

1. **«Улыбка»**. Улыбнуться так, чтобы были видны верхние и нижние зубы, удерживать это положение 5—7 секунд.
2. **«Трубочка»**. Вытянуть губы трубочкой произносить длительно звук [У] без участия голоса (зубы сомкнуты).
3. **«Двери открываются»**. Медленно открывать рот до получения расстояния в 10—15 мм между верхними и нижними зубами, удерживать губы в положении «Улыбка».
4. **«Блинчик»**. Широкий, ненапряженный язык положить на нижнюю губу.
5. **«Часики»**. Улыбнуться, рот открыть. Кончик языка переводить на счет «раз-два» из одного уголка рта в другой. Нижняя челюсть неподвижна.
6. **«Почистим зубки»**. Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот и кончиком языка «почистить» нижние зубы, делая сначала движения языком из стороны в сторону, потом снизу вверх.
7. **«Горка»**. Улыбнуться, показать зубы, открыть рот, кончик языка положить за нижние резцы, выдвинув среднюю часть спинки языка вперед («построили горку»).
8. **«Вкусное варенье»**. Облизать широким языком верхнюю губу сверху вниз.
9. **«Кошечка»**. Загнуть широкий кончик языка вверх, к носу. Если такое движение не получается, то предварительно следует поупражняться в облизывании справа налево верхних зубов под губой, затем в облизывании верхней губы.
10. **«Качели»**. Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот, положить широкий язык за нижние зубы (с внутренней стороны) и удерживать в таком положении под счет от

одного до пяти. Потом поднять широкий язык за верхние зубы (тоже с внутренней стороны) и удерживать под счет от одного до пяти. Поочередно менять положение языка 4—6 раз.

11. **«Шар лопнул»**. Губы в положении «Улыбка», видны верхние и нижние зубы, разомкнутые на 10—15 мм. Широкий кончик языка за верхними зубами. Произносить звук [С] (должен получиться звук, напоминающий шипение выходящего воздуха).

12. **«Иголочка»**. Губы в положении «Улыбка». Выдвинуть длинный узкий язык вперед между зубами.

13. **«Индюк»**. Приоткрыть рот, положить язык на верхнюю губу и производить движения широким передним краем языка по верхней губе вперед и назад, стараясь не отрывать язык от губы — как бы поглаживать ее. Сначала производить медленные движения, потом убыстрить темп и добавить голос, пока не получится «бл-бл» («как индюк болбочет»).

14. **«Пароход гудит»**. Длительно и с напряжением произносить звук [Ы], не смыкая зубов.

15. **«Маляр»**. Улыбнуться, открыть рот и погладить кончиком языка твердое нёбо, делая движения языком вперед-назад.

16. **«Лошадка»**. Пощелкать кончиком языка. Присосать кончик языка к переднему краю неба и оторвать, широко раскрыв рот.

17. **«Грибочек»**. Губы в положении «Улыбка», зубы разомкнуты. Присосать переднюю часть языка к твердому нёбу. Удерживая язык в этом положении, соединять и размыкать зубы до появления легких

болевых ощущений в области подъязычной связки.

18. **«Пулемет»**. Улыбнуться, открыть рот и постучать кончиком языка за верхними зубами, многократно и отчетливо произнося звук [Д]: «д-д-д». Сначала звук [Д] произносить медленно, затем постепенно убыстрять темп.

19. **«Самолет гудит»**. Губы в положении «Улыбка», видны верхние и нижние зубы, разомкнутые на 10—15 мм. Широкий кончик языка за верхними зубами. Произносить звуки [З] или [Ж] (должен получиться звук, напоминающий рокот мотора).

20. **«Накажем язычок»**. Положить широкий язык между губами и «пошлепать» его «пя-пя-пя».

21. **«Ослик»**. Губы в улыбке, рот приоткрыть. С силой произнести сочетание ИЕ. Кончик языка при этом упирается в нижние зубы.

22. **«Чашечка»**. Открыть рот, положить широкий язык на нижнюю губу, боковые края загнуть в форме чашечки.

23. **«Гармошка»**. Положение языка как в упражнении «Грибок», губы в улыбке. Не отрывая языка, открывать и закрывать рот.

### **Правила проведения гимнастики**

В любом упражнении все движения органов артикуляционного аппарата осуществляются последовательно, с паузами перед каждым движением, чтобы взрослый мог контролировать качество движения, а ребенок — ощущать, осознавать, контролировать и запоминать свои действия. Сначала упражнения выполняются в медленном темпе перед зеркалом.

После того как ребенок научится выполнять движения, зеркало убирают, и функции контроля берут на себя собственные кинестетические ощущения ребенка (ощущения движения и положения органов артикуляционного аппарата).

Каждому упражнению в соответствии с выполняемым действием дается название (например, движения широкого кончика языка за верхние и нижние зубы – «Качели»), к нему подбирается картинка – образ. Картинка служит ребенку образцом для подражания какому-либо предмету или его движениям при выполнении упражнений артикуляционной гимнастики.

Дозировка количества повторений одного и того же упражнения строго индивидуальна как для каждого данного ребенка, так и для каждого данного периода работы с ним. В дальнейшем взрослый доводит количество повторений до 15-20. Из выполняемых трех упражнений новым может быть только одно, два других даются для повторения и закрепления.

Упражнения выполняются сидя перед зеркалом, ребенок должен видеть лицо взрослого и свое лицо. Лицо должно быть хорошо освещено.

#### Упражнения для выработки звуков С,З,Ц

№ 1, 2, 4, 5, 6, 7, 10, 20, 21

#### Упражнения для выработки звуков

#### Ш,Ж,Щ,Ч

№ 1, 2, 4, 8, 10, 11, 15, 16, 20, 22

#### Упражнения для выработки звука Л

№ 1, 2, 4, 8, 10, 12, 13, 14, 17, 20, 23

#### Упражнения для выработки звука Р

№ 1, 2, 4, 9, 10, 12, 15, 16, 17, 18, 19, 23

## *Артикуляционная гимнастика*

