КАРТОТЕКА

АРТИКУЛЯЦИОННОЙ ГИМНАСТИКИ

В СРЕДНЕЙ ГРУППЕ

***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.*