

КАРТОТЕКА УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ ЯЗЫКА

Я – веселая лошадка,
Темная как шоколадка.
Язычком пощелкай звонко –
Стук копыт услышишь громко.

Под березой у дорожки
Гриб растет на тонкой ножке.
Мимо еж пройти не сможет
И в лукошко гриб положит.

Пароходик не большой,
Зато смелый он какой:
Ему волны не страшны,
Весело гудит он: «ы-ы-ы»

«Жу!» - сказал крылатый жук,
Посижу и пожужжу.

«ОСЕНЬ»

Наступила осень пора сбора грибов. Язычок, взяв большую корзину и отправился в лес. (упр. «Грибок»)

По дороге в лес увидел «Ручеек» (холодная струйка воздуха «стекает» посередине широкого языка, кончик которого упирается в основание нижних передних зубов; губы раздвинуты в улыбке).

Язычок подставил ладошку и почувствовал, какая холодная вода в ручейке (высовывают язычок)

Язычок долго ходил по лесу и наконец вышел на поляну. Увидел на ней много грибов. (упражнение «Грибок»)

Язычок перебежал от одного гриба к другому, приговаривая: «Вот лисичка, вот свинушка, а это мухомор...» и т. д. (движение языком вправо и влево).

Набрав полную корзину грибов, Язычок услышал звук мотора (упр.«Моторчик»)- во время длительного произнесения звука: д-д-д-д за верхними зубами быстрыми движениями чистым прямым указательным пальцем сам ребенок производит частые колебательные движения из стороны в сторону.

Язычок поднял голову и увидел в небе пролетающего вертолета. Язычок помахал ему и вернулся домой с урожаем.

«ОВОЩИ И ФРУКТЫ»

1. «Щечки-яблочки». Ваши щечки круглые как яблочки. Надуть обе щеки.
2. «Спрячем сливу за щеку». Надуть попеременно то правую, то левую щеку.
3. «Круглая виноградинка». Вытянуть губы вперед узкой трубочкой.
4. «Банан». Улыбнуться, приподняв уголки губ вверх. Губы сомкнуты.
5. «Язычок пролезает через щель в заборе в сад». «Широкий» язык с силой протискивается между зубами.

6. «Колья забора острые — вот такие». Показать «острый» язык. По очереди высовывать то «широкий», то «узкий» язык.
7. «Язычок-листок прикрыл яблочка бочок». Поднять язык вверх и закрыть верхнюю губу. Опустить вниз и закрыть нижнюю губу.
8. «Вдыхаем запах леса»
И.п.: о.с. 1-руки поднять вверх (вдох); 2-руки опустить вниз (выдох). Повторить 2-3 раза.

УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ГУБ:

1. Улыбка.
Удерживание губ в улыбке. Зубы не видны.
2. Хоботок (Трубочка).
Вытягивание губ вперед длинной трубочкой.
3. Заборчик.
Губы в улыбке, зубы сомкнуты в естественном прикусе и видны.
4. Бублик (Рупор).
Зубы сомкнуты. Губы округлены и чуть вытянуты вперед. Верхние и нижние резцы видны.
5. Заборчик - Бублик. Улыбка - Хоботок.
Чередование положений губ.
6. Кролик.
Зубы сомкнуты. Верхняя губа приподнята и обнажает верхние резцы.

ЕСЛИ ГУБЫ СОВСЕМ СЛАБЫЕ:

- сильно надуть щеки, изо всех сил удерживая воздух во рту;
- удерживая губами карандаш (пластмассовую трубочку), нарисовать круг (квадрат);
- удерживать губами марлевую салфетку - взрослый пытается ее выдернуть.

УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ПОДВИЖНОСТИ ГУБ:

«Собачка»

Покусывание и почесывание сначала верхней, а потом нижней губы зубами.

«Улыбка»

Вытянуть вперед губы трубочкой, затем растянуть губы в улыбку.

«Пятачок»

Вытянутые трубочкой губы двигать вправо-влево, вращать по кругу.

«Рыбки разговаривают»

Хлопать губами друг о друга (произносится глухой звук).

Сжать большим пальцем и указательными пальцами одной руки верхнюю губу за носогубную складку и двумя пальцами другой руки нижнюю губу и растягивать их вверх-вниз.

«Голодный хомячок»

Щеки сильно втянуть внутрь, а потом резко открыть рот. Необходимо добиться, чтобы при выполнении этого упражнения, раздавался характерный звук "поцелуя".

«Уточка»

Вытянуть губы, сжать их так, чтобы большие пальцы были под нижней губой, а все остальные на верхней губе, и вытягивать губы вперед как можно сильнее, массируя их и стремясь изобразить клюв утки

«Недовольная лошадка»

Поток выдыхаемого воздуха легко и активно посылать к губам, пока они не станут вибрировать. Получается звук, похожий на фырканье лошади.

СТАТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ЯЗЫКА:

«Птенчики»

Рот широко открыт, язык спокойно лежит в ротовой полости.

«Лопаточка»

Рот открыт, широкий расслабленный язык лежит на нижней губе.

«Чашечка»

Рот широко открыт. Передний и боковой края широкого языка подняты, но не касаются зубов.

«Иголочка» («Стрелочка», «Жало»)

Рот открыт. Узкий напряженный язык выдвинут вперед.

«Горка» («Киска сердится»)

Рот открыт. Кончик языка упирается в нижние резцы, спинка языка поднята вверх.

«Трубочка»

Рот открыт. Боковые края языка загнуты вверх.

«Грибок»

Рот открыт. Язык присосать к нёбу.

ДИНАМИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ЯЗЫКА:

«Часики» («Маятник»)

Рот приоткрыт. Губы растянуты в улыбку. Кончиком узкого языка попеременно тянуться под счет педагога к уголкам рта.

«Змейка»

Рот широко открыт. Узкий язык сильно выдвинуть вперед и убрать в глубь рта.

«Качели»

Рот открыт. Напряженным языком тянуться к носу и подбородку, либо к верхним и нижним резцам.

«Футбол» («Спрячь конфетку»)

Рот закрыт. Напряженным языком упереться то в одну, то в другую щеку.

«Чистка зубов»

Рот закрыт. Круговым движением языка обвести между губами и зубами.

«Катушка»

Рот открыт. Кончик языка упирается в нижние резцы, боковые края прижаты к верхним коренным зубам. Широкий язык выкатывается вперед и убирается вглубь рта.

«Лошадка»

Присосать язык к нёбу, щелкнуть языком. Цокать медленно и сильно, тянуть подъязычную связку.

«Гармошка»

Рот раскрыт. Язык присосать к нёбу. Не отрывая язык от нёба, сильно оттягивать вниз нижнюю челюсть.

«Маляр»

Рот открыт. Широким кончиком языка, как кисточкой, ведем от верхних резцов до мягкого нёба.

«Вкусное варенье»

Рот открыт. Широким языком облизать верхнюю губу и убрать язык вглубь рта.

УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ПОДВИЖНОСТИ НИЖНЕЙ ЧЕЛЮСТИ:

«Трусливый птенчик» 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.

«Акулы» На счет "один" челюсть опускается, на "два" - челюсть двигается вправо (рот раскрыт), на счет "три" - челюсть опущена на место, на "четыре" -

челюсть двигается влево, на "пять" - челюсть опущена, на "шесть" - челюсть выдвигается вперед, на "семь" - подбородок в обычном удобном положении, губы сомкнуты. Делать упражнение нужно медленно и осторожно, избегая резких движений.

Имитация жевания с закрытым и открытым ртом.

«Обезьяна» Челюсть опускается вниз с максимальным вытягиванием языка к подбородку.

«Сердитый лев» Челюсть опускается вниз с максимальным вытягиванием языка к подбородку и мысленным произнесением звуков а или э на твердой атаке, сложнее - с шепотным произнесением этих звуков.

«Силач» Рот открыт. Представить, что на подбородке повешен груз, который надо поднять вверх, поднимая при этом подбородок и напрягая мускулы под ним. Постепенно закрыть рот. Расслабиться.

Поставить руки на стол, сложить ладони одна на другую, опереться подбородком в ладони. Открывая рот, давить подбородком на сопротивляющиеся ладони. Расслабиться.

УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ПОДВИЖНОСТИ НИЖНЕЙ ЧЕЛЮСТИ:

1. Опустить челюсть вниз с преодолением сопротивления (взрослый держит руку под челюстью ребенка).
 2. Открывать рот с откидыванием головы назад с преодолением сопротивления руки взрослого, лежащей на затылке ребенка.
 3. Дразнилки. Широко, часто открывать рот и произносить: па-па-па.
 4. Беззвучно, протяжно (на одном выдохе) произнесите гласные звуки: Ааааааа, яяяяяя. оооооооо, ёёёёёёёёёёёёёё, ииииииииииии
 5. Произнесите гласные звуки с голосом: Ааааааа, яяяяяя. оооооооо, ёёёёёёёёёёёёёё, ииииииииииии
 6. Слитно и протяжно произнесите несколько гласных звуков на одном выдохе: Аааааэээээ, ааааеёеёе, ааааиииии, ииииааааа, ааааиииииэээээоооооо и т.д.
- Следите за тем, чтобы при произнесении звуков раскрытие рта было достаточно полным.
7. Произнесите пословицы, поговорки, скороговорки, которые насыщены гласными звуками, требующими широкого раскрытия рта. В процессе выполнения упражнений следите за тем, чтобы нижняя челюсть опускалась свободно вниз, гласные звуки сначала произносите немного подчеркнуто.

Мал, да удал.

Два сапога - пара.

Нашла коса на камень.

*Знай край, да не падай.
Каков рыбац, таква и рыбка.
Под лежачий камень вода не течет.
У ужа ужата, у ежа ежата.*

ТРЕНИРОВКА МЫШЦ ГЛОТКИ И МЯГКОГО НЕБА:

1. Позевывать с открытым и закрытым ртом.
Позевывать с широким открыванием рта, шумным втягиванием воздуха.
2. Произвольно покашливать. Хорошо откашляться с широко открытым ртом, с силой сжимая кулаки. Покашливать с высунутым языком.
3. Имитировать полоскание горла с запрокинутой головой.
Полоскать горло тяжелой жидкостью (киселем, соком с мякотью, кефиром).
4. Глотать воду маленькими порциями (20 - 30 глотков).
Глотать капли воды, сока.
5. Надувать щеки с зажатым носом.
6. Медленно произносить звуки к, г, т, д.
7. Подражать:
 - стону,
 - мычанию,
 - свисту.
8. Запрокидывать голову с преодолением сопротивления. Взрослый держит руку на затылке ребенка.
Опускать голову с преодолением сопротивления. Взрослый держит руку на лбу ребенка.
Запрокидывать и опускать голову при сильном нажатии подбородком на кулаки обеих рук.
9. Выдвинуть язык к подбородку, втягивать его в рот с преодолением сопротивления. Взрослый пытается удержать язык ребенка вне рта.
10. Произносить гласные звуки а, э, и, о, у на твердой атаке.
11. Произносить, удерживая кончик высунутого языка пальцами, и-а. Звук "и" отделяется от звука "а" паузой.
12. Надувать резиновые игрушки, пускать мыльные пузыри.

УПРАЖНЕНИЯ С ЛОЖКОЙ:

1. Чайную ложку зажать в кулак и приставить к углу рта, толкать языком в вогнутую сторону ложки влево и вправо, соответственно поворачивая руку с ложкой.
2. Толкать ложку в вогнутую часть вверх и вниз.
3. То же, но подталкивать ложку в выпуклую часть.
4. Язык - "лопаточка". Похлопывать выпуклой частью чайной ложки по языку.
5. Ложку перед губами, сложенными трубочкой, выпуклой стороной плотно

прижать к губам и совершать круговые движения по часовой и против часовой стрелки.

6. Губы растянуть в улыбку. Выпуклой частью чайной ложки совершать круговые движения вокруг губ по часовой стрелке и против часовой стрелки.

7. Взять по чайной ложечке в правую и левую руку и совершать легкие похлопывающие движения по щекам снизу вверх и сверху вниз.

8. Круговые движения чайными ложками по щекам (от носа к ушам и обратно).

9. Похлопывание чайными ложками по щекам обеими руками одновременно от углов растянутого в улыбке рта к вискам и обратно.