**АРТИКУЛЯЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА (подготовительная к школе группа)**

**К-1**

**I. Спокойное открывание и закрывание глаз**

**II. 1. Упр. для губ:**

**«Улыбка» (губы сомкнуты, под счет растягивать губы)**

**Цель: Учить сильно растягивать губы, не размыкая их.**

**2. Упр. для языка:**

**«Лопатка» (Вырабатывать умение удерживать язык в спокойном положении). «Маятник» (Добиваться дифференцированного движения (работает только язык)**

**3. Упр. на дыхание:**

**«Сдуй листочек» (вдох через нос, выдох через рот). (Вырабатывать длительную целенаправленную струю) .**

**«Улыбка» (Улыбаться, обнажив зубы, между зубами щель)**

**Цель: Учить обнажать зубы, оставляя между ними щель. Закрепить умение сильно растягивать губы.**

**К-2**

**I. Упр. на развитие мимики «Зажмурились от света».**

**II. 1. Упр. для губ: «Заборчик» (зубы сомкнуты, растягивание губ, обнажая зубы) .**

**Цель: Совершенствовать умение обнажать верхние и нижние зубы.**

**2. Упр. для языка:**

**«Наказать непослушный язык»**

**Цель: Расслабление мышц языка.**

**«Иголочка»**

**Цель: Учить детей делать язык узким, удерживать в таком положении.**

**3. Упр. на дыхание:**

**«Сдуй бабочку»**

**Цель: Вырабатывать сильную воздушную струю.**

**Заменись упр. «Заборчик» на упр. «Улыбка»**

**К-3**

**I. Упр. на развитие мимики «Живая шляпа» (круглые глаза)**

**II. Упр. для губ: «Трубочка» (губы вытянуты вперед, не сомкнуты)**

**Цель: Упражнять в умении вытягивать губы вперед, не смыкать.**

**2. Упр. для языка: «Постелька»**

**Цель: Учить детей держать расслабленный язык за нижними зубами.**

**3. Упражнение на дыхание**

**«Чей шарик дальше улетит? »**

**Цель: Добиваться длительного направленного ротового выдоха.**

**III. Распевание гласного звука «У» (тихо, громко)**

**1. Заменить упр. «Трубочка» на «Хоботок»**

**Цель: Совершенствовать умение вытягивать губы вперед в сомкнутом виде.**

**2. Распевание гласных звуков «А», «У» (громко, тихо) .**

**К-4**

**I. 1. Упр. на развитие мимики «Удивились»**

**II. 1. Упр. для губ «Бублик»**

**Цель: Учить детей фиксировать положение губ виде бублика.**

**2. Упр. для языка «Подъем языка за верхние зубы»**

**Цель: Упражнять детей в умении фиксировать широкий язык у верхних зубов, удерживать рот в полуоткрытом состоянии.**

**3. Упр. на дыхание: «Задуй свечу»**

**Цель: Упражнять в умении выполнять сильный резкий выдох.**

**III. Распевание гласных звуков «А», «У», «И» и звукосочетаний (громко, тихо)**

**I. Упр. для губ, чередование «Бублик», «Трубочка».**

**Цель: учить передавать артикуляционный уклад для губ.**

**К-5**

**I. Упр. на развитие мимики «Нахмурились» (брови слегка сведены к переносице)**

**II. 1. Упр. для губ «Пускание мыльных пузырей» (медленное смыкание – размыкание губ) .**

**«Улыбка»**

**Цель: Продолжать вырабатывать умение удерживать губы в улыбке, обнажая зубы.**

**2. Упр. для языка «Дятел»**

**Цель: Укреплять мышцы кончика языка, вырабатывать подъем языка, умение делать кончик языка напряженным**

**Я по дереву стучу д-д-д**

**Червячка добыть хочу д-д-д**

**Хоть и скрылся под корой д-д-д,**

**Все равно он будет мой.**

**- Отодвигать язык в глубь рта (кончик языка опущен вниз).**

**3. Упр. на дыхание: «Подуй на чай».**

**Цель: Отрабатывать длительную воздушную струю.**

**III. Игра «Эхо» (дети-громко, дети-тихо) .**

**Проговаривать:**

**Эп-эп-эп – пекарь выпекает хлеб.**

**Эпь-эпь-эпь- мы поедем в степь.**

**Усложнение на 2 неделе**

**1. Для губ: «Пускание мыльных пузырей» (учить убыстрять темп) .**

**2. Для языка: Заменить 2-е упр. на упр. «Горка»**

**Цель: Учить прижимать боковые края языка к верхним коренным зубам.**

**3. Заменить III часть: Проговаривать**

**КО-КО-КО, курица кричит: «КО-КО»**

**КУ-КУ-КУ – сидит кукушка на суку.**

**К-6**

**I. 1. Упр. на развитие мимики «Улыбнулись-нахмурились»**

**II. 1. Упр. для губ: «Рупор»**

**Цель: Учить детей, вытягивая губы вперед, несколько их выворачивать до обнажения зубов.**

**2. Упр. для языка: «Постелька»**

**«Качели»**

**Цель: Добиваться дифференцированного движения органов артикуляционного аппарата, (работает только язык). Вырабатывать подъем языка.**

**3. Упр. на дыхание: «Чей пароход лучше гудит? »**

**Цель: Добиваться умения направлять воздушную струю посередине языка.**

**III. Отчитывать:**

**Та-та-та, там увидели кота.**

**Ту-ту-ту, дали тортик мы коту.**

**От-от-от, только тортик не ест кот.**

**Усложнение на 4 неделе**

**1. Упр. для губ: «Рупор» - «Улыбка» (в чередовании)**

**Цель: Совершенствовать умение чередовать арт. уклад для губ.**

**2. Заменить III часть:**

**Отчитывать:**

**Ка-ка-ка, ка-ка-ка, вот течет река Ока.**

**Ко-ко-ко, ко-ко-ко, там рыбак недалеко.**

**Ке-ке-ке, ке-ке-ке, ловит рыбу на Оке.**

**К-7**

**I. Упр. на развитие мимики: «Удивились», «Нахмурились», «Улыбнулись»**

**II. 1. Упр. для губ: «Заборчик»**

**«Спокойное открывание и закрывание рта» (губы в положении улыбки) .**

**Цель: Учить детей медленному, плавному раскрыванию и закрыванию рта.**

**2. Упр. для языка: «Киска сердится»**

**Цель: Упражнять в умении упирать кончик языка в нижние зубы, края прижимать к коренным зубам.**

**«Лопатка»**

**Язык лопаткой положи и под счет его держи,**

**1, 2, 3, 4, 5 – язык надо расслаблять.**

**3. Упр. на дыхание: «Подуй на блинчик»**

**Цель: Упражнять в умении вырабатывать длительный выдох.**

**III. Отчитывать:**

**Ам-ам-ам – молока тебе не дам.**

**Му-му-му, молока кому?**

**Усложнение на 2 неделе**

**1. Упр. «Лопатка» заменить на упр. «Желобок»**

**Цель: Учить «скручивать» язычок, образуя желобок посередине.**

**2. Заменить III часть:**

**Отчитывать:**

**О-о, о-о, видим мы кино.**

**О-о, о-о, мы глядим в окно.**

**Ха-ха-ха, ха-ха-ха, мы поймали петуха.**

**К-8**

**I. Упр. на развитие мимики: «Соленый чай» (нам не вкусно) .**

**II. 1. Упр. для губ: «Жаба» (губы сомкнуть, подуть воздух под верхнюю губу. Затем – под нижнюю. Затем – быстрое смыкание и размыкание губ.**

**Цель: Учить детей быстро управлять воздушной струей, тренировать мышцы губ. Учить дифференцировать движения.**

**2. Упр. для языка: - «Желобок»**

**«Лопаточка»-«Иголочка» (в чередовании)**

**Цель: Упражнять детей в умении чередовать расслабление и напряжение языка.**

**Язык лопаткой положи и спокойно подержи.**

**Язык иголочкой потом и потянем острием!**

**3. Упр. на дыхание: «Подуем в желобок»**

**Цель: Упражнять в умении формировать воздушную струю посередине языка.**

**III. Отчитывать:**

**- Ха-ха-ха, ха-ха-ха, есть у нас два петуха.**

**- Хы-хы-хи, хы-хы-хи, все дерутся петухи.**

**- Ху-ху-ху, ху-ху-ху, клювы все у них в пуху.**

**Усложнение на 4 неделе**

**1. Заменить упр. «Жаба» на упр. «Улыбка»-«Хоботок» (чередование)**

**Свои губы прямо к ушкам растяну я, как лягушка.**

**А теперь слоненок я - хоботок есть у меня.**

**2. Заменить III часть:**

**- Са-са-са, са-са-са, в лесу бегает лиса.**

**- Си-си-си, си-си-си, в водоеме караси.**

**- Носит Сеня сено в сени, спать на сене будет Сеня!**

**К-9**

**I. Упр. на развитие мимики: «Улыбка» (встреча с другом)**

**II. Упр. для губ: - «Лягушки улыбаются»**

**Цель: Добиваться умения делать оскал зубов. Одновременно при этом широко открывать глаза.**

**-Тянуть губы прямо к ушкам очень нравится лягушкам!**

**Улыбаются, смеются, а глаза у них, как блюдца.**

**2. Упр. для языка: - «Чашечка»**

**Цель: Вырабатывать умение делать язык широким, приподнимая края языка, удерживая форму чашечки.**

**«Дятел»**

**3. Упр. на дыхание: «Собачке жарко»**

**Цель: тренировать в быстром вдохе и выдохе через рот.**

**III. Отчитывать:**

**-За-за-за, за-за-за, здесь привязана коза.**

**- Зи-зи-зи, зи-зи-зи, обезьянку привези.**

**- За-за-зя, за-за-зя, обезьянам здесь нельзя!**

**Усложнение на 2 неделе**

**1. «Чашечка в полости рта»**

**«Гриб»**

**Цель: вырабатывать подъем языка вверх, растягивая подъязычную связку.**

**2. Заменить III часть**

**Отчитывать:**

**- Са-са-за, са-са-за, залезает в сад коза.**

**Под кустиком - сайка,**

**У кустика - зайка.**

**Будет ли зайка есть эту сайку?**

**К-10**

**I. Упр. на развитие мимики «Обрадовались – огорчились»**

**II. 1. Упр. для губ: - «Покусывание верхними зубами нижней губы и наоборот»**

**2. Упр. для языка – «Гриб»**

**На лесной опушке, где жила кукушка,**

**Вырос гриб волнушка, шляпка на макушке.**

**Наша Даша в лес пошла.**

**Наша Даша гриб нашла.**

**Вот и нет волнушки на лесной опушке!**

**«Змейка»**

**Цель: Вырабатывать умение оттягивать язык вглубь рта.**

**3. Упр. на дыхание – «Свеча»**

**Цель: тренировать интенсивный прерывистый выдох (фу -фу-фу) .**

**III. Отчитывать:**

**Ба-бя-ба, ба-бя-ба, мама, мама, вон труба!**

**Был у бабушки баран, бил он бойко в барабан!**

**Усложнение на 2 неделе**

**1. Чередовать «Покусывание губ» с упр. «Заборчик»**

**2. Добавить еще упр. для языка «Подуй на челку»**

**Цель: Упражнять у умении загибать края языка, добиваясь целенаправленной воздушной струи.**

**3. Заменить III часть:**

**Отчитывать:**

**Да-дя-да, да-дя-да, не ходи, Вадим, туда!**

**Дед Данила делил дыню!**

**Дольку - Диме, дольку - Дине!**

**К-11**

**I. Упр. на развитие мимики: «Испугались-обрадовались».**

**II. 1. Упр. для губ: «Рупор»**

**Цель: Упражнять в умении вытягивать губы вперед, обнажая зубы.**

**2. Упр. для языка:**

**«Фокус»**

**Цель: Отрабатывать верхний подъем языка.**

**«Кошка лакает молоко»**

**Цель: Добиваться дифференцированного выполнения (работает только язык)**

**«Гармошка»**

**Цель: Вырабатывать подъем языка вверх, растягивая подъязычную связку.**

**На гармошке я играю, рот пошире открываю.**

**3. Упр. на дыхание:**

**«Лягушка»**

**Цель: Тренировать прерывистый выдох (ква-ква-ква)**

**III. Отчитывать:**

**Усложнение на 2 неделе**

**1. Упр. для губ: «Рупор» - «Улыбка» (в чередовании)**

**Цель: Упражнять в умении четко выполнять упражнение, чередуя арт. уклад.**

**2. Заменить III часть**

**Отчитывать:**

**Ки-ги-ги, ки-ги-ги, испекли мы пироги.**

**Га-ка-га, га-ка-га, Хочешь, Коля, пирога?**

**Гу-ку-гу, гу-ку-гу, есть их больше не могу!**

**К-12**

**1. Упр. на развитие мимики: «Забыл» (удивление, огорчение, печаль, радость) .**

**II. 1. Упр. для губ: «Трубочка»**

**Губы сомкнуть, перемещать их вправо-влево.**

**Цель: Добиваться движения губ, а не челюсти.**

**2. Упр. для языка: «Индюшата»**

**Цель: Вырабатывать подъем языка, подвижность его передней части.**

**Малышата-индюшата ножками топочут.**

**Весело болбочут: бл-бл-бл!**

**«Маляр»**

**Цель: Вырабатывать подъем языка, растягивая подъязычную связку. Добиться плавного динамичного выполнения.**

**З. Упр. на дыхание: «Рыбки».**

**Цель: Тренировать быстрый вдох через рот и медленный выдох через нос.**

**III. Отчитывать:**

**Ши-ши-ши, ши-ши-ши, что то шепчут камыши.**

**Ше-ше-ше, ше-ше-ше - это утка в камыше.**

**Тише, мыши, кот на крыше.**

**Зашумите, он услышит.**

**Усложнение**

**1. Чередование упр. «Трубочка» - «Заборчик»**

**2. Заменить упр. «Маляр» на упр. «Гармошка»**

**3. Отчитывать:**

**Со-шо-со, со-шо-со, я пишу уж хорошо!**

**Су-шу-шу, су-шу-шу, все, что хочешь, напишу!**

**Шел Саша по шоссе.**

**Саша шапкой шишку сшиб.**

**К-13**

**I. Упр. на развитие мимики. Произношение фразы «Скоро мамин праздник» (восклицательно, вопросительно, повествовательно)**

**Цель: Закрепить значение знаков: .,, , …**

**II. Упр. для губ:**

**«Рупор» - «Хоботок» (в чередовании)**

**Цель: Совершенствовать умение плавно и четко переключаться с одной арт. позы на другую.**

**З. Упр. для языка:**

**«Чищу зубы»**

**Цель: Вырабатывать умение удерживать кончик языка за нижними и верхними зубами.**

**Чисти зубы, чисти зубы и снаружи, и внутри.**

**Не болели чтоб они.**

**«Пиала»**

**Цель: Вырабатывать умение делать язык широким, приподнимая края языка, удерживая форму чашечки.**

**Язык широкий положи, края приподними.**

**Получилась пиала, округленная она.**

**В рот её мы занесем и бока к рукам прижмем.**

**«Горка»**

**3. Упр. на дыхание: «Загляни в окошко»**

**Цель: Тренировать быстрый сильный выдох через рот. Развивать внимание.**

**III. Отчитывать:**

**Жа-жа-жа, жа-жа-жа, есть иголки у ежа.**

**Ежи хороши и ужи хороши!**

**Да жаль, что не дружат ужи и ежи.**

**Усложнение на 2 неделе**

**I. Заменить упр. «Пиала» на упр. «Качели»**

**Цель: Вырабатывать умение менять положение языка с постепенным ускорением темпа.**

**2. Отчитывать:**

**Задрожали зайки, увидев волка на лужайке.**

**Заржавел железный замок.**

**К-14**

**I. Упр. на развитие мимики:**

**Шла Ульяна с огорода, повстречала там урода.**

**А урод стоит на палке с бородою из мочалки**

**-Кого испугалась Уля? Покажите, как испугалась Уля? Изобразите пугало. Ой, какое оно страшное!**

**II.1. Упр. для губ:**

**«Кролик» (зубы сомкнуты, верхняя губа приподнята)**

**Цель: Учить дифференцированному выполнению движений губ, работает только верхняя губа.**

**2. Упр. для языка:**

**«Почистим нижние резцы»**

**Цель: Упражнять в умении производить движения кончиком языка снизу вверх.**

**«Горка»**

**Спинка язычка сейчас станет горочкой у нас.**

**Я расстаять ей велю, напрягаться не люблю!**

**Язык на место возвращается и чудесно расслабляется.**

**«Птенчики» (рот широко открыт, широкий язык внизу) .**

**Цель: Упражнять в умении удерживать широкий язык в спокойном положении при открытом рте.**

**3. Упр. на дыхание:**

**«Чья синичка дольше пропоет? » (на одном выдохе: ц-ц-ц-ц.)**

**III. Отчитывать:**

**Четыре черненьких чумазеньких чертенка**

**Чертили черными чернилами чертеж.**

**Усложнение на 4 неделе**

**1. Заменить упр. «Горка» на упр. «Испечем блинчик»**

**2. Упр. «Кролик»-«3аборчик» (В чередовании) .**

**3. Отчитывать:**

**На тачке возят кирпичи для дачки.**

**Грачи грачатам кричат.**

**Грачи берегут грачат.**

**У бычка два бочка да у овечки два бочка.**

**У овечки и бычка четыре черненьких бочка.**

**К-15**

 **I. Упр. на развитие мимики: «Мы охотники»**

**У нас в руках фото-ружье. Выслеживаем барса, фотографируем верблюда, испугались зубра. Удивились, увидев павлина.**

**II. 1. Упр. для губ:**

**«Бублик» (зубы сомкнуты)**

**Цель: Учить округлять губы при сомкнутых зубах.**

**2. Упр. для языка:**

**«Качели»**

**Цель: Упражнять в умении фиксировать кончик языка в положении за верхними и нижними резцами.**

**«Чашечка» (завести за верхние зубы, зафиксировать – «выпили чай»)**

**«Вкусное варенье».**

**3. Упр. на дыхание:**

**«Свеча»**

**Цель: Добиваться длительного, ровного, медленного выдоха.**

**III. Отчитывать:**

**Сказала тетя: «Фи, футбол! »**

**Сказала мама: «Фу, Футбол»**

**Сестра сказала: «Ну, футбол! »**

**А я ответил: «Во! Футбол! »**

**(Т. Сапгир)**

**Усложнение на 2 неделе**

**1. «Бублик» - «Хоботок» (В чередовании)**

**2. Упр. на дыхание:**

**«Свеча»**

**Цель: Отрабатывать интенсивный прерывистый выдох.**

**(фу-фу-фу)**

**3. Отчитывать:**

**Щеткой не чистят ночные сорочки,**

**Щеткой не чистят чулки и платочки!**

**Щеткой чищу я щенка,**

**Щекочу ему бока!**

**У щучки чешуя, а у чушки щетинка.**

**К-16**

**I. Упр. на развитие мимики: «Ласковый котенок просит молочко»**

**«Цыпленок, который хотел запеть, как петух, но у него ничего не получалось.**

**II. Упр. для губ:**

**«Улыбка» - «Хоботок» (в чередовании)**

**Цель: Совершенствовать умение плавно и четко переключаться с одной артикуляционной позы на другую.**

**2. Упр. для языка:**

**«Часики»**

**Цель: Учить дифференцированному движению языка (челюсть неподвижна) .**

**«Блинчик»**

**Цель: Совершенствовать умение удерживать широкий язык в расслабленном положении.**

**«Змейка»**

**3. Упр. на дыхание:**

**«Пароход гудит» (кончик языка касается горлышка бутылька)**

**Цель: Добиваться длительного плавного сильного выдоха.**

**III. Отчитывать:**

**Два щенка щека к щеке щиплют щетку в уголке.**

**Синица у водицы,**

**А синичка над водичкой**

**Усложнение на 4 неделе**

**1. Упр. для губ:**

**«Улыбка» - «Трубочка»**

**Заменить упр. «Блинчик» на упр. «Гармошка»**