

# **КАРТОТЕКА**

## **Комплексов артикуляционных упражнений**



## Артикуляционная гимнастика для свистящих звуков (С, Сь, З, Зь, Ц)

**1. «Улыбка – Трубочка»** (развитие подвижности губ, формирование уклада губ, необходимого для многих звуков русской речи).

**Описание:** Поставить верхние зубы на нижние, растянуть губы в улыбке, показав все зубы, удерживать улыбку 3 – 5 секунд, вытянуть губы вперед трубочкой, удерживать губы в таком положении 3 – 5 секунд. Выполнять переключения с одной позиции на другую 5 – 7 раз. **Внимание:** Следить, чтобы в процессе переключения зубы не размыкались и не сдвигались.

*Тянем губы мы к ушам,  
Улыбнемся малышам.  
А потом тяни вперед,  
Как у слоненка хоботок.*

**2. «Лопаточка»** (расслабление мышц языка, удерживание языка широким, распластанным) **Описание:** Рот открыт, язык спокойно положить на нижнюю губу, удерживать его широким на нижней губе 3-7 сек. **Внимание:** нижнюю губу не следует подворачивать и натягивать на нижние зубы. Язык должен быть широким, края его касаются уголков рта. Губы не растягивать в улыбку слишком широко, чтобы не было избыточного напряжения.

*Язычок наш как лопатка -  
Очень ровный, очень гладкий.  
А такой лопаткой  
И копать приятно.*

**3. «Наказать непослушный язычок»** (расслабление мышц языка). **Описание:** Упр. «Лопаточка», пошлепать по языку верхней губой со словами «пя-пя-пя». Удерживать широкий язык в спокойном положении при открытом рте под счет от 1 до 10. **Внимание:** Похлопывать язык губами надо несколько раз на одном выдохе. Выдыхаемый воздух не задерживать.

*Провинился язычок,  
Ничего сказать не смог.  
Мы его похлопаем,  
Губками пошлепаем.*

**Артикуляционная гимнастика для свистящих звуков (С, Сь, З, Зь, Ц)**

**4. «Забить гол»** (выработка плавной длительной струи воздуха, идущей посередине языка). **Описание:** Улыбнуться, положить широкий передний край языка на нижнюю губу, прикрыть верхней губой, оставив небольшую щелочку и, как бы произнося длительно звук Ф, сдуть ватный шарик на противоположный край стола. **Внимание:** Нижняя губа не должна натягиваться на нижние зубы. Нельзя надуть щеки. Следит, чтобы ребенок произносил Ф, а не Х, т.е. чтобы воздушная струя была узкая, а не рассеянная.

*Я послушный язычок  
Превращаю в желобок.  
Щек своих не надуваю,  
Мяч в ворота загоняю.*

**5. «Чистим зубки»** (научиться удерживать кончик языка за нижними зубами).

**Описание:** Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот, и кончиком языка «почистить» нижние зубы, делая языком движения из стороны в сторону.

**Внимание:** губы неподвижны, в положении улыбки. Следить, чтобы кончик языка находился у десен, а не скользил по верхнему краю зубов.

*Чищу зубы чисто, чисто  
И снаружи, и внутри;  
Я хочу, чтобы всегда  
Были белые они.*

**6. «Горка»** (научиться удерживать язык в положении необходимом для правильного произнесении свистящих звуков, развитие силы мышц кончика языка). **Описание:** улыбнуться, приоткрыть рот, кончик языка упирается под нижние зубы, широкий язык приподнять «горкой». Удерживать язык 5-10 секунд.

**Внимание:** следите, чтобы кончик языка не высовывался из-за зубов, язык должен быть широким. Если сразу не получается, попросите произнести звук И с открытым ртом – язык примет правильное положение.

**Артикуляционная гимнастика для шипящих звуков (Ш, Щ, Ж, Ч)****1. «Улыбка – Трубочка»** (развитие подвижности губ).

**Описание:** Поставить верхние зубы на нижние, растянуть губы в улыбке, показав все зубы, удерживать улыбку 3 – 5 секунд, вытянуть губы вперед трубочкой, удерживать губы в таком положении 3 – 5 секунд. Выполнять переключения с одной позиции на другую 5 – 7 раз. **Внимание:** Следить, чтобы в процессе переключения зубы не размыкались и не сдвигались.

*Тянем губы мы к ушам,  
Улыбнемся малышам.  
А потом тяни вперед,  
Как у слоненка хоботок.*

**2. «Футбол»** (развитие направленной воздушной струи).

**Описание:** Вытянуть губы вперед трубочкой и длительно дуть на ватный шарик, лежащий на столе перед ребенком, загоняя его в «ворота». **Внимание:** Следить, чтобы не надувались щеки, для этого можно их слегка придерживать пальцами. Загонять шарик на одном выдохе, не допуская, чтобы струя воздуха была прерывистой.

*Щеки я не надуваю,  
Мяч в ворота загоняю.*

**3. «Чистим зубки 2»** (для подъёма языка вверх, развитие подвижности языка). **Описание:** Открыть рот и кончиком языка «почистить» верхние зубы с внутренней стороны, делая движения языком из стороны в сторону. **Внимание:** Губы улыбаются, верхние и нижние зубы видны. Следить, чтобы кончик языка не высовывался, не загибался внутрь, а находился у корней верхних зубов. Нижняя челюсть неподвижна, работает только язык.

*Рот окрою я немножко,  
Губы сделаю «окошком».  
Зубы верхние - смотри:  
Чищу «чашкой» изнутри.*

## Артикуляционная гимнастика для шипящих звуков (Ш, Щ, Ж, Ч)

**4. «Ириска»** (для укрепления мышц языка и отработки верхнего подъема языка). **Описание:** Положить широкий кончик языка на нижнюю губу. На самый край языка положить тоненький кусочек ириски, приклеить кусочек конфетки к небу за верхними зубами.

**Внимание:** Следить, чтобы нижняя челюсть была неподвижна. Рот открывать на 1,5-2 см. Для неподвижности челюсти можно использовать стёрку, вставленную между коренными зубами.

Выполнять медленно. *Ах, как это вкусно,*

*Ах, как это сладко.*

*Что это? Ириска?*

*Или шоколадка?*

**5. «Грибок»** (вырабатывать верхний подъём языка, растягивание подъязычной связки). **Описание:** Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот, и прижав широкий язык всей плоскостью к нёбу, широко открыть рот. Тогда язык будет напоминать тонкую шляпку гриба, а растянутая подъязычная связка – его ножку.

**Внимание:** Следить, чтобы губы улыбались. Боковые края языка должны быть прижаты одинаково плотно – ни одна половина не должна опускаться. При повторении упражнения надо шире открывать рот. *Вырос гриб большой в лесу,*

*В садик гриб я принесу.*

*Раз, два, три, четыре, пять -*

*Гриб мне надо удержать.*

**6. «Вкусное варенье»** (вырабатывать движение широкой передней части языка вверх и положение языка, для звука Ш).

**Описание:** Слегка приоткрыть рот и широким передним краем языка облизать верхнюю губу, делая движение языком сверху вниз, но не из стороны в сторону. **Внимание:** нижняя челюсть должна быть неподвижна, можно придерживать ее пальцем. Язык должен быть широким, боковые края языка касаются углов рта. Если упражнение не получается, нужно вернуться к упражнению «Наказать непослушный язычок», и распластанный язык можно шпателем приподнять на верхнюю губу.

**Артикуляционная гимнастика для шипящих звуков (Ш, Щ, Ж, Ч)**

**6. «Вкусное варенье»** (вырабатывать движение широкой передней части языка вверх и положение языка, для звука Ш).

*Мы сегодня ели  
Вкусное варенье,  
А теперь по кругу  
Мы оближем губы.*

**7. «Чашечка»** (вырабатывать правильную форму языка для произношения звуков Ш, Ж). **Описание:** Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий край языка на нижнюю губу (при необходимости, распластать язык, пошлепав по нему верхней губой со звуком «пя-пя-пя»), приподнять все края языка вверх. Удерживать 5-10 секунд. **Внимание:** Следить, чтобы язык был широким, без выраженного кончика языка, все края языка равномерно подняты.

*Мы чаек горячий  
Будем пить на даче.  
Чашечку мы держим  
Крепче, крепче, крепче.*

**8. «Лошадка»** (укрепление мышц языка, выработка подъема языка вверх). **Описание:** Улыбнуться, открыть рот, пощелкать кончиком языка (как лошадка цокает копытами). **Внимание:** Упражнение выполняется медленно. Нижняя челюсть должна быть неподвижна, работает только язык. Следить, чтобы кончик языка не подворачивался назад и вверх.

*Скачем, скачем на лошадке.  
Очень цокать нам приятно.  
Ритм копыта отбивают,  
Язычок им помогает.*

**Артикуляционная гимнастика для сонорных звуков (Р, Рь, Л, Ль)****1. «Улыбка – Трубочка»** (развитие подвижности губ).

**Описание:** Поставить верхние зубы на нижние, растянуть губы в улыбке, показав все зубы, удерживать улыбку 3 – 5 секунд, вытянуть губы вперед трубочкой, удерживать губы в таком положении 3 – 5 секунд. Выполнять переключения с одной позиции на другую 5 – 7 раз. **Внимание:** Следить, чтобы в процессе переключения зубы не размыкались и не сдвигались.

*Тянем губы мы к ушам,  
Улыбнемся малышам.  
А потом тяни вперед,  
Как у слоненка хоботок.*

**2. «Футбол»** (развитие направленной воздушной струи).

**Описание:** Вытянуть губы вперед трубочкой и длительно дуть на ватный шарик, лежащий на столе перед ребенком, загоняя его в «ворота». **Внимание:** Следить, чтобы не надувались щеки, для этого можно их слегка придерживать пальцами. Загонять шарик на одном выдохе, не допуская, чтобы струя воздуха была прерывистой.

*Щеки я не надуваю,  
Мяч в ворота загоняю.*

**3. «Грибок»** (вырабатывать верхний подъём языка, растягивание подъязычной связки). **Описание:** Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот, и прижав широкий язык всей плоскостью к нёбу, широко открыть рот. Тогда язык будет напоминать тонкую шляпку гриба, а растянутая подъязычная связка – его ножку.

**Внимание:** Следить, чтобы губы улыбались. Боковые края языка должны быть прижаты одинаково плотно – ни одна половина не должна опускаться. При повторении упражнения надо шире открывать рот.

*Вырос гриб большой в лесу,  
В садик гриб я принесу.  
Раз, два, три, четыре, пять -  
Гриб мне надо удержать.*

**Артикуляционная гимнастика для сонорных звуков (Р, Рь, Л, Ль)**

**4. «Гармошка»** (укрепление мышц языка, растягивание подъязычной связки). **Описание:** Улыбнуться, приоткрыть рот, приклеить язык к небу и, не отпуская языка, закрывать и открывать рот (как растягиваются меха гармошки, так растягивается подъязычная уздечка). При повторении упражнения надо стараться открывать рот всё шире и всё дольше удерживать язык в верхнем положении. **Внимание:** Следить, чтобы при открывании рта губы были неподвижны. Следить, чтобы при открывании рта не повисала одна из сторон языка.

*На гармошке мы играем.*

*Рот пошире открываем,*

*Челюсть вверх, челюсть вниз,*

*Ты, смотри, не ошибись.*

**5. «Качели»** (отработка умения быстро менять положение языка, необходимое при соединении согласных с гласными).

**Описание:** Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот, положить широкий язык за нижние зубы (с внутренней стороны) и удерживать в таком положении под счет от 1 до 5. Потом поднять широкий язык за верхние зубы (тоже с внутренней стороны) и удерживать под счет от 1 до 5. Так, поочередно менять положение языка 4 – 6 раз.

**Внимание:** Следить, чтобы работал только язык, а нижняя челюсть и губы оставались неподвижными.

*Эх, раз! Еще раз!*

*Мы качаемся сейчас.*

*Вверх, вниз мы летим,*

*Тормозить мы не хотим.*

**6. «Чистим зубки 2»** (для подъёма языка вверх, развитие подвижности языка) **Описание:** Открыть рот и кончиком языка «почистить» верхние зубы с внутренней стороны, делая движения языком из стороны в сторону. **Внимание:** Губы улыбаются, верхние и нижние зубы видны. Следить, чтобы кончик языка не высовывался, не загибался внутрь, а находился у корней верхних зубов. Нижняя челюсть неподвижна, работает только язык.



**Артикуляционная гимнастика для сонорных звуков (Р, Рь, Л, Ль)**

**6. «Чистим зубки 2»** (для подъёма языка вверх, развитие подвижности)

*Рот окрою я немножко,  
Губы сделаю «окошком».  
Зубы верхние - смотри:  
Чищу «чашкой» изнутри.*

**7. «Индюк»** (отработка подъёма языка вверх, развитие подвижности передней части языка). **Описание:** Приоткрыть рот, положить язык на верхнюю губу и производить движения широким передним краем языка по верхней губе вперед назад, стараясь не отрывать язык от губы – как бы поглаживая её. Сначала делать медленные движения, потом ускорить темп и добавить голос, пока не послышится «бл-бл» (как индюк). **Внимание:** Следить, чтобы язык был широким и не сужался. Движения языком должны быть вперед-назад, а не из стороны в сторону. Язык должен облизывать верхнюю губу, а не выбрасываться вперед.

*Широко открыт мой рот,  
Язычок – назад-вперед.  
Лижет «чашечкой» губу  
И болтает на бегу.*

**8. «Лошадка»** (укрепление мышц языка, выработка подъема языка вверх). **Описание:** Улыбнуться, открыть рот, пощелкать кончиком языка (как лошадка цокает копытами). **Внимание:** Упражнение выполняется медленно. Нижняя челюсть должна быть неподвижна, работает только язык. Следить, чтобы кончик языка не подворачивался назад и вверх.

*Скачем, скачем на лошадке.  
Очень цокать нам приятно.  
Ритм копыта отбивают,  
Язычок им помогает.*

**Артикуляционная гимнастика для сонорных звуков (Р, Рь, Л, Ль)**

**10. «Маляр»** (отрабатывать движения языка вверх и его подвижность). **Описание:** Улыбнуться, открыть рот и погладить кончиком языка твердое нёбо, делая движения языком вперед-назад. **Внимание:** Губы и нижняя челюсть должны быть неподвижны. Следить, чтобы кончик языка доходил до внутренней поверхности верхних зубов, когда он продвигается вперед, но не высовывался изо рта.

*Язык – как кисточка моя,  
И ею нёбо крашу я.*

**11. «Барабан»** (отрабатывать подвижность языка в верхнем положении). **Описание:** Улыбнуться, приоткрыть рот (достаточно широко), поставить язычок за верхние зубы, стучать языком по небу за верхними зубами со звуком «Д-Д-Д». Стучать язычком 7 – 15 секунд (на весь выдох). **Внимание:** Произносить «д-д-д» часто («как пулемет»), с усилием, напрягая мышцы не только языка, но и шеи, плеч.

*В барабан мы бьем  
Нашим язычком.  
Громкий, громкий звук  
Слышен звонкий стук.*

**12. «Комар»** **Описание:** Улыбнуться, приоткрыть рот, поставить язычок за верхние зубы и сказать звук ЗЗЗ (получится звук, средний между З и Ж).

*Комарики песенку звонкую пели.  
Но всем почему-то они надоели.  
Ну, дайте ещё позвенеть, хоть немножко.  
Не надо так громко хлопать в ладошки!*

**Артикуляционная гимнастика для заднеязычных звуков (К, Г, Х)**

**1. «Массаж»** Цель: Добиваться расслабления мышц языка, усиления кровоснабжения мышц языка, улучшения иннервации (нервной проводимости).

Улыбнуться, приоткрыть рот и покусывать язык. Покусывать язык, продвигая его постепенно вперёд-назад. Язык широкий, губы растянуты в улыбке.

**2. «Накажем непослушный язычок»** Цель: Расслаблять мышцы языка путём самомассажа (пошлёпывания губами). Научиться удерживать язык распластанным, широким.

Улыбнуться, приоткрыть рот, спокойно положить язык на нижнюю губу и, пошлёпывая его губами, произносить: «пя-пя-пя».

Произношение слогов («пя-пя-пя») облегчает ребёнку выполнение данного упражнения. Нижнюю губу не следует заворачивать внутрь и натягивать на нижние зубы. Язык должен быть широким, его края касаются уголков рта.

**3. «Язычок-борец»** Цель: укреплять мускулатуру языка.

Взрослый и ребёнок садятся перед зеркалом. Язык ребёнка превращается в борца, который борется с... указательным пальцем взрослого (палец предварительно вымыт и протёрт спиртом). Борьба предстоит веселая, поэтому ребенок непременно улыбается, его рот приоткрыт. Взрослый упирается пальцем в кончик языка малыша. Потом – отодвигает весь язык назад... Малыш (язычок-борец) старается вытолкнуть соперника с «ковра». При этом задняя часть языка приподнимается. Но, увы... Все усилия тщетны. Победил соперник. А взрослый тем временем кладет палец уже на переднюю часть спинки языка и отодвигает его ещё дальше. Язык сопротивляется из последних сил! Нет, все-таки это не поражение. Язык ребёнка занял нужную позицию, корень его приподнялся, а сам малыш ощутил высокий подъем - «мостик» спинки языка. Это уже победа! Подобная борьба ведется до тех пор, пока язык ребёнка не научится самостоятельно делать и удерживать «мостик».

**Артикуляционная гимнастика для заднеязычных звуков (К, Г, Х)**

**4. «Блинчик»** Цель: Выработать умение удерживать язык в свободном, расслабленном положении, лежащим на нижней губе. Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий передний край языка на нижнюю губу. Удерживать его в таком положении под счёт от 1 до 5-10. Губы растянуты в улыбке. Если это упражнение не получается, то надо вернуться к упражнению «Накажем непослушный язычок».

**5. «Мостик»** Цель: Научиться удерживать язык в положении, необходимом для произношения свистящих звуков. Развивать мускулатуру языка, укреплять кончик языка. Улыбнуться, приоткрыть рот, кончик языка поставить за нижние зубы, широкий язык установить «горкой». Удерживать в таком положении под счёт от 3 до 7.

**6. «Мостик построим — мостик разрушим»** Цель: Научиться попеременно напрягать и расслаблять мышцы языка. Улыбнуться, открыть рот, кончик языка упирается в нижние зубы. Выгнуть язык горкой, упираясь кончиком языка в нижние зубы, затем расслабить его. Попеременно выполнять эти движения.

**7. «Катание с горы»**

Цель: Научиться удерживать язык в положении, необходимом для произношения свистящих. Укреплять мышцы языка. Научиться направлять воздушную струю.

Перед тем, как приступить к его освоению, ребёнок должен уже самостоятельно удерживать свой язычок в положении «мостик». На ладошку ребёнка кладётся ватный шарик. Малыш приоткрывает рот, удерживает корень языка в приподнятом положении («мостик»), в это же время кончик языка опущен. Затем толчкообразно («как выстрел») выдыхает воздух, сдувая ватный шарик с ладошки. При выполнении этого упражнения должен получиться звук [К]. Возможно, желанный результат получится после нескольких попыток.

**Упражнения для губ**

1. "Улыбка" - Удерживание губ в улыбке. Зубы не видны.
2. "Трубочка" - Вытягивание губ вперед длинной трубочкой.
3. "Хоботок" - Вытягивание сомкнутых губ вперед.
4. "Бублик", "Рупор" - Зубы сомкнуты. Губы округлены и чуть вытянуты вперед. Верхние и нижние резцы видны.
5. "Трубочка", "Бублик", "Улыбка", "Хоботок" - Чередование положений губ.
6. "Кролик" - Зубы сомкнуты. Верхняя губа приподнята и обнажает верхние резцы.

**Упражнения для развития подвижности губ**

1. Покусывание и почесывание сначала верхней, а потом нижней губы зубами.
2. «Улыбка-трубочка». Вытянуть вперед губы трубочкой, затем растянуть губы в улыбку.
3. «Пятачок». Вытянутые трубочкой губы двигать вправо-влево, вращать по кругу.
4. «Рыбки разговаривают». Хлопать губами друг о друга (произносится глухой звук).
5. Сжать большим пальцами указательными пальцами одной руки верхнюю губу за носогубную складку и двумя пальцами другой руки нижнюю губу и растягивать их вверх-вниз.
6. Щеки сильно втянуть внутрь, а потом резко открыть рот. Необходимо добиться, чтобы при выполнении этого упражнения, раздавался характерный звук «поцелуя».
7. «Уточка». Вытянуть губы, сжать их так, чтобы большие пальцы были под нижней губой, а все остальные на верхней губе, и вытягивать губы вперед как можно сильнее, массируя их и стремясь изобразить клюв утки.
8. «Недовольная лошадка». Поток выдыхаемого воздуха легко и активно посылать к губам, пока они не станут вибрировать. Получается звук, похожий на фыркание лошади.
9. Рот широко открыт, губы втягиваются внутрь рта, плотно прижимаясь к зубам.

**Упражнения для совсем слабых губ**

1. Сильно надуть щеки, изо всех сил удерживая воздух во рту.
2. Удерживать губами карандаш, пластмассовую трубочку.
3. Карандашом нарисовать круг (квадрат).
4. Удерживать губами марлевую салфетку – взрослый пытается ее выдернуть.

**Упражнения для губ и щек**

1. Покусывание, похлопывание и растирание щек.
2. «*Сытый хомячок*». Надуть обе щеки, потом надуть щеки поочередно.
3. «*Голодный хомячок*.» Втянуть щеки.
4. Рот закрыт. Бить кулачком по надутым щекам, в результате чего воздух выходит с силой и шумом.

**Статические упражнения для языка**

1. «Птенчики». Рот широко открыт, язык спокойно лежит в ротовой полости.
2. «Лопаточка». Рот открыт, широкий расслабленный язык лежит на нижней губе.
3. «Чашечка». Рот широко открыт. Передний и боковой края широкого языка подняты, но не касаются зубов.
4. «Иголочка», («Стрелочка», «Жало»). Рот открыт. Узкий напряженный язык выдвинут вперед.
5. «Горка», («Киска сердится»). Рот открыт. Кончик языка упирается в нижние резцы, спинка языка поднята вверх.
6. «Трубочка». Рот открыт. Боковые края языка загнуты вверх.
7. «Грибок». Рот открыт. Язык присосать к нёбу.

**Динамические упражнения для языка**

1. «Часики», («Маятник»). Рот приоткрыт. Губы растянуты в улыбку. Кончиком узкого языка попеременно тянуться под счет педагога к уголкам рта.
2. «Змейка». Рот широко открыт. Узкий язык сильно выдвинуть вперед и убрать в глубь рта.
3. «Качели». Рот открыт. Напряженным языком тянуться к носу и подбородку, либо к верхним и нижним резцам.
4. «Футбол», («Спрячь конфетку»). Рот закрыт. Напряженным языком упереться то в одну, то в другую щеку.
5. «Почистить зубы». Рот закрыт. Круговым движением языка обвести между губами и зубами.
6. «Катушка». Рот открыт. Кончик языка упирается в нижние резцы, боковые края прижаты к верхним коренным зубам. Широкий язык «выкатывается» вперед и убирается в глубь рта.
7. «Лошадка». Присосать язык к нёбу, щелкнуть языком. Цокать медленно и сильно, тянуть подъязычную связку.
8. «Гармошка». Рот раскрыт. Язык присосать к нёбу. Не отрывая язык от нёба, сильно оттягивать вниз нижнюю челюсть.
9. «Маляр». Рот открыт. Широким кончиком языка, как кисточкой, ведем от верхних резцов до мягкого нёба.
10. «Вкусное варенье». Рот открыт. Широким языком облизать верхнюю губу и убрать язык в глубь рта.
11. «Облизжем губки». Рот приоткрыт. Облизать сначала верхнюю, затем нижнюю губу по кругу.



**Упражнения для развития подвижности нижней челюсти**

1. «Трусливый птенчик». Широко открывать и закрывать рот, так чтобы тянулись уголки губ. Челюсть опускается примерно на расстояние ширины двух пальцев. Язычок-«птенчик» сидит в гнездышке и не высовывается. Упражнение выполняется ритмично.
2. «Акулы». На счет «один» челюсть опускается, на «два» - челюсть двигается вправо (рот раскрыт), на счет «три» - челюсть опущена на место, на «четыре» - челюсть двигается влево, на «пять» - челюсть опущена, на «шесть» - челюсть выдвигается вперед, на «семь» - подбородок в обычном удобном положении, губы сомкнуты. Делать упражнение нужно медленно и осторожно, избегая резких движений.
3. Имитация жевания с закрытым и открытым ртом.
4. «Обезьяна». Челюсть опускается вниз с максимальным вытягиванием языка к подбородку.
5. «Сердитый лев». Челюсть опускается вниз с максимальным вытягиванием языка к подбородку и мысленным произнесением звуков а или э на твердой атаке, сложнее – с шепотным произнесением этих звуков.
6. «Силач». Рот открыт. Представить, что на подбородке повешен груз, который надо поднять вверх, поднимая при этом подбородок и напрягая мускулы под ним. Постепенно закрыть рот. Расслабиться.
7. Поставить руки на стол, сложить ладони одна на другую, упереться подбородком в ладони. Открывая рот, давить подбородком на сопротивляющиеся ладони. Расслабиться.
8. Опустить челюсть вниз с преодолением сопротивления (взрослый держит руку под челюстью ребенка).
9. Открывать рот с откидыванием головы назад с преодолением сопротивления руки взрослого, лежащей на затылке ребенка.
10. «Дразнилки». Широко, часто открывать рот и произносить – «па-па».

**Упражнения для развития подвижности нижней челюсти**

11. Беззвучно, протяжно (на одном выдохе) произнесите гласные звуки: аааааааааааа

яяяяяяяяяяяя (расстояние между зубами в два пальца);

оооооооооооооо

ёёёёёёёёёёёёёё (расстояние между зубами в один палец);

иииииииииииии (рот слегка открыт).

12. Произнесите гласные звуки с голосом:

аааааааааааааа

яяяяяяяяяяяяяя

оооооооооооооо

ёёёёёёёёёёёёёё

иииииииииииииии

13. Слитно и протяжно произнесите несколько гласных звуков на одном выдохе:

аааааэээээ

аааааеёеёеё

аааааииииии

иииииаааааа

оооооаяяяяя

аааааииииииооооо

иииииээээээааааа

аааааииииииээээээоооооо и т.д.

Следите за тем, чтобы при произнесении звуков раскрытие рта было достаточно полным.

14. Произнесите пословицы, поговорки, скороговорки, которые насыщены гласными звуками, требующими широкого раскрытия рта.

Мал, да удал.

Два сапога - пара.

Нашла коса на камень.

Знай край, да не падай.

Каков рыбак, такова и рыбка.

Под лежащий камень вода не течет.

У ужа ужата, у ежа ежата.

В процессе выполнения упражнений следите за тем, чтобы нижняя челюсть опускалась свободно вниз, гласные звуки сначала произносите немного подчеркнuto.

**Тренировка мышц глотки и мягкого нёба**

1. Позевывать с открытым и закрытым ртом. Позевывать с широким открыванием рта, шумным втягиванием воздуха.
  2. Произвольно покашливать. Хорошо откашляться с широко открытым ртом, с силой сжимая кулаки.  
Покашливать с высунутым языком.
  3. Имитировать полоскание горла с запрокинутой головой.  
Полоскать горло тяжелой жидкостью (киселем, соком с мякотью, кефиром).
  4. Глотать воду маленькими порциями (20 – 30 глотков).  
Глотать капли воды, сока.
  5. Надувать щеки с зажатым носом.
  6. Медленно произносить звуки "к", "г", т, д.
  7. Подражать
    - стону,
    - мычанию,
    - свисту.
  8. Запрокидывать голову с преодолением сопротивления. Взрослый держит руку на затылке ребенка.
    - Опускать голову с преодолением сопротивления. Взрослый держит руку на лбу ребенка.
    - Запрокидывать и опускать голову при сильном нажатии подбородком на кулаки обеих рук.
  9. Выдвинуть язык к подбородку, втягивать его в рот с преодолением сопротивления. Взрослый пытается удержать язык ребенка вне рта.
  10. Произносить гласные звуки "а", "э", "и", "о", "у" на твердой атаке.
  11. Произносить, удерживая кончик высунутого языка пальцами, "и-а". Звук "и" отделяется от звука "а" паузой.
  12. Надувать резиновые игрушки, пускать мыльные пузыри.
- Если у ребенка нарушено произношение звуков, то необходимо выполнять только те упражнения, которые способствуют выработке правильного артикуляционного уклада для того или иного звука.

## Используемая литература:

1. Е.Г. Карельская «Растим говорунов». Изд. «Дрофа», М., 2007
2. Пожиленко Е.А. «Артикуляционная гимнастика: методические рекомендации по развитию моторики, дыхания и голоса у детей». Изд. «Каро», С-Пб., 2006

### **Интернет – источники:**

1. <https://sites.google.com/site/logopedonlain/logopediceskie-upraznenia/podgotovitelnye-upraznenia-artikulacionnaa-gimnastika-dla-detej-2-4-let/kompleks-artikulacionnyh-upraznenij-dla-postanovki-svistasih-zvukov>
2. <https://sites.google.com/site/logopedonlain/logopediceskie-upraznenia/podgotovitelnye-upraznenia-artikulacionnaa-gimnastika-dla-detej-2-4-let/kompleks-artikulacionnyh-upraznenij-dla-postanovki-sipasih-zvukov>
3. <https://sites.google.com/site/logopedonlain/logopediceskie-upraznenia/podgotovitelnye-upraznenia-artikulacionnaa-gimnastika-dla-detej-2-4-let/kompleks-artikulacionnyh-upraznenij-dla-postanovki-sonornyh-zvukov>
4. <http://www.logoped12.narod.ru/article/training.htm>
5. <http://логопед-класс.рф/index.php/artikulyacionnaya-gimnastika.html>
6. персональный сайт профессионального логопеда дефектолога (кандидата педагогических наук) Маковой Оксаны Сергеевны:  
<http://www.logoped12.narod.ru>
7. <http://planetadetstva.net/wp-content/uploads/2014/04/prezentaciya-artikulyacionnaya-gimnastika-dlya-detej-doshkolnogo-vozrasta-skazka-pro-to-kak-yazyчок-v-zoopark-hodil.jpg>
8. [www.logoped1.ru](http://www.logoped1.ru)