

**Общая артикуляционная гимнастика (для всех групп звуков):**

**I. Для щёк:**

«Толстушечки – худышечки».



**Цель.** Укреплять мускулатуру щёк.

**Описание.** Ребёнок поочерёдно надувает и втягивает щёки в спокойном темпе, удерживая их в каждом положении 3-5 секунд.

**Обратите внимание!** Губы сомкнуты.

**II. Для губ:**

«Улыбочка – хоботочек».



**Цель.** Укреплять мышцы губ и тренировать их подвижность путём переключения позиций губ.

**Описание.** Улыбнуться без напряжения так, чтобы были видны передние верхние и нижние зубы, затем вытянуть сомкнутые губы вперёд «трубочкой». Игру можно проводить, озвучивая движения губ («и-у») и молча.

**Обратите внимание!** Переход от одной позиции к другой осуществляется плавно.

**III. Для языка:**

1. «Лопаточка».



**Цель.** Вырабатывать умение удерживать язык в свободном, расслабленном положении, лежащим на нижней губе.

**Описание.** Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий язык на нижнюю губу. Удерживать его в таком положении под счёт от 1 до 5.

**Обратите внимание!** 1. Не высовывать язык далеко – он только накрывает нижнюю губу. 2. Боковые края языка должны касаться уголков рта.

2. «Иголочка».



**Цель.** Научиться делать язык узким и удерживать его в таком положении.

**Описание.** Открыть рот, язык высунуть как можно дальше, напрячь его, сделать узким и удерживать в таком положении под счёт от 1 до 5.

**Обратите внимание!** Язык не лежит на губе, а выдвигается вперёд.

3. «Часики».



**Цель.** Укреплять мышцы языка, отрабатывать его подвижность.

**Описание.** Улыбнуться, приоткрыть рот, высунуть язык как можно дальше и производить им плавные движения от одного уголка рта к другому.

**Обратите внимание!** 1. Двигается только язык, нижняя челюсть неподвижна. 2. Язык не облизывает нижнюю губу, а передвигается, не задевая её, от одного уголка рта к другому.

4. «Лошадка».



**Цель.** Отработать подъём языка, подготавливать его к выработке вибрации, растягивать подъязычную связку (уздечку).

**Описание.** Улыбнуться, открыть рот и пощёлкать кончиком языка.

**Обратите внимание!** Упражнение выполняется сначала в медленном темпе, а затем темп убыстряется.

5. «Чистим верхние и нижние зубки».



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

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

**Обратите внимание!** 1. Улыбнуться так, чтобы были видны верхние и нижние зубы. 2. Следить за тем, чтобы кончик языка не загибался внутрь, а двигался у корней зубов. 3. Нижняя челюсть неподвижна, работает только язык.

6. «Качели».



**Цель.** Вырабатывать умение быстро менять положение языка, развивать его гибкость, подвижность. Развивать гибкость и подвижность кончика языка.

**Описание.** Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот, положить широкий язык за нижние зубы (с внутренней стороны), удерживать в таком положении 3-5 секунд. Потом поднять широкий язык за верхние зубы (с внутренней стороны) и удерживать 3-5 секунд. Так, поочерёдно, менять положение языка 4-6 раз.

**Обратите внимание!** Следите, чтобы работал только язык, а нижняя челюсть и губы оставались неподвижными.

## Артикуляционная гимнастика для свистящих звуков [с], [з], [ц]:

### 1. «Киска сердится или горка».



**Цель.** Укреплять кончик языка.

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

**Обратите внимание!** Если ребёнок затрудняется выполнить это упражнение, предложите ему пропеть звук «и-и-и» - и язык примет нужное положение.

### 2. «Погладим сердитую киску».



**Цель.** Научить ребёнка распластывать язык в положении, нужном для свистящих звуков.

**Описание.** Улыбнуться, приоткрыть рот, поставить кончик языка за нижние зубы (как в упражнении «Горка»), потом выдвинуть его чуть вперёд и покусывать свёрнутый язык 10-15 раз.

**Обратите внимание!** Кончик языка во время упражнения находится за нижними зубами.

### 3. «Катушка».



**Цель.** Развивать подвижность языка и укреплять его мускулатуру.

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

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

### 4. «Мостик построим – мостик разрушим».



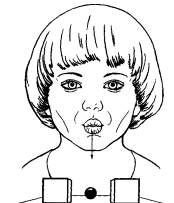
**Цель.** Научиться попеременно напрягать и расслаблять мышцы языка.

**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 напряжённом состоянии по 3-5 секунд.

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

## Упражнения артикуляционной гимнастики с тренировкой выдоха:

### 1. «Загони мяч в ворота».



**Цель.** Научиться выпускать длительную направленную воздушную струю.

**Описание.** Вытянуть губы вперёд «трубочкой» и длительно подуть на шарик (лежит на столе перед ребёнком), загоняя его между двумя кубиками.

Варианты зависят от вашей фантазии. Можно предложить ребёнку подуть на вертушку, мелкие игрушки, которые легко катятся по столу, вагку (сдуть с ладошки). Направленная воздушная струя хорошо вырабатывается, если предложить ребёнку подуть в небольшую чистую бутылочку (из-под капель). При точном попадании воздушной струи в бутылочку раздаётся своеобразный гудящий или свистящий звук («гудит паровоз»). Это очень нравится детям.

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

### 2. «Ветерок дует с горки».



**Цель.** Научиться удерживать язык в положении, необходимом для произношения свистящих.

Укреплять мышцы языка. Научиться дуть по середине языка плавно и длительно.

**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 щёлку и подуть, то у ребёнка может получиться звук «с»: с-с-с.

## Артикуляционная гимнастика для звуков [л], [л']:

### 1. «Маляр».



**Цель.** Укреплять мышцы языка и развивать его подвижность.

**Описание.** Улыбнуться, открыть рот и «покрасить» кончиком языка твёрдое нёбо, делая движения языком вперёд – назад.

**Обратите внимание!** Следить, чтобы кончик языка доходил до внутренней поверхности верхних зубов, но не высовывался изо рта.

### 2. «Парус».



**Цель.** Удерживать язык за верхними зубами.

**Описание.** Улыбнуться, широко открыть рот, поставить язык за верхние зубы так, чтобы кончик языка крепко упирался в зубы. Удерживать 5-10 секунд.

**Обратите внимание!** Края языка могут не прилегать к верхним боковым зубам.

### 3. «Змейка»



**Цель.** Развивать подвижность языка, попеременно выдвигая и убирая узкий язык.

**Описание.** Открыть рот и производить узким языком движения вперёд – назад («жало змейки»).

**Обратите внимание!** Язык не касается нижней губы, а выдвигается вперёд.

### 4. «Индюк».



**Цель.** Отрабатывать подъём языка и подвижность кончика языка.

**Описание.** Приоткрыть рот, положить язык на верхнюю губу и производить движения кончиком языка по верхней губе вперёд и назад, стараясь не отрывать язык от губы, как бы поглаживая её. Темп движений постепенно убыстрять, затем включить голос, пока не послышится «бл- бл» (так «болбочет» индюк).

**Обратите внимание!** Кончик языка загибается кверху.

### 5. «Беззвучно пощёлкать кончиком языка».



**Цель.** Вырабатывать движения языка вверх и помочь ребенку определить место языка при произнесении звука [л].

**Описание.** Улыбнуться, приоткрыть рот, пощёлкать кончиком языка за верхними зубками.

**Обратите внимание!** 1. Следить, чтобы нижняя челюсть и губы были неподвижны: упражнение выполняет только язык.

2. Кончик языка не должен загибаться внутрь. 3. Кончик языка упирается в нёбо за верхними зубами, а не высовывается изо рта.

### Упражнения с тренировкой выдоха: «Пароход».



**Описание.** Слегка улыбнуться, высунуть язык, зажать его зубами и петь звук «ы»: «ы-ы-ы» («пароход гудит»).

**Обратите внимание!** 1. Тёплый воздух выходит по бокам. 2. Если при пропевании звука «ы» получается мягкий звук «ль», поросите ребёнка ещё больше высунуть язык и зажать зубами не кончик, а среднюю часть языка.

## Артикуляционная гимнастика для звуков [р], [р']:

### 1. «Маляр».



**Цель.** Укреплять мышцы языка и развивать его подвижность.

**Описание.** Улыбнуться, открыть рот и «покрасить» кончиком языка твёрдое нёбо, делая движения языком вперёд – назад.

**Обратите внимание!** Следить, чтобы кончик языка доходил до внутренней поверхности верхних зубов, но не высовывался изо рта.

### 2. «Грибок».



**Цель.** Укреплять мышцы языка, растягивать подъязычную связку.

**Описание.** Улыбнуться, широко открыть рот, присосать язык к нёбу, чтобы подъязычная связка была натянута («ножка гриба»).

**Обратите внимание!** Если ребёнок затрудняется выполнить это упражнение, то необходимо вернуться к упражнению «Лошадка».

### 3. «Гармошка».



**Цель.** Укреплять мышцы языка, растягивать подъязычную связку (уздечку).

**Описание.** Улыбнуться, приоткрыть рот, присосать язык к нёбу, открывать и закрывать рот (как растягиваются меха гармошки). При этом растягивается подъязычная связка. Постепенно надо раскрывать рот всё шире и дольше удерживать язык в верхнем положении.

**Обратите внимание!** 1. Если ребёнок не может присосать язык к нёбу, то нужно вернуться к упражнению «Лошадка», выполнять его в медленном темпе, дольше задерживая язык наверху.

### 4. «Заведи мотор».



**Цель.** Укреплять мышцы языка, растягивать подъязычную связку (уздечку).

**Описание.** Улыбнуться, широко открыть рот, поднять язык вверх, с силой ударить кончиком языка по бугоркам за верхними зубами (альвеолами) и произносить: «дын-дын-дын...» (сначала медленно, потом всё быстрее и быстрее). Повторять в течение 5-10 секунд.

**Обратите внимание!** Следить, чтобы кончик языка доходил до внутренней поверхности верхних зубов, но не высовывался изо рта.

## Упражнения артикуляционной гимнастики с тренировкой выдоха:

### 1. «Дятел».



**Цель.** Отрабатывать подвижность языка и подготавливать его к вибрации, необходимой для звука [р].

**Описание.** Улыбнуться, открыть рот и постучать кончиком языка за верхними зубами, звонко, отчётливо и многократно повторяя: «д-д-д».

**Обратите внимание!** Рот открыт, губы растянуты в улыбке, нижняя челюсть неподвижна, работает только язык.

### 2. «Кучер».



**Цель.** Отрабатывать вибрацию губ и языка, подготавливать артикуляционные органы к произношению «р». Развивать силу выдоха.

**Описание.** Сомкнуть губы и достаточно сильно подуть через них. Губы вибрируют и слышен характерный звук: «тпру-у-у».

Вариант: положить между губ широкий край языка и подуть. Край языка будет вибрировать вместе с губами («едем на мотоцикле»).

**Обратите внимание!** Если ребёнок затрудняется выполнить это упражнение, то попросите его крепче сомкнуть губы и подуть сильнее.

**Артикуляционная гимнастика для шипящих звуков [ш], [ж], [щ], [ч]:**

**1. «Чашечка».**



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

**Описание.** Улыбнуться, открыть рот и установить язык наверху в форме чашечки.

**Обратите внимание!** При выполнении упражнения края языка находятся у верхних зубов.

**2. «Не разбей чашечку».**



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

**Описание.** Придать языку форму чашечки и двигать его: выдвигать вперёд 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. 2. Можно начинать упражнение с более удобного для ребёнка положения на выбор: «чашечка» снаружи — «чашечка» внутри.

**3. «Вкусное варенье».**



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

**Описание.** Улыбнуться, открыть рот и языком в форме чашечки облизнуть губу, делая движения сверху вниз.

**Обратите внимание!** Нужно следить, чтобы работал только язык, а нижняя челюсть должна быть неподвижной.

**4. «Ступеньки» (чередование «Чашечка» на верхней губе – «Чашечка» на верхних зубах – «Чашечка» вверху за зубами)**



**Цель.** 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 двигался только язык, нижняя челюсть неподвижна. 2. Сохраняем «чашечку», плавно переводя язык из одной позиции в другую.

**5. «Чистим верхние зубки».**



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

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

**Обратите внимание!** 1. Улыбнуться так, чтобы были видны верхние и нижние зубы. 2. Следить за тем, чтобы кончик языка не загибался внутрь, а двигался у корней зубов. 3. Нижняя челюсть неподвижна, работает только язык.

**Упражнения с тренировкой выдоха:**

**«Фокус».**



**Цель.** Направлять 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 боковые края его были прижаты, а посередине 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.

Данное упражнение тренирует выдох, необходимый для произношения шипящих звуков.