**КАРТОТЕКА**

**АРТИКУЛЯЦИОННОЙ ГИМНАСТИКИ**



***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.

***2.«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.

***3.«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 спастичность (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»).