|  |
| --- |
| ***Картотека*** |
| ***Артикуляционная гимнастика (для детей с 2 лет)*** |
| ***Подготовил: педагог-психолог Ильиных И.А.*** |

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

детский сад «Улыбка»

|  |
| --- |
| Пользователь  ***Павловск 2020*** |

**Самомассаж:**

1. **«Замочек»:** - улыбнуться;

- спрятать губы

– поджать так, чтобы их не было видно («закрыть замочек»), расслабить губы, слегка разжать их («открыть замочек»);

- удерживать в каждом положении губы по 3-5 секунд. Повторить 4-6 раз.

2**. «Расчёска»**:

- слегка прикусить нижнюю губу и несколько раз поскоблить её верхними зубами, как бы причёсывая;

- затем прикусить нижнюю губу и несколько раз поскоблить её нижними зубами. Повторить 2-5 раз.

3. **«Месим тесто»**:

- улыбнуться, приоткрыть рот;

- положить язык на нижнюю губу и пошлёпать его губами, начиная с кончика, продвигаясь медленно вперёд к середине, а затем назад, произнося «пя-пя-пя»;

- повторить движения, покусывая язык, произнося «та-та-та»;

- чередовать эти движения, каждое по 5-10 секунд. Повторить 2-5 раз. Следить, чтобы нижняя губа не заворачивалась внутрь и не натягивалась на нижние зубы. Язык должен быть широким, касаться уголков рта.

4. **«Смешная песенка»**:

- указательным пальцем правой руки перебирать по губам, произнося при этом звук, похожий на «Б-Б-Б…». Движения пальца сверху вниз.

**Статические упражнения для губ:**

1. **«Птенчик»:**

- широко открыть рот (3-5 секунд

) – закрыть. Следить, чтобы язык был расслаблен, не втягивался вглубь ротовой полости. Повторить 2-3 раза.

2. **«Лягушка»:**

- широко улыбнуться, показать зубки («ИИИИИИ…»). Держать губы в улыбке 3-5 секунд. Следить, чтобы прикус был естественным, нижняя челюсть не выдвигалась вперёд. Повторить 2-3 раза.

3. **«Слоник»:**

- вытянуть губы трубочкой («УУУУУ…). Удерживать губы в таком положении 3-5 секунд. Повторить 2-3 раза.

4. **«Бублик»:**

- открыть рот, округлив губы рупором, вытягивать их вперёд («ОООО…»). Удерживать губы в таком положении 3-5 секунд. Повторить 2-3 раза.

5**. «Шарик»:**

- сжать губы, надуть щёки и удерживать их в таком положении 3-5 секунд;

- поднести к щекам кулачки и слегка ударить ими по щёчкам. («Шарик лопнул») Повторить 2-3 раза.

**Статические упражнения для языка**:

1. **«Лопаточка»:**

- улыбнуться, приоткрыть рот;

- положить широкий расслабленный язык на нижнюю губу, удерживать его в таком положении под счёт от 1 до 5-10 секунд;

- затем убрать язык и закрыть рот. Повторить 3-5 раз.

2. **«Лошадка»:**

- пощёлкать кончиком языка, как лошадка копытами. Упражнение выполняется в медленном темпе, а затем темп убыстряется («лошадка поскакала быстрее»). Следить, чтобы нижняя челюсть не двигалась, работал только язык, при необходимости держать подбородок рукой. Повторить 4-6 раз.

**Динамические упражнения для губ**:

1. **«Слоник» и «Лягушка»:** - в спокойном темпе поочерёдно выполнять упражнения (улыбка – трубочка), удерживая каждую артикуляционную позу по 2-3 секунды. Повторить движения 4-8 раз.

2. **«Поцелуй»:**

- губы сомкнуть, вытянуть немного вперёд, втянуть щёки внутрь ротовой полости, всосав в себя воздух (удерживать 2-3 секунды), затем с усилием разомкнуть губы, слегка причмокнув. Следить, чтобы нижняя челюсть была опущена, а губы сомкнуты. Повторить 2-5 раз.

3. **«Кучер»:**

- закрыть рот, губы сомкнуть;

- достаточно сильно подуть через губы так, чтобы воздушная струя заставила их вибрировать. Дуть следует на одном дыхании как можно дольше. В результате получается звук, похожий на «тпру-у-у». Если не получается выполнить это упражнение, то нужно крепче сомкнуть губы и посильнее подуть через них.

4. **«Толстячки-худышки»:**

- поочерёдно надувать и втягивать щёки, в спокойном темпе, удерживая их в каждом положении 3-5 секунд. Повторить 4-6 раз. Следить, чтобы губы были сомкнуты.

**Динамические упражнения для языка:**

1**.«Поймаем мышку»:**

– улыбнуться, открыть рот;

– положить широкий язык «лопаточкой» на нижнюю губу, произнести «ААААА…» и прикусить широкий кончик языка зубами («поймали мышку за хвостик»). Повторить 2-5 раз.

2. **«Орешки»:**

- рот закрыть. Кончиком языка с напряжением поочерёдно упираться то в левую, то в правую щёки. Удерживать язык в каждом положении 3-5 секунд. Повторить 4-6 раз. Контролировать движения языка, приложив пальчики снаружи к щеке.

3. **«Часики»:**

- улыбнуться, высунуть изо рта как можно дальше длинный и тонкий язык, плавно двигать его из одного уголка рта к другому и обратно. Проделать 4-8 движений. Следить, чтобы двигался только язык, нижняя челюсть оставалась неподвижной, если необходимо, фиксировать её рукой. Язык должен не облизывать, а передвигаться по нижней губе, не задевая её, от одного уголка рта к другому.

4. **«Прятки**»:

- приоткрыть рот, улыбнуться;

- положить широкий расслабленный язык на нижнюю губу («Лопаточка»), а затем отодвинуть язык за нижние зубы

– «язычок спрятался». Рот не закрывать. Выполнить 3-5 движений.

5**. «Качели»:**

- открыть рот, поднять язычок за верхние зубы, опустить за нижние зубы. Поочерёдно менять положение 4-6 раз.

**Прочие упражнения:**

***«Дудочка»***

Дети вытягивают губы вперед длинной трубочкой. Упражнение вырабатывает движение губ вперед, укрепляет мышцы, способствует подвижности губ.

***«Киска лакает молоко»***

Дети открывают рот, губы в улыбке, и широким кончиком языка гладят небо, делая движение назад – вперед. Гимнастика развивает подвижность языка.

***«Пыхтелка»***

На щетку колючую очень похож

В клубочек свернувшийся маленький…(еж).

Дети произносят на активном выдохе слог «пых». Упражнение способствует укреплению губ и обучают равномерному выдоху.

***«Зверек»***

Словно рыженькая стрелка,

По деревьям скачет…(белка).

Поднимают верхнюю губу и опускают нижнюю, обнажая сомкнутые зубы, опускают губы обратно. Упражнениие развивает подвижность и укрепляет мышцы губ.

***«Мишка вытягивает губы»***

Не умеет песни петь,

Любит мед. Кто он? (Медведь).

Вытягивают вперед сомкнутые губы, удерживают их в таком положении 5-10 секунд и возвращают обратно. Упражнение вырабатывает движение губ вперед, укрепляюет мышцы губ вперед, укрепляет мышцы губ, развивает их подвижность.

***«Зайчик»***

Зубы сомкнуты. Верхнюю губу приподнимают, обнажая верхние резцы. Упражнение отрабатывает движение верхней губы вверх и вниз, развивает подвижность и укрепляет мышцы губ.

***«Подуем на горячий чай»***

Дети вытягивают губы вперед длинной трубочкой и дуют, стараясь, чтобы воздушная струя была ровной. Упражнение развивает у детей равномерный и продолжительный выдох.

***«Очень вкусно»***

Дети приоткрывают рот и облизывают язычком сначала верхнюю губу, потом нижнюю. Упражнение развивает подвижность языка.

***«Откусим пирожок»***

Улыбнуться, приоткрыв рот, и покусывать язык. Упражнение усиливает кровоснабжение ммышц языка.

***«Птенчик»***

Открывают широко рот, язык спокойно лежит в ротовой полости. Удерживают рот в таком положении 5 – 10 секунд. Упражнение учит детей спокойно открывать и закрывать рот, удерживать губы и язык в заданном положении.

***«Пила»***

Запилила пила,

Зажужжала, как пчела.

Губы округлены и слегка вытянуты вперед. Зубы сближены, но не соприкасаются. Широкий кончик языка поднят к альвеолам или передней части твердого неба и образует с ними щель. Произносят на ровном, продолжительном выдохе звук ж. Упражнение способствует равномерности и продолжительности выдоха.

***«Топор»***

Что за шум? Что за гром?

Я ударил топором.

Рот открыт, губы в улыбке. Широким кончиком языка постукивают о небо за верхними зубами, многократно и отчетливо произнося звук д. Упражнение развивает подвижность языка.

***«Молоток»***

Застучали молоточки,

Ударяют по гвоздочкам.

Рот открыт, губы в улыбке. Боковые края языка упираются в боковые верхние резцы. Барабанят напряженным широким кончиком языка по бугоркам за верхними зубами, произнося «т-т-т». Упражнение способствует подвижности языка.

***«Погреем руки»***

Дети приоткрывают рот, положив широкий передний край языка на верхнюю губу так, чтобы боковые края его были прижаты. А посередине образовался небольшой желобок. Подставляют ко рту ладошки и плавно дуют на них. Упражнение учит выпускать длительнрую направленную воздушную струю.

***«Рычание»***

Дети приподнимают верхнюю губу, обнажая верхние зубы, и произносят звук р. Упражнение отрабатывает движение верхней губы вверх, развивает ее подвижностть.

***«Вой»***

Вытягивают губы вперед трубочкой и произносят на продолжительном выдохе звук у. Упражнение способствует выработке равномерного продолжительного выдлоха, укрепляет мышцы губ.

Артикуляционная гимнастика для укрепления мышц языка

1. Слегка улыбаются, приоткрывают рот и кладут широкий край языка на верхнюю губу. Держат язык в таком положении 3-5 секунд и убирают в рот.

2. Слегка улыбаются, приоткрывают рот и кладут широкий край языка на нижнюю губу. Держат язык в таком положении 3-5 секунд и убирают в рот.

3. Открывают рот. Широким языком облизывают верхнюю губу и убирают язык в глубь рта.

***«Трубочка»***

Дети вытягивают губы вперед трубочкой. Упражнение вырабатывает умение вытягивать губы вперед, укрепляет мышцы языка.

***«Улыбка»***

Удерживают губы в улыбке, не показывая зубов. Упражнение вырабатывает умение удерживать губы в улыбке.

«Улыбка – трубочка»

Чередуют положение губ. Упражнение развивает подвижность губ.

***Артикуляционная гимнастика.***

Дети покусывают нижнюю губу верхними зубами, приподняв верхнюю губу. Упражнение стимулирует движения верхней челюсти.

Дети покусывают верхнюю губу нижними зубами. Упражнение стимулирует движения нижней челюсти.

***Артикуляционная гимнастика.***

Широко открывают рот, как при звуке а и производят длительный выдох.

Растягивают губы в улыбку, как при звуке и, и производдят длительный выдох.

Округляют губы, как при звуке о, и производят длительный выдох. Упражнения способствуют укреплению жевательно-артикуляторных мышц.

***Артикуляционная гимнастика***

Дети беззвучно произносят гласные А, Э, И, О, У, держа кончик языка у нижних зубов. Упражнение укрепляет жевательно – артикуляторные мышцы.

***«Белка грызет орешки»***

Двигают челюстями вправо – влево при закрытом и открытом рте. Упражнение стимулирует движения нижней челюсти.

***«Орешек»***

Язык поочередно упирают то в оддну, то в другую щеку, задерживаясь в каждом положении на 3 – 5 секунд. Упражнение развивает произвольные движения языка, укрепляет мускулатуру языка и щек.

***Артикуляционная гимнастика***

Дети произносят шепотом звук о. Упражнение укрепляет мышцы губ и вырабатывает продолжительный равномерный выдох.

***«Чашечка»***

Рот широко открыт. Передней и боковой края широкого языка подняты, но зубов не касаются. Упражнение учит удерживать губы и язык в заданном положении.

***«Конфетка»***

Рот закрыт, Напряженным языком упираются то в одну, то в другую щеку. Упражнение укрепляет мускулатуру языка и щек.

***«Самовар»***

Иван Иваныч Самовар надувают обе щеки и удерживают в таком

Был пузатый самовар, положении 3 -5 с.

Трехведерный самовар.

В нем качался кипяток, Поочередно надувают правую и левую щеки,

Пыхтел паром кипяток, как бы перегоняя воздух из одной щеки в

Разъяренный кипяток, другую.

Лился в чашку через кран, Сжимают губы, надувают щеки, удержи-

Через дырку прямо в кран, вают воздух 2 – 3 с и выпускают через губы,

Прямо в чашку через кран. произнося «Пых!»

***Артикуляционная гимнастика***

Слегка улыбнувшись, медленно открывают рот (как для пропевания звука а, держат в таком положении 5 – 10 с и медленно закрывают рот. Упражнение учит детей спокойно открывать и закрывать рот, расслабляя мышцы языка.

***«Ветерок»***

Упражнение для формирования ровного продолжительного выдоха. Дети округляют губы, как для произнесения звука у, и спокойно выдыхают воздух на свою ладошку.

***«Индюк»***

Упражнение для обучения подъему языка и подвижности его кончика. Дети приоткрывают рот, кладут язык на верхнюю губу и производят движения кончиком языка по вепрхней губе вперед – назад, стараясь не отрывать язык от губы, как бы поглаживая ее. Темп движений постепенно убыстряется. Добавляется голос, пока не послышится «бл – бл». Обращать внимание на то, что кончик языка должен загибаться кверху.

***«Теленок пьет молоко»***

Дети открывают рот, губы в улыбке. Широким передним краем облизывают верхнюю губу сверху вниз, а затем втягивают язык в рот до середины неба. Упражнение укрепляет мышцы языка, развивает его подвижность, способствует растяжке подъязычной связки.

***«Теленок улыбается»***

Дети улыбаются так, чтобы были видны передние верхние и нижние зубы. Удерживают губы в таком положении под счет от 1 до 5. Упражнение вырабатывает умение удерживать губы в улыбке, укрепляет мышцы губ и развивает их подвижностть.

***«Теленок вытягивает язычок»***

Дети улыбаются, приоткрывают рот и широким языком стараются дотянуться до подбородка, затем убирают язык в рот. Упражнение повторяется 3-5 раз. Оно отрабатывает движение языка вниз, растягивает подъязычную связку, укрепляет мышцы языка.

***Артикуляционная гимнастика***

Упражнение для укрепления мимико-артикуляторных мышц. Дети опускают вниз уголки губ, затем сморщивают все лицо, потом открывают рот и поднимают вверх брови.

***Артикуляционная гимнастика***

Упражнение для расслабления мышц языка, улучшения иннервации (нервной проводимости). Дети улыбаются, приоткрыв рот, покусывают язык, продвигая его постепенно вперед – назад.

***«Иголочка»***

Дети открывают рот, высовывая язык как можно дальше, напрягая его, стараясь делать узким, и у держивают в таком положении под счет от 1 до 5. Упражнение учит делать язык узким и удерживать его в таком положении.

***«Катушка»***

Дети улыбаются, открывают рот, кончик языка упирают в нижние зубы. Широкий язык «выкатывается» вперед и убирается в глубь рта. Повторять 5-8 раз в спокойном темпе. Упражнение развивает подвижность языка и укрепляет его мускулатуру.

***«Хобот»***

Упражнение отрабатывает движение губ вперед и развивает подвижность губ и языка. Дети открывают рот, вытягивают губы и язык вперед, загнув вверх боковые края языка.

***Артикуляционная гимнастика.***

Упражнение укрепляет жевательно-артикуляторные мышцы. Дети беззвучно произносят звук а, открывая и закрывая рот, держа кончик языка у нижних резцов.

***«Любопытный язычок»***

Дети слегка приоткрывают рот, кладут язык на нижнюю губу и производят им движение вперед – назад. Затем язык убирают в рот. Выполняют 5-8 раз. Упражнение укрепляет мышцы языка и развивает его подвижность.

***«Язык здоровается с верхней губой»***

Дети, слегка улыбнувшись, приоткрывают рот и кладут широкий край языка на верхнюю губу, держат его в таком положении 3-5 с и убирают в рот. Нужно обратить внимание на то, чтобы двигался только язык, а нижняя губа «не помогала» ему. Упражнение отрабатывает движение языка вверх, укрепляет его мышцы.