

Комплекс упражнений для развития мышц речевого аппарата

«Улыбка» («Лягушка»)

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, как бы беззвучно произнося звук **и**. Удерживать губы в таком положении под счёт от одного до пяти, десяти.

Внимание!

1. Следите, чтобы при улыбке ребёнок не подворачивал внутрь верхнюю или нижнюю губу.
2. Если ребёнок не показывает нижние зубы, нужно научить его при сомкнутых губах опускать и поднимать только нижнюю губу. Это упражнение проводим так: кладем палец на нижнюю губу, опускаем и поднимаем её. Зубы при этом сомкнуты, нижняя челюсть неподвижна.
3. Если у ребёнка возникают затруднения, надо вместе с ним пропеть звук «и»: «и-и-и» — и губы растянутся в улыбке.

«Трубочка» («Слон»)

Цель.

Вырабатывать движение губ вперёд, укреплять мышцы губ, их подвижность.

Описание.

Вытянуть сомкнутые губы вперёд «трубочкой», как бы беззвучно произнося звук **у**. Удерживать их в таком положении под счёт от одного до пяти, десяти.

Внимание!

1. Следите, чтобы при выполнении упражнения не открывался рот. Зубы почти сомкнуты.
2. Если ребёнок не может вытянуть губы вперёд, предложите ему дотянуться губами до конфеты и взять её губами. Можно предложить игру «Кто сильнее?», когда ребёнок удерживает губами бинтик или чистый платочек (свернуть конусом), а вы пытаетесь вытянуть его.
3. Можно вместе с ребёнком пропеть звук «у»: «у-у-у» — и губы примут положение трубочки.

«Окошко» («Рыбка»)

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 пять – десять секунд, медленно закрыть.

Внимание!

1. Язык лежит во рту спокойно, не оттягивается назад, кончик языка у передних зубов.
2. Если у ребёнка возникают затруднения, пропойте вместе с ним звук «а»: «а-а-а» — губы и язык примут нужное положение.

«Улыбка» - «Трубочка» - «Окошко» («Лягушка» - «Слон» - «Рыбка»)

Цель.

Укреплять мышцы губ и тренировать их подвижность путём переключения позиций губ. Развивать произвольное внимание.

Описание.

Упражнение выполняется в форме игры «Делай, как я» или «Посмотри и повтори». Игру можно проводить, озвучивая движения губ («у-и-а») и молча. Взрослый выполняет поочередно движения губами в любом порядке («у-и-а», «а-у-и», «и-у-а», «и-у, у-и»), удерживая губы в каждой позиции от трёх до пяти секунд, а ребёнок повторяет.

Внимание!

1. Переход от одной позиции к другой осуществляется плавно.
2. Упражнение очень полезно для детей с дефицитом внимания.

«Качели»

Цель.

Укреплять мышцы языка и тренировать их подвижность путём переключения позиций языка «вниз – вверх». Развивать произвольное внимание.

Описание.

Рот широко открыт, губы в улыбке. Ритмично меняем положение языка: кончик языка за нижними резцами; кончик языка за верхними резцами.

Внимание!

Двигается только язык, а не подбородок!

«Часики»**Цель.**

Укреплять мышцы языка и тренировать их подвижность путём переключения позиций языка «влево – вправо». Развивать произвольное внимание.

Описание.

Рот приоткрыт, губы растянуты в улыбке. Кончик языка поочередно касается то левого, то правого угла рта. Упражнение выполняется ритмично, под счёт.

Внимание!

Подбородок не двигается!

«Блинчик» («Сделать язык широким», «Лопата»)**Цель.**

Вырабатывать умение удерживать язык в свободном, расслабленном положении, лежащим на нижней губе.

Описание.

Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий передний край языка на нижнюю губу. Удерживать его в таком положении под счёт от одного до пяти, десяти.

Внимание!

1. Губы растянуты в улыбке.
2. Не подворачивать нижнюю губу внутрь.
3. Не высовывать язык далеко — он только накрывает нижнюю губу.
4. Боковые края языка должны касаться уголков рта.
5. Если это упражнение не получается, можно похлопать его верхней губой, произнося при этом: пя-пя-пя...

«Иголочка» («Жало»)**Цель.**

Научиться делать язык узким и удерживать его в таком положении.

Описание.

Открыть рот, язык высунуть как можно дальше, напрячь его, сделать узким и удерживать в таком положении под счёт от одного до пяти, десяти.

Внимание!

Язык не лежит на губе, а выдвигается вперёд.

«Блинчик» - «Иголочка»**Цель.**

Укреплять мышцы языка и тренировать их подвижность путём переключения позиций. Развивать произвольное внимание.

Описание.

Упражнение выполняется в форме игры «Делай, как я» или «Посмотри и повтори», чередуя положения языка: широкий - узкий. Упражнение выполняется ритмично, под счёт.