

# Сказка о гноме



**«Улыбка»**  
Губы в улыбке.  
Зубки видны.



- Жил-был гном с белой бородой в красной шапочке.

Рано утром он просыпался и улыбался всем друзьям. Улыбнётся он и вам. Улыбнись ему и ты.

## «Часики»

Улыбнуться, открыть рот.

Двигать кончиком языка  
из одного уголка рта в  
другой.

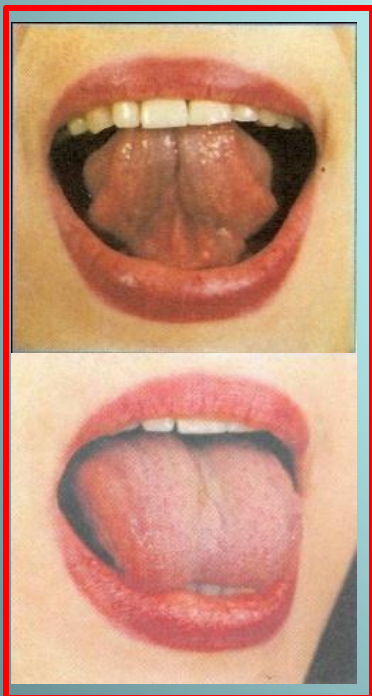
Нижняя челюсть  
неподвижна.



- Он потянулся и посмотрел на часы. «Тик-так, вставать пора. Тик-так, гулять пора!» - пели часы.

На счёт 1-2 поочерёдно  
упираться языком то в  
верхние, то в нижние  
зубы.

Нижняя челюсть при этом  
неподвижна.



- Гном вскочил, сделал зарядку: вверх-вниз, вверх-вниз, поднимал он руки.

Чтоб здоровым быть сполна  
Физкультура всем нужна.  
Для начала по порядку -  
Делай с гномиком зарядку!

## «Чищу зубки»

Улыбнуться, приоткрыть рот. Почистить языком нижние, затем верхние зубки



● **Потом гном побежал  
умываться и чистить  
зубки.**

Чищу зубки, чищу зубки  
И снаружи и внутри  
Не желтели, не темнели,  
Не болели чтоб они.

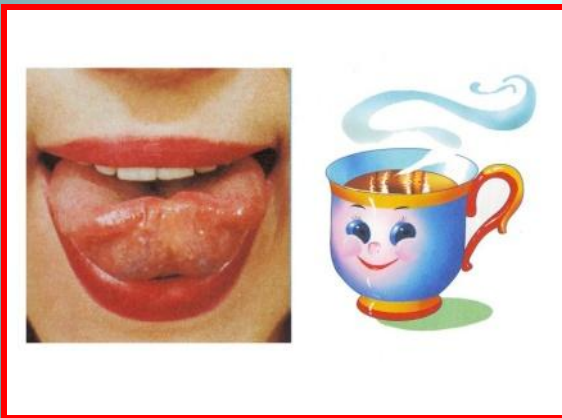
**«Расчёска»**  
Губы в улыбке.  
Широкий язык  
прикусываем зубками.  
И медленно  
протаскиваем его  
сквозь зубки с усилием,  
словно расчёсываем.



● **Гном причесался**  
Необычная расческа  
У меня всегда с собой.  
Если хочешь, я секретом  
Поделюсь сейчас с тобой.  
Зубы верхние причешут  
Мою нижнюю губу,  
Зубы нижние причешут  
Мою верхнюю губу.

## «Чашечка»

Рот открыт. Губы в улыбке. Боковые края и кончик языка подняты вверх, спинка опущена. Следить, чтобы нижняя челюсть не двигалась, а нижняя губа не поддерживала язык.



## ● Выпил чаю из любимой чашки.

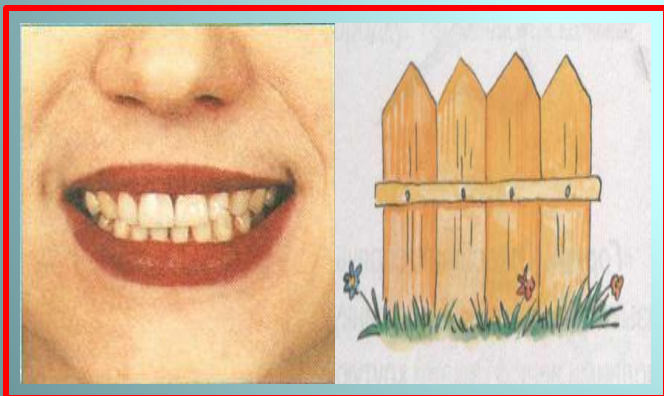
Я чаёк горячий  
Буду пить на даче  
Язык широкий положу  
Края его приподниму

## «Заборчик»

Зубы сомкнуты. Губы в улыбке. Верхние и нижние резцы видны.

● **И побежал гулять.  
Перелез через забор.**

Из зубов заборчик строй -  
Ровный, белый, не косою.  
Губки широко открой,  
Чтоб заборчик видеть свой.





## «Горка»

Рот открыт. Губы в улыбке.

Широкий кончик языка  
упирается в основания  
нижних резцов. Спинка  
языка выгибается, затем  
выравнивается. Следить,  
чтобы кончик языка не  
отрывался от зубов, язык  
не сужался, губы и нижняя  
челюсть были  
неподвижны.

- Во дворе он увидел красивую горку и стал кататься с горки.

Горка длинная у нас!  
Мы прокатимся сейчас.  
Ты на горке удержишься,  
Плавно, медленно катись.



## «Качели»

Рот открыт. Губы в улыбке. Движения языка:

а) широкий язык поднимается к носу и опускается к подбородку;

б) широкий язык поднимается к верхней губе, затем опускается к нижней губе;



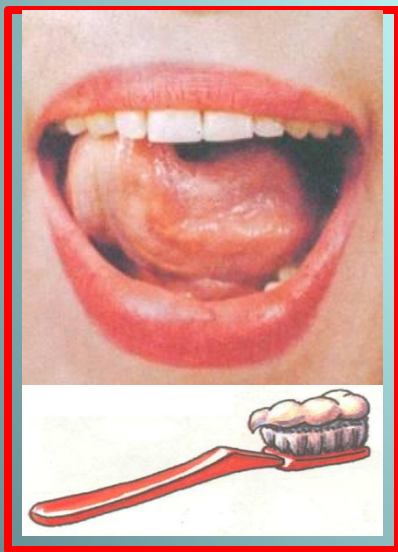
- Затем он увидел качели и захотел покачаться. Он сел на качели и стал качаться: вверх – вниз, вверх – вниз. Эх, раз! Еще раз! Мы качаемся сейчас. Вверх, вниз мы летим, Тормозить мы не хотим.



- Дома он открыл кран, пустил воду, послушал, как она поёт свою песенку. Произнести звук: С – С- С
- Вот какая хорошая песенка получилась, как будто вода из крана льётся. - подумал гном и опять запел: «с-с-с».

## «Чищу зубки»

Улыбнуться, приоткрыть рот. Почистить языком нижние, затем верхние зубки



- Почистил зубки. Зубки нужно чистить дважды: каждое утро и вечер каждый.

Чистить зубки нужно дважды  
Каждое утро и вечер каждый.

Упражнение на дыхание.  
(вдох носом, выдох через  
ротик)



● Задул на ночь свечку

## «Лопатка»

Рот открыт, расслабленный, широкий язычок лежит на нижней губе. Сильно высовывать язык не нужно.

На губу кладем самый кончик. Если язычок «не хочет» расслабляться и лежать спокойно, можно пошлепать его верхней губой, произнося «пя-пя-пя».

Или слегка похлопать чайной ложечкой (палочкой от мороженого) – язычок расслабится.

## ● И лёг спать.

Широкий, как лопатка, лежит наш язычок.

Он дремлет сладко-сладко, улегся – и молчок.

