

Выполняем артикуляционную гимнастику

В период освоения речи произношение ребенка не всегда совершенно. Это обусловлено, во-первых, недостаточной развитостью движений речевых органов (языка, нижней челюсти, губ, мягкого нёба), и, во-вторых, находящимся ещё в процессе формирования фонематическим слухом (*Фонематический слух* - это способность воспринимать и дифференцировать все звуки речи).

К 4-5 годам в норме все эти несовершенства уходят сами собой, ребёнок осваивает произношение всех звуков и правильное использование их в словах.

Но нередко бывает и так, что дефекты звукопроизношения не исправляются естественно к этому возрасту и принимают форму устойчивого нарушения. В этом случае важно своевременно начать систематические занятия, поскольку с каждым уходящим годом исправление даётся всё сложнее, для него требуется всё больше времени и всё больше усилий ребёнка. Ребенок 4-5 лет имеет неоспоримое огромное преимущество перед ребенком 7 лет в решении своих произносительных проблем.

Что может помочь эффективно овладеть звукопроизношением, как на этапе естественного освоения, так и в случае необходимости занятий?

Увлекательным и действенным методом будет артикуляционная гимнастика. С помощью артикуляционной гимнастики тренируются правильные полноценные движения речевых органов, которые необходимы для правильного произношения звуков. Артикуляционную гимнастику можно назвать "зарядкой для язычка" и легко сделать любимой и весёлой игрой для малыша.

Каждое из упражнений имеет своё образное название, в занятиях с ребёнком родители могут использовать его или придумать своё, более удачное. Названия позволяют превратить артикуляционную гимнастику в игру, заинтересовывают и увлекают ребёнка. Ещё лучше, если мама придумает целую сказку о весёлом выдумщике Язычке, которому не сидится на месте.

Необходимо помнить!

1. Упражнения выполняются от простого к сложному.
2. Сначала упражнения выполняются перед зеркалом в медленном темпе.
3. На первых занятиях каждое упражнение выполняют два раза. Затем каждое упражнение выполняют 7-10 раз.
4. Проводить артикуляционную гимнастику надо ежедневно.
5. Если у ребёнка не получается какое-то движение можно использовать механическую помощь.
6. Занятия должны проходить в игровой форме. Можно привлечь любимую игрушку, рассказывать и показывать различные Сказки о Весёлом Язычке. Постарайтесь заинтересовать ребёнка, не принуждать его, чтобы с речевыми движениями не ассоциировалось негативное настроение.

Упражнения:

- "Лопата"** широкий и расслабленный язычок ложится на нижнюю губу и отдыхает (10-15 секунд). Внимательно следить за тем, чтобы язычок был максимально расслаблен, не подрагивал
- "Ямка"** из широко раскрытого ротика высунулся широкий язычок. Его кончик и края поднимаются вверх, тянутся к зубкам, но не достают. Удерживается в таком положении 15 секунд
- "Иголка"** Язычок высунулся сильно из ротика, напрягся, стал узким и острым, как колючая иглолка. Удерживается в таком положении 15 секунд
- "Рулончик"** широкий мягкий язычок сильно высунулся из ротика. Верхние зубы прижимают-удерживают его, а кончик язычка свернулся рулончиком и прижимается к нижним зубкам изнутри. Удерживается в таком положении 15 секунд
- "Маятник"** высовывается узкий плотный язычок и передвигается то вправо, то влево, смотрит на правую щеку, потом медленно скользит к левой, и обратно. Повторить медленно 15-20 раз
- "Лошадка"** язычок присасывается к нёбу, потом цокает, как лошадка копытцами. Цокаем сильно, медленно - тянется подъязычная связка. Повторить медленно 10-15 раз
- "Резинка"** язычок присасывается к нёбу и удерживается крепко. При этом нижняя челюсть опускается вниз, натягивая подъязычную связку как резинку. Повторить медленно 15-20 раз
- "Качели"** узкий плотный язычок поочередно тянется то к носу, то к подбородку. Повторить медленно 10-15 раз
- "Вкуснятина"** высовывается широкий мягкий язычок, смачно облизывает верхнюю губу и прячется обратно в рот. Повторить медленно 15-20 раз
- "Змея"** острый узкий язычок сильно высовывается, а потом убирается вглубь рта. Повторить медленно 15-20 раз
- "Колесо"** облизывать верхнюю, затем нижнюю губу по кругу - несколько раз по часовой стрелке, потом несколько раз против часовой стрелки. Повторить медленно 10 раз
- "Катушка"** исходное положение - упражнение "Рулончик". Кончик языка постоянно упирается в нижние зубы изнутри, а широкий язычок "выкатывается" изо рта и прячется. Повторить 15 раз

Артикуляционные упражнения

1.«Лягушечка-хоботок»

Улыбнуться, показать сомкнутые зубки, как при звуке И, затем губы округлить и вытянуть вперед, как при звуке У.

2.«Заборчик»

Зубы сомкнуты. Губы в улыбке. Верхние и нижние резцы видны.

3.«Лопаточка (Блинчик)»

Рот открыт. Губы в улыбке. Положить широкий передний край языка на нижнюю губу и удерживать его в таком положении под счет от 1 до 5—10. Следить, чтобы губы не были напряжены, не растягивались в широкую улыбку, чтобы нижняя губа не подворачивалась и не натягивалась на нижние зубы. Язык не высовывается далеко: он должен только накрывать нижнюю губу. Боковые края языка должны касаться углов рта.

4.«Иголочка (Змейка)»

Улыбнуться, открыть рот; высунуть острый язык изо рта, затем спрятать. Повторить 3-4 раза.

5.«Качели»

Рот открыт. Губы в улыбке. Движения языка:

- а) широкий язык поднимается к носу и опускается к подбородку;
- б) широкий язык поднимается к верхней губе, затем опускается к нижней губе;

6.«Футбол (Орешки)»

Рот закрыть, кончик языка с напряжением упираться то в одну, то в другую щеку так, чтобы под щекой надувались "мячики".

7.«Часики»

Улыбнуться, открыть рот. Тянуться языком попеременно то к левому углу рта, то к правому. Повторить 5-10 раз.

8.«Чистим зубки»

Рот открыт. Губы в улыбке. Широким кончиком языка погладить нижние зубы, делая движения языком вверх-вниз. Следить, чтобы язык не сужался, останавливался у верхнего края зубов и не выходил за него, губы находились в положении улыбки, нижняя челюсть не двигалась.

9.«Киска злится (Горка)»

Рот открыт. Губы в улыбке. Широкий кончик языка упирается в основания нижних резцов. Спинка языка выгибается, затем выравнивается. Следить, чтобы кончик языка не отрывался от зубов, язык не сужался, губы и нижняя челюсть были неподвижны.

10.«Вкусное варенье»

Рот открыт. Губы в улыбке. Широким передним краем языка облизать верхнюю губу, делая движение языком сверху вниз, затем втянуть язык в рот к центру нёба. Следить, чтобы язык не сужался, при втягивании его боковые края скользили по коренным зубам, а кончик языка был поднят. Губы не натягиваются на зубы, нижняя челюсть не «подсаживает» язык вверх — она должна быть неподвижной.

11.«Чашечка»

Рот открыт. Губы в улыбке. Язык высунут. Боковые края и кончик языка подняты, средняя часть спинки языка опущена, прогибается книзу. В таком положении язык удерживать под счет от 1 до 5—10. Следить, чтобы губы не натягивались на зубы, нижняя челюсть была неподвижна.

12.«Лошадка»

Рот открыт. Губы в улыбке. Широкий лопатообразный язык прижать к нёбу (язык присасывается) и со щелчком оторвать. Следить, чтобы губы были в улыбке, нижняя челюсть не «подсаживала» язык вверх. Для фиксации челюсти ставится роторасширитель. Может использоваться пробка, которая вставляется в угол рта на коренные зубы, или большой палец ребенка (следить за чистотой рук!).

13.«Грибок»

Рот открыт. Губы в улыбке. Прижать широкий язык всей плоскостью к нёбу (язык присасывается) и удерживать в таком положении под счет от 1 до 5—10. Язык будет напоминать тонкую шляпку грибка, а растянутая подъязычная уздечка — его ножку. Следить, чтобы боковые края языка были одинаково плотно прижаты к нёбу (ни одна половина не должна провисать), чтобы губы не натягивались на зубы. При повторении упражнения рот надо открывать шире.

14.«Гармошка»

Рот открыт. Губы в улыбке. Широкий язык прижать к нёбу (язык присасывается) и, не опуская языка, раскрывать и закрывать рот. При повторении упражнения надо стараться открывать рот все шире и дольше удерживать в таком положении. Следить, чтобы при открывании рта губы были в улыбке и оставались неподвижными, а язык не провисал.

15.«Барабан (Дятел)»

Рот открыт. Губы в улыбке. Широким кончиком языка постучать о нёбо за верхними зубами, многократно и отчетливо произнося звук д-д-д. Сначала звук д произносить медленно, постепенно темп убыстрять. Следить, чтобы губы не натягивались на зубы, нижняя челюсть не двигалась, язык не сужался, кончик его не подворачивался, чтобы звук д носил характер четкого удара, а не был хлюпающим. Звук д произносится так, чтобы ощущалась выдыхаемая воздушная струя.

16.«Маляр»

Рот открыт. Губы в улыбке. Широким кончиком языка погладить нёбо, делая движения языка назад-вперед (от зубов к горлу и обратно). Следить, чтобы язык не сужался, доходил до внутренней поверхности верхних резцов и не высовывался изо рта, губы не натягивались на зубы, нижняя челюсть не двигалась.

17.«Расческа»

Закусить язык зубами и протаскивать его сквозь зубы с усилием.

18.«Кусаем язычок»

Губы в улыбке. Покусывать зубами кончик языка, или от кончика до средней части спинки языка.

19.«Наказать непослушный язычок»

Улыбнуться. 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 удерживать широкий язык в спокойном положении при открытом рте под счет от 1 до 5—10. Следить, чтобы ребенок не задерживал выдыхаемый воздух. Нижняя губа не должна подворачиваться и натягиваться на нижние зубы. Боковые края языка касаются углов рта.

20.«Месим тесто»

Губы в улыбке. Покусать боковые края языка. Сначала с одной стороны, затем с другой.

21.«Почеши щечку о зубки»

Покусывать зубами то одну, то другую щеку.

Стихи к артикуляционным упражнениям

«Лягушечка-хоботок»

Тянем губы мы к ушам,
Улыбнемся малышам.
А теперь сужаем губы,
Словно дуем, дуем в трубы.

«Заборчик»

Из зубов заборчик строй -
Ровный, белый, не косой.
Губки широко открой,
Чтоб заборчик видеть свой.

«Лопаточка (Блинчик)»

Язычок наш как лопатка -
Очень ровный, очень гладкий.
А такой лопаткой
И копать приятно.

«Иголочка (Змейка)»

Я иголку острую
Для шитья готовлю.
Крепко я ее держу,
Никого не уколою.

«Качели»

На качелях я качаюсь:
Вверх-вниз, вверх-вниз,
Я до крыши поднимаюсь,
А потом спускаюсь вниз.

«Часики»

Влево-вправо, влево-вправо
Мой язык скользит лукаво:
Словно маятник часов,
Покачаться он готов.

«Чистим зубки»

Чищу зубы чисто, чисто
И снаружи, и внутри;
Я хочу, чтобы всегда
Были белые они

«Киска злится (Горка)»

Горка длинная у нас!
Мы прокатимся сейчас.
Ты на горке удержишься,
Плавню, медленно катись.

«Вкусное варенье»

Ох, и вкусное варенье!
Жаль, осталось на губе.
Язычок я подниму
И остатки оближу.

«Чашечка»

Мы чаек горячий
Будем пить на даче.
Чашечку мы держим
Крепче, крепче, крепче

«Лошадка»

Скачем, скачем на лошадке.
Очень цокать нам приятно.
Ритм копыта отбивают,
Язычок им помогает.

«Грибок»

Вырос гриб большой в лесу,
В садик гриб я принесу.
Раз, два, три, четыре, пять -
Гриб мне надо удержать.

«Гармошка»

На гармошке мы играем.
Рот пошире открываем,
Челюсть вверх, челюсть вниз,
Ты, смотри, не ошибись.

«Барабан (Дятел)»

В барабан мы бьем
Нашим язычком.
Громкий, громкий звук
Слышен звонкий стук.

«Маляр»

Красить потолок пора,
Пригласили маляра.
Челюсть ниже опускаем,
Язык к небу поднимаем,
Поведем вперед-назад -
Наш маляр работе рад!

«Расческа»

Необычная расческа
У меня всегда с собой.
Если хочешь, я секретом
Поделюсь сейчас с тобой.
Зубы верхние причешут
Мою нижнюю губу,
Зубы нижние причешут
Мою верхнюю губу.
Вот и славно причесались:
Все довольные остались

Сказка о Весёлом Язычке № 1

Жил да был Весёлый Язычок. У него был домик. Это рот. Чтобы Весёлый Язычок не выбегал, его домик всегда был закрыт. А дверей в доме две. Первая дверь - это губы. Давай её откроем (*упражнение «Лягушки»*). Вторая дверь - это зубы. Откроем и её (*упражнение «Окошко»*). Что же делает наш язычок? Он спит. У него есть мягкая подушка – твоя губка (*упражнение «Лопаточка»*). Наконец он проснулся, высунулся на улицу (*упражнение «Иголочка»*). Посмотрел направо, потом налево (*упражнение «Часики»*). Погода хорошая, светит солнышко. Захотелось язычку погулять. Вышел он во двор, увидел качели. Решил покачаться (*упражнение «Качели»*). Потом увидел наш Язычок лошадку и захотелось ему на ней покататься (*упражнение «Лошадка»*). Погулял язычок и отправился домой. Закрыв сначала вторую дверь - зубы (*упражнение «Лягушки»*), а затем первую- губы (сомкнуть губы).

Сказка о Весёлом Язычке № 2

Надоело язычку сидеть в темном домике. Он захотел выйти погулять. Высунул сначала кончик - посмотрел, какая погода на улице. Посмотрел направо, налево, вверх, вниз. Хорошая погода, солнышко светит, можно выходить на улицу. Вышел язычок на улицу и стал греть спинку (упр. « Лопатка» :широкий язык лежит на нижней губе). Вот какой широкий язычок, посмотрите друг на друга. Вдруг подул сильный ветер (упр. « Ветер» : дуть, не надувая щёк на ладошку). Язычок съёжился и стал узенький (упр « Иголочка» : высунуть узкий язык), а потом совсем в домик спрятался и лег спать (*Язык лежит спокойно за нижними зубами*).

Выспался язычок, решил зарядку сделать. Стал подниматься вверх (за верхние зубы), потом опускаться вниз (за нижние зубы) (упр. «

Качели») Сначала делал медленно, потом стал прыгать быстро - быстро, до самого потолка. Попрыгал и погладил потолок кончиком (упр. « Маляр»)
.Сделал язычок зарядку и решил снова выйти на улицу. Вышел, сидит на крылечке. (широкий кончик языка на нижней губе. Следить, чтобы дети при этом не подворачивали нижнюю губу, не натягивали ее на нижние зубы.)

Скучно одному сидеть, не с кем поиграть. Посмотрел язычок направо: нет ли ребятки, - нет; посмотрел налево,- нет. Стал язычок бегать вокруг, искать ребятки. (Делает круговые движения языком.) Нашел – обрадовался и запрыгал, защелкал от радости. (упр « Лошадка» : щелкать кончиком языка, присасывая его к нёбу.)

Погулял язычок, опять пошел домой и закрыл обе дверцы. Дверцы у него не простые, а из двух половинок. Первая дверца - губы. Вот верхняя, а вот нижняя. (Показывать) Губы тоже умеют многое делать. Вот им стало весело, и они улыбнулись. Давайте все улыбнемся. Потом они рассердились и вытянулись в трубочку. (Проверяет выполнение по подгруппам.) Потом губы приоткрылись и показали вторую дверцу - зубы. Вот верхние зубы, а вот нижние. (Показывает.) Закроем все дверцы, язычок устал и хочет отдохнуть. Споем ему песенку: и-и-и.

Артикуляционная гимнастика для малышей

1. Рыбка ротик открывает, говорить она желает.
(широко открываем рот, затем закрываем)
2. Наш тигренок не кусается, наш тигренок улыбается.
(губы растянуть в улыбке и удерживать)
3. Тянет слоник хоботок – так он воду достает.
(вытянуть губы трубочкой)
4. Тише – киске нелегко. Она лакает молоко.
(рот открыть, выполнять движения языком вперед-назад)
5. Язык вытянул гусак – вот так, вот так.
(вытянуть узкий кончик языка)
6. К нам лошадка скачет – что же это значит?
(открыть рот и щелкать языком)
7. Обезьянка-озорница может целый день дразниться.
(шлепать губами по широкому кончику языка)
8. Мишка очень любит мед – он сейчас его слизнет.
(открыть рот, облизать верхнюю, затем нижнюю губу)
9. На обед себе лягушка ловит комара и мушку.
(открыть рот и достать кончиком языка верхнюю губу)
10. Попугай волнистый мой вечно крутит головой.
(открыть рот, кончиком языка поочередно касаться уголков рта)
11. Вот индюшка, вот толстушка - настоящая болтушка.
(открыть рот и быстро водить широким языком по верхней губе: бл-бл-бл)
12. У жирафа голова достает до потолка.
(открыть рот и кончиком языка достать нёбо)
13. А у ёжика иголки ох как колки! Ох как колки!
(открыть рот и касаться языком внутренней поверхности щёк)
14. А щенок по кличке Шарик всё гонял воздушный шарик.
Толстой лапой пёсик топнул и воздушный шарик лопнул.
(надувать и сдувать щёки)

«Веселые зверята»

1. «Улыбка»

Белые, крепкие зубки у зайки.

И ты покажи свои без утайки

(Зубы сомкнуты, губы в широкой улыбке. Удержать 5-10 секунд)

2. «Обезьянка»

Обезьянку покажи,

Язык за губку заложи

(Губы и зубы сомкнуты, язык между нижней губой и зубами. Удержать 5-10 секунд)

3. «Бегемот»

Шире открывай свой рот

Как огромный бегемот

(Имитация зевания с широким открыванием рта, 5-7 повторов)

4. «Трубочка»

Если волк, уснуть не может,

Губы в трубочку он сложит.

(Губы максимально вытянуть вперед, удержать в таком положении 3-5 секунд, повторить 5 раз)

5. «Трубочка» - «Улыбка»

Волк и заяц подружились

Целый час они мирились

Волк научит зайку выть

Зайка волка учит грызть

(Губы максимально вытянуть вперед, удержать в таком положении 3-5 секунд, губы растянуть в широкую улыбку, зубы сомкнуты и видны, удержать 3-5 секунд, повторить 5 раз)

6. «Сладкий мед»

Любит мишка сладкий мед,

Слизет язычком - и в рот

(Кончиком языка дотронуться до нижней губы, губы растянуты в улыбку, рот приоткрыт, подбородок неподвижен 10 повторов)

7.«Киска»

Как лакает молоко

Наш котенок языком?

С нижней губки языком

Слижем тоже молоко.

(Широким языком дотронуться до нижней губы, провести по ней и спрятать за нижние зубы, губы при этом растянуты в улыбку, рот приоткрыт, подбородок неподвижен 5-7 повторов)

8. Лошадка

Я лошадка – серый бок (цок, цок),

Я копытцем постучу (цок, цок),

Если хочешь, прокачу (цок, цок). *(Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот и, присасывая язык к нёбу, пощёлкать кончиком языка. Рот широко открывать (как лошадка цокает копытами). «Остановить лошадку»: сомкнуть губы и достаточно сильно подуть через них. Губы вибрируют и слышен характерный звук: «тпру-у-у».)*

Разминка для язычка «Язычок-бурундучок»

Язычок — бурундучок (показываем язычок)

В норку – скок, из норки – скок! (прячем, показываем)

Будет красить он забор (проводим языком по зубкам, будто чистим их),

Поднимаясь выше гор (стараясь достать до носа)

Краску только потерял (разочарованно прикусываем язык)

Ты ее здесь не видал? (ищем языком и глазками по сторонам)

Слева, справа он искал... (движем языком влево-вправо и следим глазами)

Долго прыгал, приседал (сгибаем-разгибаем язык)

Обошел вокруг весь рот («облизываем губки» по кругу)

Быстро бегал: назад – вперед (движения справа — налево)

Очень сильно он устал (язычок свисает как можно ниже)

Вот – и краски увидал!!! (улыбаемся во весь рот, хлопаем в ладоши)

Основной комплекс артикуляционной гимнастики

1. Лягушка

Вот понравится лягушкам,
Тянем губы прямо к ушкам.
Потяну, перестану
И нисколько не устану.

2. Хоботок

Подражаю я слону.
Губы хоботком тяну.
А теперь их отпускаю
И на место возвращаю.

3. Лягушка – хоботок

Свои губы прямо к ушкам
Растяну я, как лягушка.
А теперь слонёнок я,
Хоботок есть у меня.

4. Окошко

5. Лопаточка

Язык лопаткой положи
И под счёт его держи:
Раз, два, три, четыре, пять!
Язык надо расслаблять!

6. Иголочка

Маленького роста я,
Тонкая и острая.
Носом путь себе ищу,
За собою хвост тащу.

7. Лопаточка – иголочка

Язык лопатой положи
И спокойно поддержи.
Язык иголочкой потом
Потянем тонким остриём.

8. Часики

Наш весёлый язычок
Повернулся на бочок.
Смотрит влево, смотрит вправо...

9. Качели

На качелях я качаюсь
Вверх – вниз, вверх – вниз.
Я всё выше поднимаюсь,
А потом – вниз!

10. Лошадка

Едем, едем на лошадке
По дорожке гладкой.

Артикуляционная гимнастика-сказка «У бабушки с дедушкой»

Жили были дедушка и бабушка.

К НИМ ТОЛСТЫЕ ВНУКИ ПРИЕХАЛИ В ГОСТИ (надуваем щёки),

С НИМИ ХУДЫЕ - ЛИШЬ КОЖА ДА КОСТИ (втягиваем щёки).

БАБУШКА С ДЕДУШКОЙ ВСЕМ УЛЫБНУЛИСЬ (губы в широкой улыбке, видны верхние и нижние зубы),

ПОЦЕЛОВАТЬ ОНИ ВСЕХ ПОТЯНУЛИСЬ (губы тянутся вперёд).

УТРОМ ПРОСНУЛИСЬ — В УЛЫБОЧКУ ГУБЫ (снова широкая улыбка).

ЧИСТИЛИ МЫ СВОИ ВЕРХНИЕ ЗУБЫ (широкий язык за верхними зубами)

ВПРАВО И ВЛЕВО, ВНУТРИ И СНАРУЖИ (соответствующие движения широким языком).

С НИЖНИМИ ЗУБКАМИ ТОЖЕ МЫ ДРУЖИМ (повторение этих движений языком в положении за нижними зубами).

ГУБЫ СОЖМЁМ МЫ, И РОТ ПРОПОЛОЩЕМ (поочерёдное надувание щёк — губы не пропускают воздух),

И САМОВАРОМ ПЫХТИМ, ЧТО ЕСТЬ МОЧИ (одновременное надувание обеих щёк с последующим выпуском воздуха через губы).

БЛЮДЦА ПОСТАВИМ - ПОЛОЖАТ БЛИНЫ НАМ (широкий язык лежит на нижней губе).

ДУЕМ НА БЛИНЧИК — НЕ В ЩЁКИ, НЕ МИМО (подуть на широкий язык).

БЛИНЧИК ЖУЁМ, ЗАВЕРНЁМ И ПРИКУСИМ (жуём распластанный язык, потом прикусываем его, завернув за нижние зубы),

БЛИНЧИК С ВАРЕНЬЕМ МАЛИНОВЫМ ВКУСНЫМ (облизываем широким языком верхнюю губу спереди назад).

ЧАШКИ ПОСТАВИМ, ЧТОБ ЧАЮ НАЛИЛИ (широкий язык загибаем кверху чашечкой),

НА НОС ПОДУЛИ - МЫ ЧАЙ ОСТУДИЛИ (подуть с «чашечки» вверх).

ЧАЮ ПОПИЛИ — НИКТО НЕ ОБИЖЕН («чашечка» двигается вперёд-назад).

ВКУСНЫЙ БЫЛ ЗАВТРАК - МЫ ГУБКИ ОБЛИЖЕМ (кончик языка облизывает губы по кругу).

БАБУШКА ШИЛА, А БАРСИК С КАТУШКОЙ

БЕГАЛ, КАК БУДТО С ЖИВОЮ ЗВЕРЮШКОЙ (кончик языка зацепляем за нижние губы и двигаем язык вперёд-назад).

БАБУШКЕ НАШЕЙ ВСЕГДА ПОМОГАЕМ:

НИТКИ В ИГОЛКИ МЫ ЕЙ ПРОДЕВАЕМ (узкий язык вытянут вперёд).

БАБУШКА ШВЫ НА МАШИНКЕ СТРОЧИЛА (узкий язык двигается вперёд-назад) НИТКИ
В ИГОЛКИ МЫ ЕЙ ПРОДЕВАЕМ (узкий язык вытянут вперёд). БАБУШКА ШВЫ НА
МАШИНКЕ СТРОЧИЛА (узкий язык двигается вперёд-назад)
И НА ЗИГЗАГ ЕЁ ПЕРЕКЛЮЧИЛА (узкий язык двигается влево-вправо).
ПЕТЛИ ИГОЛКОЙ ОНА ОБМЕТАЛА (кончик языка описывает круг за губами),
ПУГОВКИ КРУГЛЫЕ ПОПРИШИВАЛА (кончик языка упирается то в одну, то в другую
щёку, а палец пытается втолкнуть его в рот).
ДЕДУШКА СДЕЛАЛ ДЛЯ ВНУКОВ КАЧЕЛИ (широкий язык ставится попеременно то за
верхние, то за нижние зубы),
ВСЕ МЫ НА НИХ ПОКАЧАТЬСЯ УСПЕЛИ.
ПОСЛЕ КАЧЕЛЕЙ МЫ В ПРЯТКИ ИГРАЛИ (широкий язык убирается под верхнюю губу),
ПРЯТАЛИСЬ НА ЧЕРДАКЕ И В ПОДВАЛЕ (широкий язык - под нижнюю губу).
ДЕДУШКА СКАЧЕТ НА ЛОШАДИ ЛОВКО (щёлкаем языком),
ЗВОНКИЕ ВЯЗНУТ НА ГЛИНЕ ПОДКОВКИ (цоканье на верхней губе).
ВОТ ЗАМЕДЛЯЕТ ЛОШАДКА ШАЖОЧКИ (медленное цоканье с натягиванием
подъязычной связки),
ВОТ НА ОПУШКЕ МЫ ВИДИМ ГРИБОЧКИ (присасываем язык к нёбу и открываем рот
ВОТ ИЗ САРАЯ ИНДЮШКА ПРИШЛА,
ВАЖНО СКАЗАЛА: «БЛ-БЛ-БЛ-ЛА» (широкий язык ходит вперёд-назад по верхней губе;
упражнение делаем с голосом).И УШЛА.

ВОТ И ЗАКОНЧИЛСЯ ДЕНЬ, ПОРА СПАТЬ.
ЗАВТРА ОПЯТЬ БУДЕМ ГУЛЯТЬ

Сказочные истории из жизни Язычка

(Е.Т. КАРЕЛЬСКАЯ)

История 1. Домик для Язычка

Жил-был Язычок, очень грустный Язычок. Да и откуда взяться веселью, если у него не было своего дома? Язычку ничего другого не оставалось, как жить на улице, а там осенью дождь, зимой снег и летом дни холодные случаются. Плохо было Язычку, он часто простужался и подолгу болел. Но в один прекрасный день Язычок нашел себе дом. Какой? *Рот*. Обрадовался Язычок и решил привести свой новый дом в полный порядок. Дом должен быть крепостью, поэтому Язычок установил две двери:

первая дверь — *губы*, вторая дверь — *зубы*.

В новом доме Язычка не было окон, зато были стены, правда, очень странные. Они могли раздуваться, как шарики. Как они называются? *Щеки*.

А потолок был твердым и назывался *нёбо*. Нёбо неровное и напоминает купол. Передняя часть потолка-нёба заканчивается маленькими бугорками. Это *альвеолы*. Они расположены за верхними зубами. Сзади потолок переходил в занавеску с маленьким язычком - *увуля*.

Несмотря на некоторые неудобства, Язычку очень понравилось его новое жилище. Правда, в нем всегда было сыро, даже спать приходилось в мокрой постели, зато было тепло и уютно, а главное — не было сквозняков.

История 2. Язычок делает ремонт

Из-за постоянной сырости Язычку часто приходилось делать ремонт. Прежде всего он проветривал свой дом, для чего открывал сначала первую дверь — *губы*, затем вторую дверь — *зубы*, после чего протирали их с наружной и внутренней стороны. (*Дети выполняют соответствующие движения языком.*)

Потом Язычок брал большую кисть и красил *потолок-нёбо*. Красить надо было тщательно, а для этого крепко прижимать кисточку. (*Широко открыв рот, ребенок двигает языком 5—10 раз*

вперед-назад и из стороны в сторону по нёбу — упражнение “Маляр”.)

Выполнив эту работу, Язычок приступал к оклейке *стен-щек* обоями. Делал он это очень аккуратно, педантично наклеивая одну полоску за другой. (*Движения языка сверху—вниз по внутренней стороне обеих щек.*)

После ремонта Язычок мыл полы. (*Движения кончиком языка из стороны в сторону под языком и возле передних зубов; рот открыт.*)

Чинил Язычок и двери-зубы. (*Губы раздвинуты в улыбке, видны плотно сжатые верхние и нижние зубы — упражнение “Забор”.*)

История 3. Язычок делает покупки

Язычок был очень пунктуален и не любил опаздывать, поэтому прежде всего он решил купить часы. В ближайшем магазине присмотрел симпатичные ходики с маятником, который двигался из стороны в сторону. *(Движения языка из одного уголка рта в другой, рот открыт — упражнение “Часики”).*

У часов были две длинные острые стрелки *(сделать язык узким и длинным)* и цифры на циферблате *(круговые движения языка, который как бы очерчивает циферблат и в нескольких местах касается округленных губ, указывая расположение цифр на циферблате).*

Язычок повесил часы на одну из стен. Они так уютно тикали: “Тик-так, тик-так!”, а каждый час били:

“Бом-бом-бом!” *(Дети повторяют.)*

Еще Язычок купил розовую чашку и глубокую тарелку. *(Рот открыт, широкий язычок в форме чашечки поднимается к верхним зубам, губы остаются неподвижными — упражнение “Чашечка”).* Из чашки Язычок пил чай и молоко, а из тарелки ел суп и кашу. Когда они были горячими, он дул на них. *(Дуют на широкий язык, не раздувая щек.)*

Язычок купил также сковородку, на ней он пек блины, которые очень любил. *(Сделать язык широким и плоским, как блин, и положить его на нижнюю губу, рот открыт, губы не напряжены — упражнение “Блинчик”).*

Язычок часто приглашал в гости друзей. Они любили приходить к нему, хвалили угощение, иногда даже облизывались от удовольствия. *(Широким языком облизать верхнюю губу движением сверху вниз 5—10 раз; рот открыт — упражнение “Вкусное варенье”).*

История 4. Утро Язычка

Каждое утро Язычок, проснувшись, потягивался, делал зарядку, тщательно чистил зубы с внешней и внутренней стороны, полоскал рот, умывался. *(Дети выполняют соответствующие движения языком, имитируют полоскание рта водой.)*

Потом Язычок открывал обе двери и высовывался на улицу *(движения губ, челюстей, языка)*. Смотрел налево, направо, вверх *(светит ли солнышко)*, вниз *(нет ли луж на дорожке)* и выходил из дома на утреннюю пробежку. *(Дети выполняют языком указанные движения.)*

Язычок несколько раз обегал дом сначала в одну, а затем в другую сторону. *(Круговые движения языка, рот широко открыт.)*

Сделав несколько дыхательных упражнений *(вдох носом, выдох ртом)*, Язычок возвращался домой, захлопывал одну дверь *(зубы)*, другую *(губы)* и начинал заниматься обычными домашними делами.

История 5. У Язычка появился новый друг

Однажды после традиционной утренней пробежки Язычок присел на крылечке.

(Положить широкий спокойный язык на нижнюю губу; рот полуоткрыт; губы не напряжены.)

Ярко светило солнышко, дул ветерок *(подуть на широкий язык)*, и Язычок задремал.

Вдруг он услышал, что под крыльцом кто-то тихо мяукает. Язычок наклонился *(опустить язык)* и увидел маленького пушистого котенка. Язычок погладил его. *(Дети кистью правой руки имитируют поглаживание головы и спинки котенка.)* Но котенку это не понравилось, и он выгнул

спинку. *(Кончик языка упирается в нижние зубы; широкий язык круто выгнут — упражнение “Киска сердится”).* Язычок, отдернув руку, удивленно посмотрел на котенка: тот оказался худым и голодным. “Его надо накормить!” — решил Язычок и пошел в дом за едой.

В своей любимой чашке *(упражнение “Чашечка”)* Язычок принес котенку теплое молоко. Котенок стал с жадностью его лакать *(соответствующие движения языка)*. Когда молока не осталось, котенок облизнулся *(упражнение “Вкусное варенье”, 5—10 раз)* и начал умываться. *(Дети правой рукой имитируют движения умывающегося котенка.)*

Язычок решил снова погладить котенка. На этот раз тот не сердился и выгнул спинку от удовольствия *(движение языка)*, а потом потерся о ноги *(верхними зубами как бы погладить круто изогнутый язык)* и замурлыкал.

С тех пор котенок стал жить вместе с Язычком.

История 6. Новый велосипед

На день рождения друзья подарили Язычку велосипед: красивый, с двумя большими колесами *(круговые движения языка)* и блестящим рулем.

Язычок решил прокатиться на велосипеде вокруг дома. *(5—10 круговых движений языка, рот открыт как можно шире.)*

Но вот беда: на дороге валялся острый гвоздь. *(Сделать язык длинным и узким, как игла, — упражнение “Иголочка”).* Язычок напоролся на него, и из камеры стал выходить воздух *(“С-с-с-с”)*.

“Не расстраивайся!” — начали успокаивать Язычка друзья. Они сняли колесо, заклеили дырку в камере и накачали ее с помощью насоса. *(“С-с-с-с”. Одновременно дети выполняют движения руками “Насос”).*

Колесо поставили на место, и Язычок с друзьями снова мог кататься на велосипеде. *(Несколько круговых движений языка.)*

История 7. Язычок и лошадка

Как-то летом Язычок, выглянув в дверь *(движение языка)*, увидел на лужайке маленькую симпатичную лошадку. Она пощипывала травку *(губы в улыбке, зубы покусывают)* и весело помахивала хвостом *(движения языка из стороны в сторону)*.

Язычок выбежал из дома и протянул лошадке кусок подсоленного хлебца. Та осторожно взяла его мягкими губами (*движение губ*).

На спине у лошадки было широкое седло (*упражнение “Чашечка”*), и Язычок решил покататься верхом. Он ловко вскочил в седло, и лошадка поскакала! (*Дети руками “держат поводья” и звонко цокают языком — упражнение “Лошадка”*.)

Время от времени Язычок натягивал поводья (*дети имитируют движение — упражнение “Натянем поводья”*) и останавливал лошадку: “Тпр-р-р...” (*Подуть на губы, а затем на губы и язык — упражнение “Кучерское межгубное р-р-р”*). Названные упражнения повторить несколько раз, чередуя.)

История 8. Язычок в зоопарке

Язычок подружился с лошадкой, но вместе жить они не могли:

лошадка работала в зоопарке, катала маленьких детей. Язычок стал часто наведываться в зоопарк, чтобы повидать своего нового друга, ездил верхом. (*Упражнения “Лошадка”, “Натянем поводья”, “Кучерское межгубное р-р-р”*.)

В зоопарке у Язычка появились новые знакомые.

Самым большим из них был бегемот Боня. Когда Язычок подходил к его бассейну, Боня широко раскрывал рот (*дети открывают рот как можно шире*) и ждал какого-нибудь лакомства. Получив его, захлопывал огромную пасть и начинал жевать. (*Дети делают то же самое*.)

Самым сердитым был индюк. Когда кто-нибудь сердил его, он тряс красным носом и “болботал”. (*Очень быстрые движения широким языком, который бьет по верхней губе, издавая*

при этом характерные звуки — упражнение “Индюк”.)

Самым добрым и безобидным Язычок считал ужа. Он только на первый взгляд казался страшным, особенно когда высовывал длинный и узкий язык, похожий на жало. (*Упражнение “Иголочка”*.) Язык быстро-быстро передвигался из стороны в сторону. (*Дети узким длинным языком выполняют соответствующие движения — упражнение “Змейка”*.)

Самой веселой была обезьяна. Она любила всех смешить, поэтому все время строила рожи: высовывала язык, надувала щеки, делала вид, что полощет рот, пыталась языком дотянуться до носа, а затем до подбородка. (*Дети выполняют все эти движения*.)

Самым страшным казался тигр. Когда он сердился, то выгибал спину и шипел. (*Упражнение “Киска сердится”*.)

Для своих новых друзей Язычок приносил лакомства: лошадке — соленый хлеб (*движение губами, захватывающими что-то*); бегемоту — большую конфету (*кончиком языка как бы прилепить конфету к небу за верхними зубами — упражнение “Конфетка”*); индюку — зерна пшеницы (*кончиком языка как бы клюют зернышки*); ужу — молоко (*лакательные движения*); обезьяне — банан (*попытаться сделать язык похожим на банан*); тигру — кусок мяса (*жевательные движения*).

История 9. Язычок в цирке

Вместе с друзьями Язычок отправился в цирк. Сколько же интересного они там увидели!

Открыли представление барабанщики. Выйдя на арену, они громко били в барабаны: “Ды-ды-ды!” (*Кончиком языка постучать по нёбу за верхними зубами — упражнение “Барабаничик”.*)

Затем под куполом цирка появились воздушные гимнасты. Они раскачивались, перелетали с одной трапеции на другую. (*Широким языком выполнить движения языком вперед-назад, рот открыт — упражнение “Качалочка”, повторить 5—10 раз.*)

После гимнастов выступали цирковые лошадки. (*Упражнения “Лошадка”, “Натянем поводья”, “Кучерское межгубное р-р-р”.*)

Очень интересным было выступление дрессированных тигров, которые сидели на высоких тумбах (*широкий язык положить на нижнюю губу*), качались на качелях. (*Рот открыт, язык дотрагивается сначала до верхней, а потом до нижней губы 5—10 раз; губы при этом не напрягаются и не подворачиваются, а язык не зажимается зубами — упражнение “Качели”.*) Иногда тигры сердились на дрессировщика и выгибали спины. (*Упражнение “Киска сердится”.*)

Но больше всего Язычку понравилось выступление фокусника. Придя домой, он придумал собственный фокус. (*Положить ватку на кончик носа и сдувать ее, направляя воздушную струю посередине широкого, в форме чашечки, языка вверх; язык высунут, щеки не раздуваются; зубы не прикусывают язык — упражнение “Фокус”.*)

История 10. Язычок собирает грибы

Наступила осень — пора сбора грибов. Язычок, взяв большую корзину (*упражнение “Чашечка”*), отправился в лес. 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 — упражнение “Ручеек”.*) Язычок подставил ладошку и почувствовал, какая холодная вода в ручейке. (*Дети подставляют ладошки под подбородок;*

взрослый проверяет правильность выполнения упражнения каждым ребенком: “А какая вода в твоём ручейке?”)

Язычок долго ходил по лесу и наконец вышел на поляну. Увидел на ней много-много грибов. (*Широкий*

язык “присасывается” к нёбу, по форме он напоминает шляпку гриба, а подъязычная уздечка — ножку гриба — упражнение “Грибок”.)

Язычок перебегал от одного гриба к другому, приговаривая: “Вот лисичка, вот свинушка, а это мухомор...” и т. д. (*То же самое делает педагог, по очереди подходя к каждому ребенку.*)

Набрав полную корзину грибов, Язычок вернулся домой.

История 11. Язычок учится играть на музыкальных инструментах

Язычок любил музыку, и ему очень хотелось научиться играть на разных музыкальных инструментах. Он купил барабан, дудочку и гармошку.

Сначала Язычок стал брать уроки игры на барабане. Палочки звонко отбивали дробь: “Ды-ды-ды...” (*Упражнение “Барабанищик”*.)

Освоив барабан, Язычок начал учиться игре на дудочке. (*Упражнение “Трубочка”: свернуть язык трубочкой и подуть в нее.*)

Самым трудным оказалось научиться игре на гармошке. (*Язык “присасывается” к нёбу, как в упражнении “Грибок”, а затем движением нижней челюсти вниз-вверх подъязычная уздечка растягивается, как меха у гармошки; при этом надо стараться, чтобы язык не оторвался от неба — упражнение “Гармошка”*.)

Язычок очень старался, поэтому учеба его шла успешно. Скоро он мог исполнять на своих музыкальных инструментах любые мелодии. (*Несколько раз повторить упражнения “Барабанищик”, “Дудочка”, “Гармошка”*.)

История 12 «Язычок торопится на теплоход»

Язычок решил отправиться в путешествие. Он купил себе билеты на теплоход, собрал чемоданы и отправился в порт. Лошадка вызвалась его проводить.

Издалека Язычок слышал, как гудит теплоход, созывая пассажиров. (*Упражнение «Пароход гудит»: прикусить широкий передний край языка и длительно произнести звук «Ы_».* Щеки при этом слегка раздуваются, получается звук, похожий на «Л».)

Язычок подумал, что он может опоздать к отправке теплохода, и попросил Лошадку скакать во весь опор. Лошадка фыркнула (энергично фыркнуть губами) и поскакала галопом. (*Упражнение «Лошадка»: быстрое цоканье языком о небо.*)

На подходе к причалу Язычок остановил Лошадку. (1. Упражнение «Натянем поводья» - руками выполнить соответствующее движение. 2. Упражнение «Кучерское межгубное р-р-р...»: энергично подуть на просунутый между губами распластанный язык, вызывая его вибрацию.) Язычок попрощался с лошадкой и побежал к трапу.

Язычок успел вовремя. Через несколько минут теплоход издал прощальный гудок (*упражнение «Пароход гудит» - см. выше*) и отошел от причала.

Язычок зашел в свою каюту, облегченно вздохнул (соответственно), смахнул со лба пот (языком облизать верхнюю губу) и стал распаковывать вещи.

Путешествие началось!

История 13 «Путешествие на теплоходе»

Не успел Язычок разложить свои вещи, как в дверь каюты постучались. (*Упражнение «Стук»*: постучать кончиком языка в верхние передние зубы «ды-ды-ды...»)

Язычок открыл двери. (*Упражнение «Открываем двери»*: разомкнуть сначала губы, потом – зубы.) На пороге стояла Обезьянка, она тоже решила попутешествовать. Обезьянка видела, как гномик садился на теплоход, и очень обрадовалась (*Упражнение «Улыбка»*: губы улыбаются), ведь с другом путешествовать намного интереснее.

Друзья вышли на палубу (открыть рот, высунуть язык) и, усевшись в шезлонги, решили отдохнуть. (Положить язык на нижнюю губу, свесить его вниз, к подбородку. Удерживать его в таком положении не менее 10 секунд.)

Обезьянка прихватила с собой плитку шоколада, разломилась пополам и одну половину протянула Язычку. Язычок стал откусывать от этой половинки по кусочку и наслаждаться вкусом шоколада. (Зубы покусывают широкий язык, начиная от кончика – к середине языка. Язык при этом медленно продвигается вперед и высовывается изо рта.)

Вдруг, небо нахмурилось. Солнышко скрылось за тучи, подул ветер. (Язык по-прежнему свешивается с губы на подбородок. Подуть на язык.) Язычок и Обезьянка решили возвратиться в свои каюты. (Убрать язык, сжать зубы, сомкнуть губы.)

История 14 «Язычок рассказывает о путешествии»

Язычок вернулся из путешествия отдохнувший и полный новых впечатлений. Он рассказывал друзьям, как на море однажды разыгрался шторм, и волны одна за другой ударяли о борт теплохода. (*Упражнение «Волны»*: язык упирается в передние нижние зубы и выгибается горкой, потом опускается вниз и убирается вглубь рта; потом снова «накатывается» на передние нижние зубы, - и так - не менее 5 раз.)

А еще Язычок вспоминал, как шторм выбросил на палубу рыбу, и она жалобно открывала и закрывала рот, как будто хотела что-то сказать. (*Упражнение «Рыба»*: зубы сжаты, губы вытянуты вперед. Они то размыкаются, то плотно сжимаются, как делает губами рыба, выброшенная на берег.) Когда же к этой рыбе подошли, чтобы взять в руки, она вдруг раздулась и превратилась в большой шар (*Упражнение «Шарик»*: сильно раздуть щеки). Это оказалась рыба – шар. Ее, конечно, снова бросили в море.

Шторм вскоре закончился, и море лишь покачивало теплоход на своих волнах из стороны в сторону, убаюкивая пассажиров. (Нижняя челюсть медленно раскачивается из стороны в сторону.)

Язычок увлекательно рассказывал об удивительных обитателях моря – моллюсках, которые то смыкают створки своих раковин, то раскрывают их. (Упражнение «Моллюск»: язык сначала свернуть трубочкой, а потом раскрыть его и широкий положить на нижнюю губу. Чередовать эти два движения не менее 5 раз.)

Друзья внимательно слушали рассказы Язычка.