

# Гимнастика с Язычком



**Жил-был язычок, рядом с его домом был зоопарк. Он отпра­сился у мамы и побежал смотреть на животных.**

Рот пошире открываем,  
В бегемотиков играем:  
Широко раскроем ротик,  
Как голодный бегемотик.  
Закрывать его нельзя,  
До пяти считаю я.  
А потом закроем рот –  
Отдыхает бегемот.

О. Хинн



**Вот язычок пришел в зоопарк и видит, что в пруду сидит кто-то огромный, как гора, и широко раскрывает рот. Это был бегемот .  
Давай и мы превратимся в бегемотиков и будем широко открывать рот.**

Описание упражнения: открыть рот как можно шире, удерживать в таком положении до счета «5», потом закрыть рот. Повторить 3-4 раза.

# Лягушки



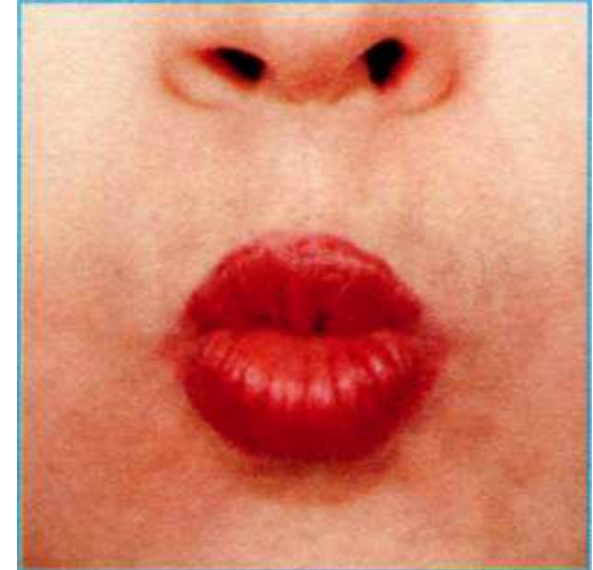
Посмотрел язычок на бегемотиков и только хотел дальше отправиться, как слышит: ква-а-а, ква-а-а. Это были лягушки. Давай изобразим как лягушки улыбались.

Удерживать губы в таком положении до счета 5, вернуться в исходное положение. Повторить 3-4 раза.



## СЛОН (хоботок)

Идет язычок дальше. Ой, кто это такой большой, с длинным носом? Да это же слон, давай покажем, какой у слона хобот.



Буду подражать слону!  
Губы «хоботом» тяну.  
А теперь их отпускаю  
И на место возвращаю.

# Змея

Полюбовался Язычок слоном и пошел к другой клетке. А там змея!



Улыбнуться, высунуть язычок изо рта, затем спрятать. Повторить 3-4 раза.

**Подражаем мы змее,  
С ней мы будем наравне:  
Высунем язык и спрячем,  
Только так, а не иначе.**

# Лошадка

Понаблюдал Язычок за змейкой и пошел дальше. Видит, лошадка детей катает и тоже захотел покататься

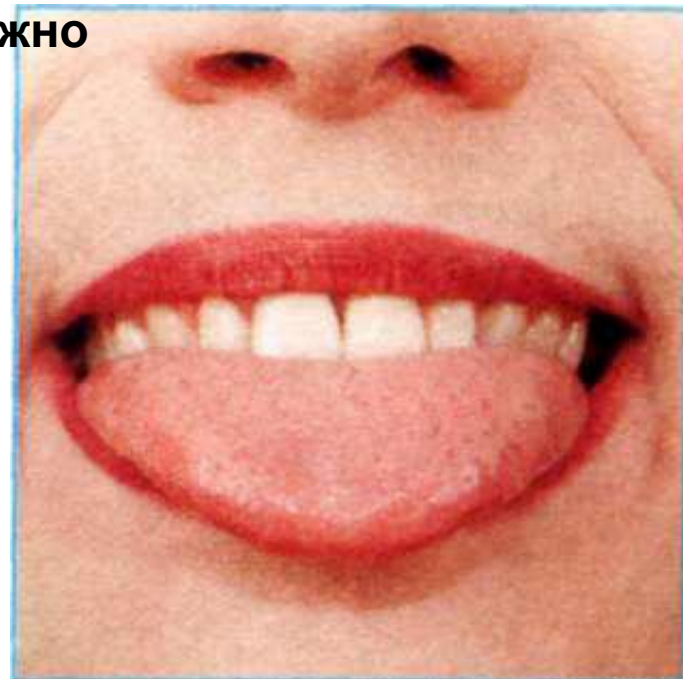
**Я веселая лошадка,  
Темная, как шоколадка!  
Язычком пощелкай громко-  
Звук копыт услышишь громкий.**



Улыбнуться, широко открыть рот, щелкать языком громко и энергично

# Расческа

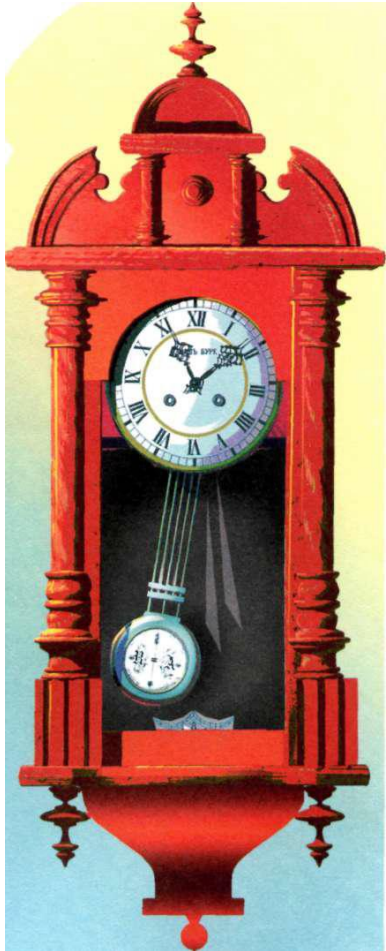
Покатался язычок, слез с лошадки и вдруг увидел себя в зеркале: «Ах,какой я стал лохматый! Нужно причесаться!»



Улыбнуться, закусить язык зубами. «Протаскивать» язык между зубами вперед-назад, как бы «причесывая» его.

# Часики

Привел Язычок себя в порядок и подумал: а не пора ли ему домой. Надо узнать который час. Покажи как работают часики.



Тик-так, тик-так  
Язычок качался так,  
Словно маятник часов.  
Ты в часы играть готов?



Улыбнуться, открыть рот.  
тянуться языком попеременно  
то к левому уголку рта, то к  
правому. Повторить 5-10 раз.



# Шарики

**Было уже поздно, пора возвращаться домой. По дороге Язычок купил шарики и стал их надувать.**

**Надуть одну щеку – сдуть.  
Затем - другую. Повторить 4-5 раз**



**Я надул волшебный шарик,  
Укусил его комарик.  
Лопнул шарик. Не беда!  
Новый шар надую я!**

# Футбол

Вернулся Язычок в свой двор, а там ребята в футбол играют. И ему захотелось поиграть.

Во дворе народ толпится.  
Там идёт футбольный матч.  
И вратарь наш, Генка Спицын,  
Пропустить не должен мяч.

Потому что наблюдает  
За игрою из окна  
Катерина. Всякий знает:  
Генке нравится она.

*Н. Тегипко*

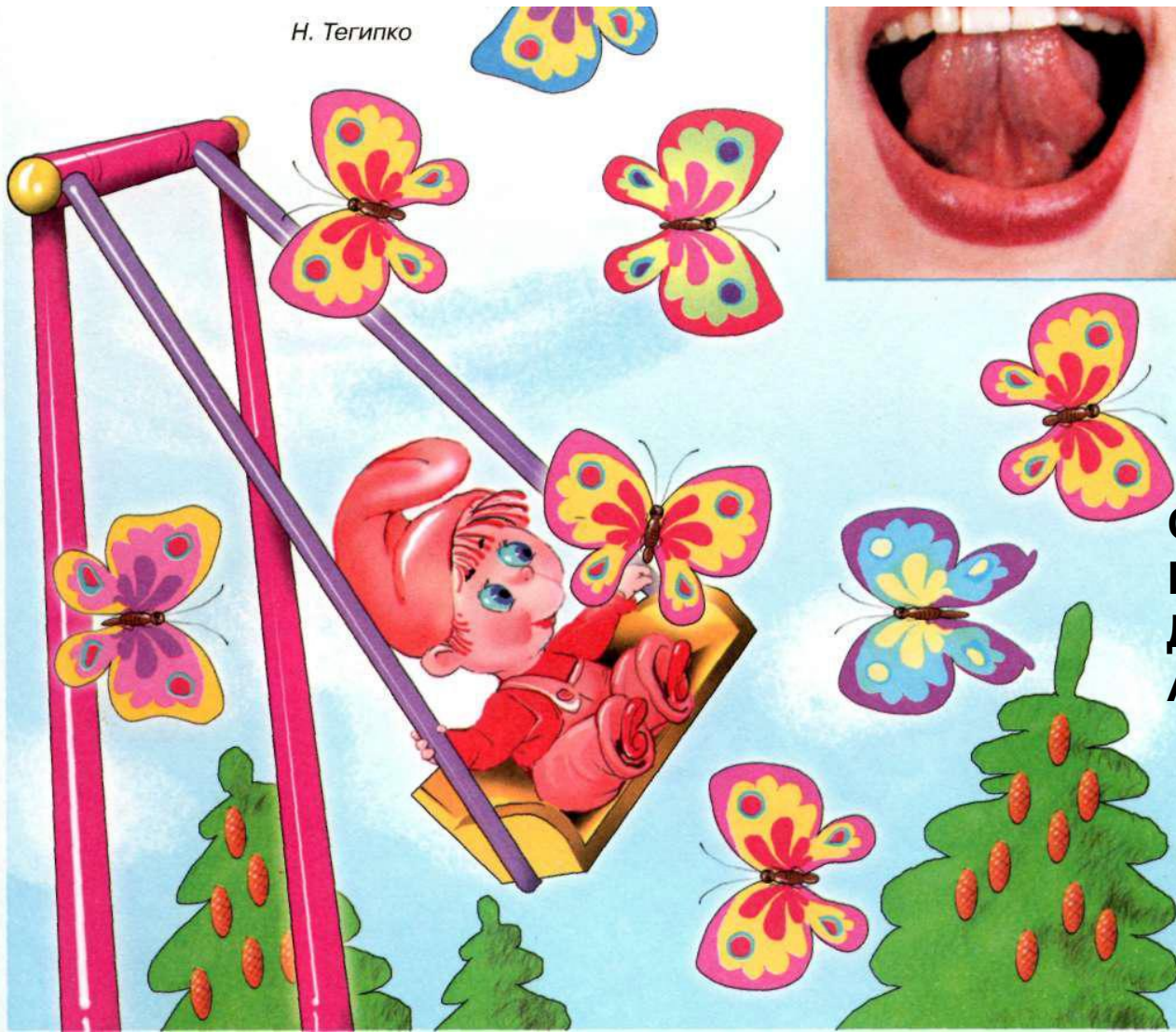


Рот закрыть, кончик языка с напряжением упираться то в одну, то в другую сторону.

# качели

После футбола Язычку захотелось покататься на качелях.

Н. Тегипко



Улыбнуться, широко открыть рот, на счет «раз» опустить кончик языка за нижние зубы, на счет «два» - поднять язык за верхние зубы. Повторить 4-5 раз.

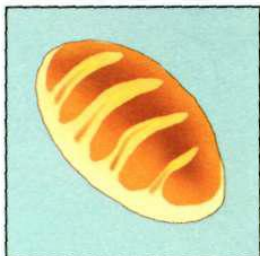
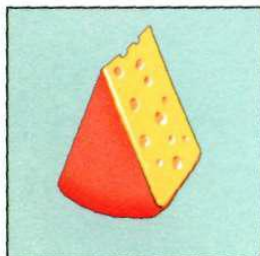
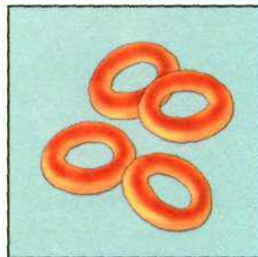
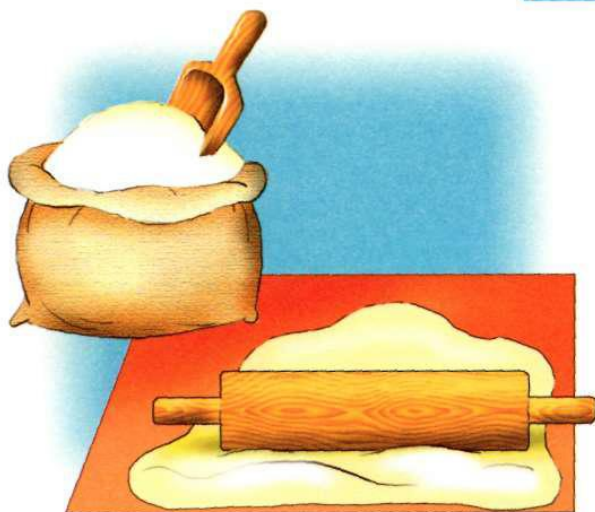
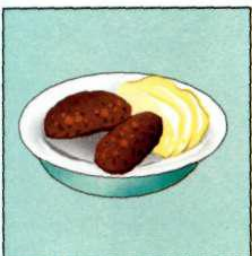
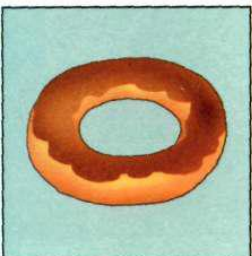
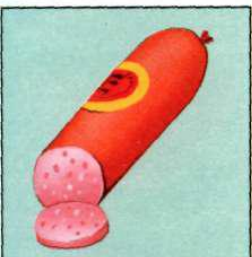
**Сели дети на качели  
И взлетели выше ели.  
Даже солнышка коснулись  
А потом назад вернулись.**

# Месим тесто

Проголодался Язычок и побежал домой, там мама готовила тесто для блинов и пирогов. Язычок стал помогать маме.

Тесто мнём, мнём, мнём,  
Тесто жмём, жмём, жмём,  
После скалку мы возьмём,  
Тесто тонко раскатаем,  
Выпекать пирог поставим.  
Раз, два, три, четыре, пять –  
Не пора ли вынимать?

*О. Хинн*

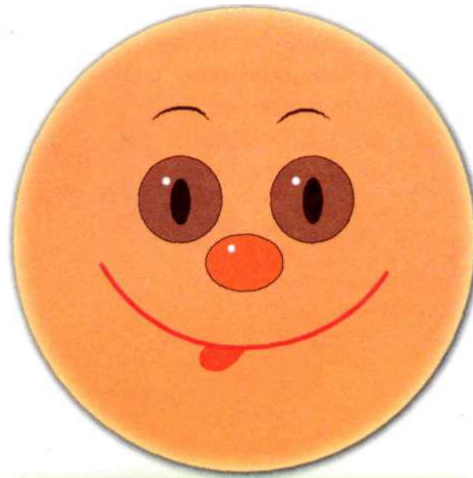


Улыбнуться, открыть рот,  
Покусать язык зубами- та-та-та;  
Пошлепать язык губами – пя-пя-пя

# блинчики



Улыбнуться, открыть рот, положить широкий язык на нижнюю губу и удерживать его неподвижно под счет до 5, потом до 10.

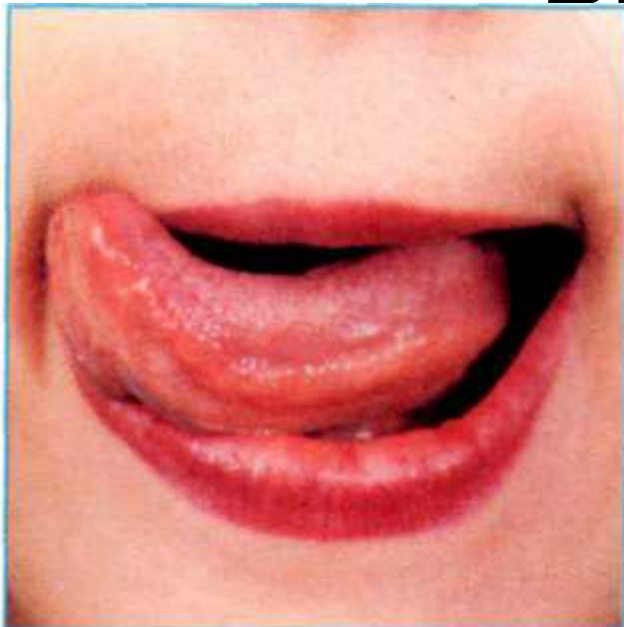


Стали они блины печь.

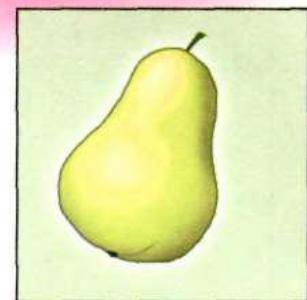
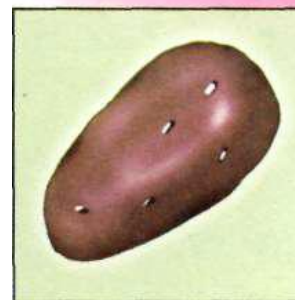
Давай покажем, какой у  
Язычка получился  
блинчик

# Вкусное варенье

Ели они блинчики с вкусным ароматным вареньем,  
губы у них испачкались, надо их облизать.



Блин мы ели с наслаждением  
Перепачкались вареньем  
Чтоб варенье с губ убрать  
Ротик нужно облизать

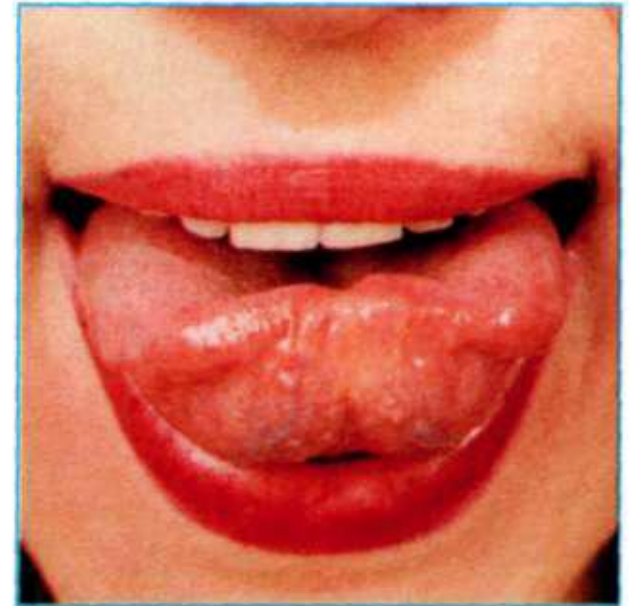


# Чашка

Поел язычок блинов и захотел чаю попить, взял он свою любимую чашку...  
Давай покажем, какая у Язычка чашка.



Вкусных мы блинов поели,  
Выпить чаю захотели.  
Язычок мы к носу тянем,  
Чашку с чаем представляем.



Удерживать язык в таком  
положении под счет до 5, потом  
до 10. Повторить 3-4 раза

# ЧИСТИМ зубки

Попил Язычок чай, мама сказала, что пора чистить зубы и ложиться спать

