

# Артикуляционная гимнастика

(комплекс для постановки свистящих звуков)

## 1. «Покусываем язык»

**Описание.** Улыбнуться, приоткрыть рот и покусывать язык. Варианты: 1. Покусывать кончик языка. 2. Покусывать середину языка. 3. Покусывать язык, постепенно вперед-назад. Во время выполнения упражнения произносить: «та-та-та». Произношение слогов помогают ребенку в выполнении упражнения.

**Обратите внимание!** 1. Не подворачивать нижнюю губу внутрь, на нижние зубы. 2. Язык широкий, губы в улыбке.

## 2. «Кусаем боковые края языка»

**Описание.** Улыбнуться, спеть: «и-и-и» (язык расширится) и, не меняя положения языка, покусывать его края боковыми зубами 10—15 раз.

**Обратите внимание!** Выполнение упражнения осложняется тем, что рот почти закрыт и ребенок не может контролировать себя. Если возникают трудности в выполнении упражнения, то необходимо показать ребенку, какую часть языка нужно покусывать. Попросите ребенка высунуть язык и проведите соской по краям языка, от корня к кончику. Можно предложить ребенку покусать соску боковыми зубами с одной и с другой стороны, что поможет понять, какими зубами нужно покусывать края языка.

## 3. «Чистим зубы снаружи»

**Описание.** Улыбнуться, показать зубы, широким языком медленно провести с наружной стороны зубов, имитируя чистящее движение. Так же «чистим» наружную сторону нижних зубов.

**Обратите внимание!** 1. Язык движется из стороны в сторону, стараясь «почистить» весь верхний, а затем нижний ряд зубов. 2. Губы неподвижны.

## 4. «Загоним мяч в ворота»

**Описание.** Вытянуть губы вперед «трубочкой» и длительно подуть на шарик (лежит перед ребенком на столе), загоняя мяч между двумя кубиками.

**Обратите внимание!** 1. Следите за тем, чтобы не надувались щеки. Для того этого их можно слегка придерживать пальцами. 2. Загонять шарик нужно на одном выдохе, не допуская, чтобы воздушная струя была прерывистой.

## 5. «Лопаточка»

**Описание.** Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий передний край языка на нижнюю губу. Удерживать его в таком положении под счет от 1 до 5-10.

**Обратите внимание!** 1. Губы растянуты в улыбке. 2. Не подворачивать нижнюю губу внутрь. 3. Не высовывать язык далеко—он только накрывает нижнюю губу. 4. Боковые края языка должны касаться уголков рта.

## 6. «Дуем на лопаточку»

**Описание.** Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий передний край языка на нижнюю губу и подуть по середине языка.

**Обратите внимание!** 1. Губы растянуты в улыбке. 2. Не подворачивать нижнюю губу внутрь. 3. Боковые края языка должны касаться уголков рта. 4. Не сжимать язык зубами. 5. Выдох спокойный.

## 7. «Горка»

**Описание.** Улыбнуться, приоткрыть рот, кончик языка поставить за нижние зубы, широкий язык установить «горкой». Удерживать в таком положении под счет от 1 до 5-10.

**Обратите внимание!** Если ребенок затрудняется выполнить данное упражнение, предложите ему пропеть звук «и»: «и-и-и» --и язык примет нужное для «горки» положение.

## 8. «Ветерок дует с горки»

**Описание.** Улыбнуться, приоткрыть рот. Установить язык «горкой», а затем спокойно и плавно подуть по середине языка. Воздух должен быть холодным.

**Обратите внимание!** 1. Для контроля воздушной струи можно дуть на пальчик, в бутылочку. 2. Если, не меняя положения языка, приоткрыть рот, оставить между зубами небольшую щелку и подуть, то у ребенка может получиться звук «с»: «с-с-с».

## 9. «Мостик построим—мостик разрушим»

**Описание.** Улыбнуться, установить кончик языка за нижние зубы, напрячь язык, чтобы он принял положение мостика или горки («Мостик построим»), затем расслабить его («Мостик разрушим»). Удерживать язык в расслабленном и напряженном состоянии по 3-5 секунд.

**Обратите внимание!** 1. Губы растянуть в улыбке. 2. Кончик языка постоянно находится за нижними зубами и не отодвигается назад при расслаблении языка. 3. Язык не выкатывать вперед, как в упражнении «Катушка».

## 10. «Чистим нижние зубы» (с внутренней стороны)

**Описание.** Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот и кончиком языка «почистить» нижние зубы с внутренней стороны.

**Обратите внимание!** 1. Двигая кончиком языка из стороны в сторону, нужно следить, чтобы он находился у десен. 2. Губы неподвижны, растянуты в улыбке.

## 11. «Катушка»

**Описание.** Улыбнуться, открыть рот. Кончик языка упирается за нижние зубы. Широкий язык «выкатывать» вперед и убирать в глубь рта. Упражнение повторять 8-10 раз в спокойном темпе.

**Обратите внимание!** Кончик языка постоянно остается у нижних зубов.

## 12. «Жуем блинчик»

**Описание.** Улыбнуться, приоткрыть рот, кончик языка поставить за нижние зубы, широкий язык установить «горкой», потом выдвинуть его чуть вперед и покусывать свернутый язык 10-15 раз.

**Обратить внимание!** Кончик языка постоянно находится за нижними зубами.

## Артикуляционная гимнастика

(комплекс для постановки шипящих звуков)

### 1. «Чашечка»

**Цель.** Научиться удерживать язык в форме чашечки наверху, у верхних зубов. Укреплять мускулатуру языка.

**Описание.** Улыбнуться, открыть рот и установить язык наверху в форме чашечки (боковые края и кончик языка подняты, средняя часть спинки языка опущена, прогибается книзу). Удерживать его в таком положении под счет от 1 до 5-10.

**Обратите внимание!** 1. Следить, чтобы губы не натягивались на зубы, нижняя челюсть неподвижна. 2. При выполнении упражнения края языка находятся у верхних зубов.

### 2. «Вкусное варенье»

**Цель.** Отрабатывать движение широкой передней части языка в форме чашечки вверх. Укреплять мышцы языка.

**Описание.** Улыбнуться, открыть рот и языком в форме чашечки облизывать губу, делая движения сверху вниз. Можно продолжить движение и убрать язык в рот, не разрушая чашечки».

**Обратите внимание!** 1. Нужно следить, чтобы работал только язык, а нижняя челюсть не «подсаживала» язык вверх—она должна быть неподвижной (можно придержать ее пальцем).

### 3. «Ступеньки»

**Цель.** Научиться удерживать язык в форме чашечки, развивать его подвижность. Укреплять мускулатуру языка. Выбатывать умение менять положение языка, не разрушая «чашечку».

**Описание.** Улыбнуться, открыть рот, установить язык в форме чашечки на верхней губе, затем перевести «чашечку» на верхние зубы, а затем за верхние зубы. Удерживать в каждом положении 3-5 секунд.

**Обратите внимание!** 1. Следить, чтобы работал только язык, нижняя челюсть неподвижна. 2. Сохраняем «чашечку», плавно переводя язык из одной позиции в другую.

### 4. «Фокус» («Дуем с чашечки»)

**Цель.** Научиться воздушную струю по середине языка и вверх, удерживая язык в форме чашечки на верхней губе.

**Описание.** Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий передний край языка на верхнюю губу так, чтобы его края были прижаты, а по середине был небольшой желобок. Затем плавно подуть вверх, на нос.

**Обратите внимание!** 1. Нижние зубы не «подсаживают» язык вверх. 2. Не сжимать язык зубами. 3. Выдох плавный, длительный.

### 5. «Не разбей чашку»

**Цель.** Производить движения языком в форме чашечки, не разрушая ее. Развивать мускулатуру и подвижность языка.

**Описание.** Придать языку форму чашечки и двигать его: выдвигать его и убирать обратно в рот. Удерживать язык снаружи и внутри по 3-5 секунд, не разрушая «чашечки».

**Обратите внимание!** 1. Двигается только язык, губы остаются неподвижными.

### 6. «Чистим верхние зубы»

**Цель.** Развивать подвижность языка, укреплять кончик языка. Отрабатывать подъем языка.

**Описание.** Улыбнуться, открыть рот широким языком «почистить» верхние зубы с внутренней стороны, делая движения из стороны в сторону.

**Обратите внимание!** 1. Губы растянуты в улыбке (видны верхние и нижние зубы). 2. Следить за тем, чтобы кончик языка не загибался внутрь, а двигался у корней зубов.