

## Общая артикуляционная гимнастика

1. **«Улыбка».** Улыбнуться без напряжения так, чтобы были видны верхние и нижние зубы. Удерживать в таком положении под счет от 1 до 5-10.
2. **«Хоботок» («Трубочка»).** Вытянуть сомкнутые губы вперед «трубочкой». Удерживать в таком положении под счет от 1 до 5-10.
3. **«Домик открывается».** Слегка улыбнуться, медленно открыть рот (как для пропевания звука «а»), подержать рот открытым 5-10 секунд, медленно закрыть.
4. **Чередование «Хоботок» - «Улыбка».**
5. **«Любопытный язычок».** Улыбнуться, слегка приоткрыть рот и производить движения языком вперед-назад. Язык кладем на нижнюю губу, затем убираем в рот. Рот остается открытым. Упражнение выполняется 8-10 раз.
6. **«Лягушка».** Опустить нижнюю губу, обнажая нижние зубы, и вернуть на место. Упражнение выполняется до 10 раз.
7. **«Зайчик».** Поднять верхнюю губу, обнажая нижние зубы, и вернуть на место. Упражнение выполняется до 10 раз.
8. **«Окошко».** Зубы почти сомкнуты. Губы принимают положение окошечка. Удерживать их в таком положении 5-10 секунд.
9. **«Качели».** Улыбнуться. Широкий кончик языка положить на нижнюю губу. Поднять язык на верхнюю губу. Упражнение выполняется 5-10 раз.
10. **«Обезьянка».** Чуть приоткрыть рот и поместить язык между верхней губой и верхней зубами. Удерживать в таком положении не менее 5 секунд.
11. **«Бульдог».** Чуть приоткрыть рот и поместить язык между нижней губой и нижними зубами. Удерживать в таком положении не менее 5 секунд.
12. **«Прятки».** Чередование «Обезьянка» - «Бульдог».
13. **«Орешек».** Язык поочередно упирается в правую и левую щеки, задерживаясь в таком положении на 3-5 секунд.
14. **«Кружок».** Рот закрыт. Язык движется с внутренней стороны, плавно очерчивая кончиком языка круг. Затем язык движется в обратном направлении. «Нарисовать» 5-6 кругов в одну и другую сторону.
15. **Чередование «Толстячки-худышки».** Ребенок поочередно надувает и втягивает щеки в спокойном темпе, удерживая их в каждом положении 3-5 секунд.