была неподвижна.   Язык широкий положи,  А края приподними.  Получилась чашка,  Кругленькая чашка. В рот её мы занесем И бока к зубам прижмем.  Мы чаек горячий Будем пить на даче. Чашечку мы держим Крепче, крепче, крепче.   |  **Упражнение «Чищу зубы»**  **(3 – 7 лет)** ***Цель***: развитие умения удерживать кончик языка за нижними и верхними зубами, делать круговые движения языком. ***Описание.***  Улыбнуться, показать зубы. Приоткрыть рот и кончиком языка «почистить» сначала нижние, а потом верхние зубы, делая движения из стороны в сторону.  Чищу зубы чисто, чисто И снаружи, и внутри;Я хочу, чтобы всегда Были белые они.  Чищу зубы, Чищу зубы И снаружи… И внутри… Не болели, Не темнели, Не желтели чтоб они.   |

|  |  |
| --- | --- |
| **Упражнение «Качели»** **(3 – 7 лет)** ***Цель***: укрепление мышцы языка, развитие подвижности и гибкости кончика языка, умение им управлять. ***Описание.*** 1) Положить широкий язык на нижнюю губу и подержать под счет «раз». Поднять язык на верхнюю губу и подержать под счет «два». Повторить ещё и ещё раз. 2) Положить широкий язык за нижние зубы. Поднять язык за верхние зубы. Нижняя челюсть не должна двигаться, нижняя |  **Упражнение «Лошадка»** **(3 – 7 лет)** ***Цель:*** укрепление мышцы языка, отработка умения поднимать язык вверх. ***Описание.***  Улыбнуться, приоткрыть рот, прижать широкий язык всей плоскостью к нёбу (язык присасывается) и со щелчком оторвается. Щелканье должно быть четким, непохожим на чмоканье. Работает только язык, нижняя челюсть и губы остаются неподвижными.   Я – лошадка Серый Бок!  Цок-цок-цок-цок. Я копытцем постучу,  Цок-цок-цок-цок Если хочешь – прокачу!  Цок-цок-цок-цок.  Посмотри, как я красива:  Цок-цок-цок-цок.  Хороши и хвост, и грива.  Цок-цок-цок-цок.  Я – лошадка  Серый Бок!  Цок-цок-цок-цок. |
| губа не должна «подсаживать» язык вверх.  Эх, раз! Еще раз! Мы качаемся сейчас. Вверх, вниз мы летим, Тормозить мы не хотим.   На качелях я качаюсь, Вверх – вниз, вверх – вниз. И всё выше поднимаюсь, А потом – вниз ….  |

|  |  |
| --- | --- |
|  **Упражнение «Дятел»** **(5 – 7 лет)**  ***Цель***: развитие мышцы кончика языка, отработка подъем кончика языка вверх и умение делать кончик языка напряженным.***Описание.*** Улыбнуться, открыть рот пошире. Постучать кончиком языка о нёбо за верхними зубами, отчётливо произнося твёрдый звук [д-д-д]. Делать удары медленно, постепенно убыстряя темп. Следить, чтобы нижняя челюсть не двигалась, язык не сужался.   Я по дереву стучу  *(д-д-д)*, Червяка добыть хочу  *(д-д-д)*, Хоть и скрылся  под корой *(д-д-д*), Все равно он будет  мой *(д-д-д).*    |  **Упражнение «Грибок».** **(5 – 7 лет)** ***Цель:*** отрабатывание подъема языка, растягивая подъязычную уздечку ***Описание.*** Улыбнуться, приоткрыть рот и, прижав (приклеить) широкий язык всей плоскостью к нёбу, открыть рот пошире (под счет от 1 до 5-10). Следить, чтобы боковые края языка были одинаково плотно прижаты к нёбу (ни одна половина не должна провисать), чтобы губы не натягивались на зубы.  Вырос гриб большой в лесу, В садик гриб я принесу. Раз, два, три, четыре, пять - Гриб мне надо удержать.  На лесной опушке, Где жила кукушка, Вырос гриб волнушка - Шляпка на макушке. Наша Даша в лес пошла, Наша Даша гриб нашла. Вот и нет волнушки На лесной опушке.  |
| **Упражнение «Иголочка».** **(3 – 7 лет)** ***Цель:*** развитие умения делать язык узким, напрягая его мышцы.***Описание.*** Рот приоткрыть, губы растянуть в улыбке. Высунуть изо рта узкий, напряженный язык. Удерживать 5-10 секунд. Следить, чтобы кончик языка не загибался.  Я иголку острую  Для шитья готовлю.  Крепко я ее держу,  Никого не уколю.  Язык в иголку превращаю, Напрягаю и сужаю. Острый кончик потяну, До пяти считать начну. Раз, два, три, четыре, пять!   Иголку я могу держать.  Я иголкой острой шью,  Никого не уколю.  Я иголочку втыкаю,  Ей руками помогаю.   | **Упражнение «Лопаточка – Иголочка»** **(4 – 7 лет)** ***Цель:*** развитие умения четко переключаться с одного движения языка на другое (узкий – широкий) ***Описание.***. Чередование положений языка: широкий – узкий. Упражнение выполняется ритмично под счет (сначала в медленном темпе,  Язык «лопаточкой» лежит  И нисколько не дрожит. Язык «иголочкой» потом  И потянем острием.    |

|  |  |
| --- | --- |
| **Упражнение «Маляр»** **(3 – 7 лет)** ***Цель:*** отрабатывание подъема языка вверх и его подвижность. ***Описание.*** Улыбнуться, открыть рот, поднять язык к бугоркам – альвеолам. Водить, поглаживая кончиком языка, как кисточкой, по нёбу вперёд-назад. Следить, чтобы кончик языка не высовывался изо рта, а губы и нижняя челюсть не двигалась.  Красить потолок пора,Пригласили маляра. Челюсть ниже опускаем, Язык к нёбу поднимаем, Поведём вперёд назад – Наш маляр работе рад!   | **Упражнение «Часики».** **(3 – 7 лет)** ***Цель:*** развитие подвижность языка, укрепляя его мышцы, и закрепление пространственной ориентировки правой, левой сторон. ***Описание***. Открыть рот, слегка улыбнуться. Высунуть узкий язык. Тянуть его попеременно, то вправо, то влево. Упражнение выполняется сначала в медленном, а затем в умеренном темпе, с фиксацией положения языка. Следить, чтобы язык не облизывал губы.  Мой веселый язычок, Словно маятник часов: Вправо - влево, вправо – влево Он всегда ходить готов.  Влево – вправо, влево – вправо. Мой язык скользит лукаво: Словно маятник часов, Покачаться он готов.   |
| **Упражнение «Змейка»** **(3 – 7 лет)** ***Цель:*** отрабатывание умения делать язык узким. ***Описание***. Рот приоткрыть, губы растянуть в улыбке. Высунуть изо рта узкий, напряженный язык. Удерживать 5-10 секунд. Следить, чтобы кончик языка не загибался.  Змейка по лесу ползла, Язычок свой убрала. Повстречала вдруг бобра И ужалила со зла.  Снизу змейка проползала И язык всем показала. Потом в ротик убрала Под скамейку уползла.  | **Упражнение «Барабан».** **(5 – 7 лет)** ***Цель:*** отрабатывание подъем языка, умение делать кончик языка напряженным и подвижным. ***Описание.*** Улыбнуться, открыть рот пошире. Широким кончиком языка постучать за верхними зубами, многократно и отчетливо произнося звук *д-д-д*. Произносить медленно, постепенно темп убыстрять. Следить, чтобы нижняя челюсть не двигалась, язык не сужался.  В барабан мы бьем Нашим язычком. Громкий, громкий звук, Слышен звонкий стук   Барабанщик очень занят, д-д, д-д-д, Барабанщик барабанит: д-д, д-д-д, Бей, руками помогай: д-д, д-д-д. Ритм ногами отбивай: д-д, д-д-д, Учись играть на барабане: д-д, д-д-д, Твой язык послушным станет: д-д, д-д-д, Язык, кверху поднимайся: д-д, д-д-д, Смотри – с ритма не сбивайся: д-д, д-д-д.  |

|  |  |
| --- | --- |
| **Упражнение «Заборчик».** **(3 – 7 лет)** ***Цель:*** развитие подвижности круговой мышцы рта и удерживание губ в улыбке. ***Описание.*** Зубы сомкнуты. Губы в улыбке, верхние и нижние резцы видны.   Из зубов заборчик строй – Ровный, белый, не косой. Рубки широко открой,Чтоб заборчик видеть свой.   Зубы ровно мы смыкаем И заборчик получаем… А сейчас раздвинем губы –  Посчитаем наши зубы.   | **Упражнение «Трубочка»** **(3 – 7 лет)** ***Цель:*** развитие подвижности круговой мышцы рта, умения вытягивать вперед округленные губы ***Описание.*** Зубы сомкнуты. Губы округлены и вытянуты вперед, как при звуке *у*.   Подражаю я слону: Губы хоботком тяну.И на трубочку похожи, Подудеть в нее мы можем: Ду-ду-ду, ду-ду-ду!   Губы сложим в трубочку –  На дудочку похоже.  Подудеть на дудочке  Без дудочки мы можем:  Ду, ду, ду-ду-ду!    |
| **Упражнение** **«Накажу непослушный язык»** **(3 – 7 лет)** ***Цель:*** развитие умения расслаблять мышцы языка, удерживать его широко распластанным. ***Описание.*** Немного приоткрыть рот, спокойно положить язык на нижнюю губу и, пошлепывая его губами, произносить звуки ***пя-пя-пя***. Похлопать язык губами несколько раз на одном выдохе, затем удержать широкий язык в спокойном положении при открытом рте под счет 1-10. Следить, чтобы нижняя губа не подворачивалась и не натягивалась на нижние зубы. Боковые края языка касаются углов рта.  На губу язык клади, «Пя-пя-пя» произноси, Мышцы расслабляются… Лопатка получается… Ты под счет ее держи… До пять… до десяти…  Провинился язычок, Ничего сказать не смог. Мы его похлопаем, Губками пошлепаем.  |  **Упражнение «Язык – силач»** **(3 – 7 лет)** ***Цель:*** развитие умения удерживать широкий кончик языка за нижними зубами, укрепление мышц языка, напрягая и расслабляя их. ***Описание.*** Слегка улыбнуться, приоткрыть рот. Опустить широкий кончик языка к нижним передним зубам и упирать язык в зубы.    Язычок у нас силач –  В зубы упирается,  Сильно напрягается,  Горкой выгибается.  Силачу пора на отдых.  Чтобы смог он полежать,  Мышцы будем  расслаблять.     |

|  |  |
| --- | --- |
| **Упражнение «Вкусное варенье»** **(3 – 7 лет)** ***Цель:***  отрабатывание движения широкой передней части языка вверх и положение языка, близкое к форме чашечки. ***Описание.*** Слегка приоткрыть рот. Улыбнуться. Широким передним краем языка облизать верхнюю губу, делая движение языком сверху вниз, затем втянуть язык в рот.  Следить, чтобы язык не сужался. Губы не натягивались на зубы, нижняя челюсть должна быть неподвижной.  Ох, и вкусное варенье! Жаль, осталось на губе. Язычок я подниму И остатки оближу.   | **Упражнение «Гармошка»** **(5 – 7 лет)** ***Цель:*** развитие мышц языка, растягивая подъязычную связку, закреплять умение подъема языка. ***Описание.*** Улыбнуться, приоткрыть рот, присосать язык к нёбу. Не отпуская язык, закрывать и открывать рот.   К нёбу язычок прижми,  Челюсть ниже опусти.  Рот открой, потом прикрой,  Гармонист ты неплохой.   На гармошке мы играем,  Рот пошире открываем, Челюсть вверх, челюсть вниз Ты, смотри, не ошибись.     |

Удачи, успехов и удовольствия в совместной деятельности с ребенком!