



13. Выгни язычок, как спинку

Выгнул этот рыжий кот.

Ну-ка, рассмотри картинку:

Он по мостику идет

Открываем рот. Выгнув спинку языка, упираем его кончик в нижние зубы изнутри рта. Удерживаем в таком положении 3—5 секунд. Медленно сближаем и сжимаем зубы, закрываем рот. «Мостик» стоит за закрытыми зубами. Затем предлагаем ребенку выпрямить язычок, расслабиться, глотнуть слюну. Повторяем упражнение 3—4 раза

И еще несколько важных упражнений:

1. «Рупор» (Окошечко, кружочек)

Цель: вырабатывать умение слегка выдвигать вперед округленные губы.

Зубы сомкнуты, губы округлены и чуть выдвинуты вперед, верхние и нижние резцы видны.



2. «Месим тесто» (Шлепаем язычок)

Цель: вырабатывать умение при расслаблении мышц языка удерживать его широким, распластанным.

Немного приоткрыв рот, спокойно положить язык на нижнюю губу и, пошлепывая его губами, произносить: «пя-пя - пя». Удерживать широкий язык в спокойном положении при открытом рте под счет от 1 до 5 или 10.

3. «Фокус»

Цель: вырабатывать подъем языка вверх, умение придавать ему форму ковшика и направлять воздушную струю посередине языка.

Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий передний край языка на верхнюю губу так, чтобы боковые края его были прижаты, а посередине языка был желобок, и дуть ватку, положенную на кончик носа. Воздух при этом должен идти посередине языка, тогда ватка полетит вверх.



4. «Лошадка».

Цель: учить растягивать подъязычную связку языка.

Присосать кончик языка к нёбу. Производить пощелкивание, напоминающее цокот лошадиных копыт, с изменением темпа (медленно — быстрее — очень быстро). Выполнять 10—15 раз



5. «Грибок».

Цель: вырабатывать подъем языка вверх, растягивать подъязычную связку.

Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот и, прижав широкий язык всей полостью к нёбу, широко открыть рот. Выполнять 5—6 раз.



6. «Гармошка».

Цель: укреплять мышцы языка, растягивать подъязычную связку. **Улыбнуться, приоткрыть рот, приклеить язык к нёбу и, не отпуская его, закрывать и открывать рот (как растягиваются меха гармошки, так растягивается подъязычная уздечка). Губы находятся в положении улыбки. При повторении упражнения надо стараться открывать рот все шире и все дольше удерживать язык в верхнем положении.



7. «Маляр».

Цель: разрабатывать подвижность языка в верхнем положении. ***Широко открыть рот. Широким кончиком языка проводить по нёбу от верхних зубов и обратно. Выполнять в медленном темпе 5—6 раз.



8. «Дятел».

Цель: разрабатывать подвижность кончика языка. Широко открыть рот. Языком с силой ударять в бугорки за верхними зубами. При этом произносить звук [д], подражая дятлу: д-д-д. Выполнять 15—20 с.



10. «Индюк».

Цель: вырабатывать подъем языка вверх, подвижность его передней части.

Приоткрыв рот, положить язык на верхнюю губу и производить движения широким передним краем языка по верхней губе вперед и назад, стараясь не отрывать язык от губы, как бы поглаживать ее. Сначала производить медленные движения, потом ускорить темп и добавить голос, пока не послышится «бл-бл-бл» (индюк болбочет). (**По материалам книг Шаблыко Е.И., Н. В. Нищевой**)

Серия «По совету логопеда»

Памятка для родителей

Веселая гимнастика (упражнения для всех звуков)



Подготовила:
учитель-логопед
Калашникова С.С.

	<p>1. Бегемотик рот открыл, Подержал. Потом закрыл. Подразним мы бегемота— Подшутить над ним охота.</p> <p>Учимся широко и спокойно открывать и закрывать рот. Повторяем упражнение 3—5 раз. Даем ребенку время для отдыха и расслабления. Предлагаем сглотнуть слюну. Вновь повторяем упражнение 3—4 раза.</p>
	<p>2. Улыбается щенок, Зубки напоказ. Я бы точно так же смог, Вот, смотри. Сейчас</p> <p>Широко разводим уголки губ, обнажив сжатые зубы. Возвращаем губы в спокойное положение. Даем ребенку время для отдыха и расслабления. Предлагаем сглотнуть слюну. Повторяем упражнение 3—4 раза.</p>
	<p>3. Хоботок слоненок тянет, Он вот-вот банан достанет. Губки в трубочку сложи И слоненку покажи</p> <p>Вытягиваем губы вперед, как для поцелуя, держим в таком положении 3—5 секунд. Возвращаем губы в спокойное положение. Даем ребенку время для отдыха и расслабления. Предлагаем сглотнуть слюну. Повторяем упражнение 3—4 раза.</p>
	<p>4. Хомячок надует щечки, У него зерно в мешочках. Мы надуем щечки тоже, Хомячку сейчас поможем</p> <p>Предлагаем малышу надуть щеки при закрытом рте и поддержать в таком положении 3—5 секунд, а потом выдохнуть, расслабиться, сглотнуть слюну. Повторяем упражнение 3—4 р.</p>

	<p>5. Белка щелкает орешки Обстоятельно, без спешки. Упираем язычок</p> <p>Влево - вправо, на бочок</p> <p>При закрытом рте упираем напряженный кончик языка то в левую, то в правую щеку. Выполняем 6—8 раз. Затем даем ребенку время для отдыха и расслабления, предлагаем сглотнуть слюну. Повторяем упражнение 3—4 раза.</p>
	<p>6. Устала собачка и дышит устало. И даже за кошкою бегать не стала. Широкий язык отдохнет, полежит, И снова собачка за кошкою бежит</p> <p>Широко открываем рот. Кладем мягкий спокойный язычок на нижнюю губу. Задерживаем на 3—5 секунд. Убираем язычок. Даем ребенку время для отдыха и расслабления, предлагаем сглотнуть слюну. Повторяем упражнение 3-4 р.</p>
	<p>7. Котенок любит молоко: Нальешь — и нет ни капли вмиг. Лакает быстро и легко, «Лопаткой» высунув язык</p> <p>Широко открываем рот, делаем 4—5 движений широким языком, как бы лакая молоко. Закрываем рот. Убираем язычок. Даем ребенку время для отдыха и расслабления, предлагаем сглотнуть слюну. Повторяем упражнение 3—4 раза.</p>
	<p>8. Язычка загнем края, Делай так же, как и я. Язычок лежит широкий И, как чашечка, глубокий</p> <p>Широко открываем рот, кладем широкий язык на нижнюю губу, загибаем края языка «чашечкой» и медленно поднимаем ее за верхние зубы. Затем предлагаем ребенку опустить язычок, закрыть рот, расслабиться, сглотнуть слюну. Повторяем упражнение 3—4 раза.</p>

	<p>9. Выше дуба, выше ели На качелях мы взлетели. А скажите, вы б сумели Язычком «качать качели»?</p> <p>Широко открываем рот. Кладем на нижнюю губу спокойный расслабленный язык, переводим его на верхнюю губу, возвращаем на нижнюю, снова поднимаем на верхнюю. Выполняем 6—8 раз. Убираем язычок, закрываем рот. Даем ребенку время для отдыха и расслабления, предлагаем сглотнуть слюну. Повторяем упр. 3-4 раза.</p>
	<p>10. Язык, как маятник часов, Качаться вновь и вновь готов. Котенок улыбается, Он, как и ты, старается</p> <p>Открываем рот, растягиваем губы в улыбку, вытягиваем язык, напрягаем его, касаемся острым кончиком языка то левого, то правого уголков губ. Следим, чтобы язык двигался по воздуху, а не по нижней губе, чтобы не качалась нижняя челюсть. Выполняем 6—8 раз. Убираем язычок, закрываем рот. Даем ребенку время для отдыха и расслабления, предлагаем сглотнуть слюну. Повторяем упр. 3-4 раза.</p>
	<p>11. У птички клювик очень колкий И тонкий, острый, как иголка. Взгляни-ка рядом на страницу: Мой язычок — как клюв у птицы</p> <p>Широко открываем рот, приподнимаем и вытягиваем вперед тонкий язычок. Фиксируем положение на 3—5 секунд. Убираем язычок, закрываем рот. Даем ребенку время для отдыха и расслабления, предлагаем сглотнуть слюну. Повторяем упражнение 3—4 раза.</p>
	<p>12. Знает это весь народ: Любит мишка вкусный мед. Язычком губу оближет И подсядет к меду ближе</p> <p>Широко открываем рот, острым кончиком языка проводим по верхней губе слева направо и обратно. Следим за тем, чтобы не двигалась нижняя челюсть. Выполняем 6—8 раз. Убираем язычок, закрываем рот. Даем ребенку время для отдыха и расслабления, предлагаем сглотнуть слюну. Повторяем упражнение 3—4 р.</p>