**Комплекс гимнастики от логопеда №1**

 **(Старшая группа)**

1. **Чередование «Улыбка»– «Заборчик» - «Бублик» - «Хоботок»**

*Упражнение выполняется 2-3 раза подряд.*

**«Улыбка» («Лягушка»)**

**Подражаем мы лягушкам,**

**тянем губы прямо к ушкам.**

*Удерживать губы в улыбке. Губы сомкнуты. Удержать под счет от 1 до 5.*

**«Заборчик».**

**Если выйдешь ты во двор,**

**то увидишь там забор!**

*Широко улыбнуться, показать зубы (верхние зубы стоят ровно на нижних). Удерживать такое положение 3-5с. Повторить 4-5 р.*

**«Бублик»**

**Вкусный бублик я люблю,**

**губы тоже округлю.**

*Губы округлены. Удержать под счет до 5.*

**«Хоботок». («Слоник»)**

**Подражаю я слону,**

**Губы хоботком тяну.**

*Губы и зубы сомкнуть. Вытянуть губы вперед трубочкой. Удерживать в таком положении на счет до 5.*

1. **Лопата. Песенка язычка.**



Если у ребёнка не получается широкий язычок. Язык положить на нижнюю губу и похлопывая верхней губой по языку произносить звуки «ПЯ-ПЯ-ПЯ» (песенка язычка). Упражнение делать 4-5 раз подряд.

1. **«Чашечка».**

*Широко открыть рот. Высунуть широкий язык и придать ему форму «чашечки» (слегка приподнять кончик и бока языка). На серединку языка можно положить витаминку и удержать её. Удержать язык под счет до 5. Упражнение выполняется 5-8 раз подряд.*



1. **Дыхательное упражнение.** Дуть на вертушку или надувать мыльные пузыри. Следить, чтобы дети делали вдох через нос, а выдох через рот. Щеки при выдохе не надуваются!
2. **Дыхательное упражнение «Шарик» (можно выполнять его перед тихим часом, лёжа)**

*И.П. Сидя или лёжа на спине. Спокойно выдохнуть. Вдох – живот «надуть», выдох - живот «сдуть». Вдох через нос, выдох через широко открытый рот.*

1. **«Назови первый звук?» (игра с мячом)**

Воспитатель предлагает слова, а ребёнок называет первый звук в слове.

1. **«Я знаю пять» (игра с мячом)**

Воспитатель кидает мяч, проговаривая «Я знаю 5 названий животных (цветов, деревьев, овощей…) - кошка» и кидает мяч одному из детей, ребенок продолжает называть животных и передает мяч другому.

1. Разучить и играть с детьми в игру «Резиночки».