**АРТИКУЛЯЦИОННЫЕ УПРАЖНЕНИЯ**

*(по Р.И. Лалаевой  и М.Е. Хватцеву)*

1. ***Гимнастика для губ и щек:***
* Надувание обеих щек одновременно.
* Надувание щек попеременно.
* Втягивание щек в ротовую полость.
* Сомкнутые губы вытягиваются вперед трубочкой (хоботком), а затем возвращаются в нормальное положение.
* Оскал: губы растягиваются в стороны, плотно прижимаются к деснам, обнажаются оба ряда зубов.
* Чередование оскал — хоботок (улыбка — трубочка).
* Втягивание губ в ротовую полость при раскрытых челюстях.
* Поднимание только верхней губы, обнажаются только верхние зубы.
* Оттягивание вниз нижней губы, обнажаются зубы.
* Поочередное поднимание и опускание верхней и нижней губы.
* Имитация полоскания зубов.
* Нижняя губа под верхними зубами.
* Верхняя губа под нижними зубами.
* Чередование двух предыдущих упражнений.
* Вибрация губ (фырканье лошади).
* При выдохе удерживать губами карандаш, стеклянные трубочки.
1. ***Гимнастика для челюстей:***
* Опускание и поднимание нижней челюсти.
* Движение нижней челюсти вправо.
* Движение нижней челюсти влево.
* Попеременное движение нижней челюсти вправо и влево.
1. ***Гимнастика для языка:***
* «Лопатка». Высовывание широкого языка «лопатой», своими боковыми краями язык касается углов рта. Если широкий язык не получается, то предлагается похлопать по спинке языка шпателем, «пожевать» язык (можно произносить при этом бя-бя-бя, мя-мя-мя), сильно подуть на высунутый язык, можно произнести звук [и] или улыбнуться.
* «Жало». Высовывание языка жалом. Если это движение не сразу удается, то предлагают просунуть кончик языка между сжатыми и вытянутыми губами, потянуть язык за отодвигаемым пальцем или карандашом, двигать кончиком языка вправо-влево.
* Поочередное высовывание языка то лопатой, то жалом.
* Высунуть язык, сделать язык сначала лопатой, а затем жалом.
* Сильное высовывание языка изо рта, а затем возможно более глубокое втягивание его вглубь ротовой полости, так чтобы кончик языка стал незаметным.
* «Маятник». Движения высунутого языка вправо и влево.
* Поднимание и опускание спинки языка при широко открытом рте.
* Присасывание к нёбу спинки языка.
* «Вкусное варенье». Круговое облизывание губ кончиком языка.
* «Чистим зубки». Облизывание зубов под верхней и нижней губой.
* Поднимание и опускание широкого кончика языка верхнюю и нижнюю губу, на верхние и нижние зубы.
* Поднимание и опускание широкого кончика языка внутри ротовой полости: к верхней десне, к нижней десне.
* Загибание узкого кончика языка вверх и вниз: к носу и подбородку, далее — на верхнюю и нижнюю губу, затем на верхние и нижние зубы.
* Поочередное загибание узкого кончика языка внутри ротовой полости, к альвеолам верхних и нижних зубов.
* «Желобок», или «лодочка», снаружи рта: боковые края языка подняты, кончик языка лежит на нижней губе, посредине языка— впадина. Этому движению помогает надавливание на среднюю часть языка шпателем или зондом; «Желобок» внутри ротовой полости.
* Сделать язык "желобком", осторожно загнуть кончик языка вверх.
* «Чашечка». Язык чашечкой (ковшиком) вне ротовой полости (боковые края языка и кончик языка поднимаются кверху, средняя часть спинки языка опущена); «Чашечка» внутри ротовой полости.
* Задувание на «чашечку» внутри ротовой полости.
* Закусывание боковых краев языка коренными зубами.