

Лопаточка

Улыбнуться, открыть рот. Положить широкий язык на нижнюю губу.

Удерживать в спокойном состоянии на счет до пяти. В этом упражнении важно следить, чтобы нижняя губа не напрягалась и не натягивалась на нижние зубы.



Заборчик

Улыбнуться, с напряжением обнажив зубы. Удерживать данное положение на счёт до пяти. Прикус должен быть естественным, нижняя челюсть не должна выдвигаться вперёд.



Прятки

Улыбнуться, открыть рот. На счёт «раз» положить язычок «Лопаточкой».
На счёт «два» спрятать язычок в рот за нижние зубы «Горочкой».
Повторить несколько раз. Рот не закрывается.



Иголочка

Открыть рот. Узкий острый язык вытянуть вперёд.
Удерживать под счёт до пяти.



Ступеньки

Улыбнуться, открыть рот. Язычок положить «Лопаточкой». Под счет 1-2-3 выполнять действия: 1 – широким языком обнять верхнюю губу; 2 – широким языком обнять верхние зубы; 3 – широкий язык спрятать за верхние зубы. Следить, чтобы язык не сужался, нижняя челюсть и губа были неподвижны.



Чашечка

Улыбнуться, открыть рот, положить широкий язык на нижнюю губу, боковые края языка загнуть в форме чашечки. Удерживать на счёт до пяти. Нижняя губа не должна обтягивать нижние зубы.



Горочка

Рот открыт. Кончик языка упирается в нижние резцы, спинка языка поднята вверх.



Вкусное варенье

Улыбнуться, открыть рот. Языком в форме «чашечки» облизывать верхнюю губу сверху-вниз (можно помазать вареньем). Нижняя губа не должна обтягивать зубы (можно ее оттянуть вниз рукой).



Улыбка

Улыбнуться, не обнажая сомкнутые зубы.
Удерживать данное положение на счёт до пяти.



Улыбка

Улыбнуться, не обнажая сомкнутые зубы.
Удерживать данное положение на счёт до пяти.

