

Комплекс артикуляционных упражнений

Упражнение «ЗАБОРЧИК»



Цель: вырабатывать умение обнажать зубы, развивать круговые мышцы губ.
Краткое описание упражнения: Широко улыбнуться, верхнюю губу приподнять, а нижнюю опустить так, чтобы максимально обнажить зубы, зубы сомкнуть. Удерживать губы в таком положении под счет от одного до десяти.

https://www.youtube.com/watch?v=2U3l_we0YQ8

Упражнение «ХОБОТОК»



Цель: развивать круговые мышцы губ.

Краткое описание упражнения: Губы плотно сомкнуть и с напряжением вытянуть вперед до предела. Удерживать губы в таком положении под счет от одного до десяти.

https://www.youtube.com/watch?v=J8-B_djG9Ck

3. «Заборчик – трубочка»

Цель: научить легко переключаться с одного положения губ на другое.

Выполнение: чередовать положение губ в улыбке и трубочке под счет до десяти.

<https://www.youtube.com/watch?v=fg-0Ni5RFIA>



Упражнение «БЕГЕМОТИК» («Окошко»)

Цель: научить удерживать рот широко открытым.

Активизировать круговую мышцу рта и подвижность верхней губы. Научить опускать корень языка и продвигать язык вплотную к зубам.

Краткое описание упражнения: Улыбнуться, широко открыть рот.

Расслабленный язык придвинуть вплотную к зубам. Удерживать позицию на счет до 5.

<https://www.youtube.com/watch?v=eA2wpvCohZk>



Упражнение «БЛИНЧИК» («Лопаточка»)

Цель: вырабатывать умение удерживать язык в спокойном расслабленном

положении

Краткое описание упражнения: Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий передний край языка на нижнюю губу. Удерживать его в таком положении под счет от одного до десяти. Если язычок не становится широким и распластанным, предложите ребенку пошлепать язык губами, произнося звуки ПЯ-ПЯ-ПЯ...

<https://www.youtube.com/watch?v=a2cHz8bDVcU>



Упражнение «Иголочка/ Змейка»

Цель: Развивать умение выдвигать язык изо рта, напрягая мышцы, удерживать заданное положение.

Описание: Рот открыть. Язык высунуть

далеко вперед, напрячь его, сделать узким. Удерживать в

таком положении 15 сек.

<https://www.youtube.com/watch?v=I0eyTNFN3eI>

Упражнение «ЗМЕЙКА и камень»



Цель: Развивать умение выдвигать язык изо рта, напрягая мышцы, а затем убирать язык, удерживая заданное положение. Улучшение координации и переключаемости речевого аппарата.

Описание: Рот широко открыть. Язык сильно высунуть вперед, напрячь, сделать узким (так, будто хотим поставить им точку). Узкий язык максимально выдвигать вперед и убирать в глубь рта. Двигать языком в медленном темпе 15 раз.

<https://www.youtube.com/watch?v=zrkNLnuXixE>

Упражнение «ГОРКА»

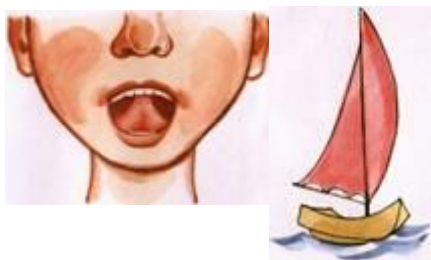
Цель: Развивать координацию языка.



Описание: Рот приоткрыть. Боковые края языка прижать к верхним коренным зубам. Кончик языка упереть в нижние передние зубы. Удерживать в таком положении 10-15 секунд.



Упражнение «ПАРУС»



Цель: вырабатывать умение находить правильное положение языка, удерживать язык за верхними зубами, растягивать подъязычную связку.

Описание: Широко раскрыть рот, кончик языка поднять вверх, коснуться бугорков (альвеол) за верхними зубами. Удерживать язык в таком положении около 5 - 10 секунд (под счет от одного до десяти). Выполняем упражнение 2-3 раза. <https://www.youtube.com/watch?v=JZt-q5D7pDw>

Упражнение «КАЧЕЛИ»



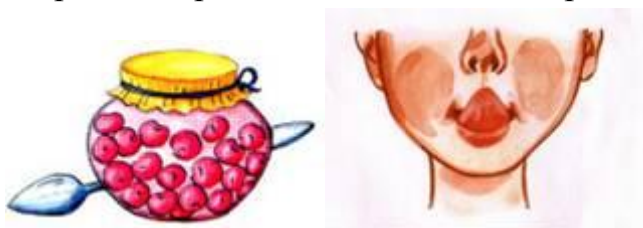
Цель: вырабатывать умение быстро менять положение языка, вырабатывать умение удерживать широкий распластаный язык за верхними и нижними зубами.

Описание: Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот. Положить широкий язык за нижние зубы (с внутренней стороны) и удерживать язык в таком положении под счет от одного до пяти. Затем поднять широкий язык за верхние зубы (с внутренней стороны) и удерживать его в таком положении под счет от одного до пяти. Так поочередно менять положение языка 4-6 раз. Следить, чтобы работал только язык, а нижняя челюсть и губы оставались неподвижными.

<https://www.youtube.com/watch?v=yLaI3ObhPYc>

Упражнение «ВКУСНОЕ ВАРЕНЬЕ»

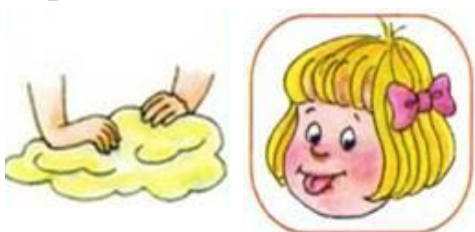
Цель: Укреплять мышцы передней части языка, вырабатывать движение широкой передней части языка вверх.



Описание: Слегка приоткрыть рот и широким передним краем языка облизать верхнюю губу, делая движение языком сверху вниз, но не из стороны в сторону. Обязательно следить за тем, чтобы работал только язык, а нижняя челюсть не помогала, не «подсаживала» язык наверх – она должна быть неподвижной (можно придерживать ее пальцем). Язык должен быть широким, а боковые края его должны касаться углов рта.

<https://www.youtube.com/watch?v=QK1hO-f3MG8>

Упражнение «МЕСИМ ТЕСТО»



Цель: Вырабатывать продвижение тонкого и широкого языка между зубами. Самомассаж языка.

Описание: Губы в положении улыбки. Зубы слегка приоткрыты. Кончик языка проталкиваем между зубами, покусывая его. Язык становится широким и тонким. Выдвигаем его вперед до предела, затем убираем его обратно в рот, продолжая покусывание. Упражнение повторить 3—4 раза.

<https://www.youtube.com/watch?v=B56aTP-vbTs>

Упражнение «ФУТБОЛ»



Цель: Вырабатывать плавную, длительную непрерывную воздушную струю, идущую посередине языка.

Описание: Улыбнуться, положить широкий передний край языка на нижнюю губу и, как бы произнося длительно звук Ф-Ф-Ф, сдуть ватку на противоположный край стола. Следить за тем, чтобы нижняя губа не натягивалась на нижние зубки. Нельзя надувать щеки. Следить, чтобы дети произносили звук Ф, а не звук Х.

<https://www.youtube.com/watch?v=WpSGJS84OKU>

Упражнение «ИНДЮК»



Цель: вырабатывать подъем языка вверх, развивать подвижность его передней части.

Описание: 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 послышится звук, похожий на БЛ-БЛ-БЛ... (как индюк болбочет).

Следить за тем, чтобы язык был широким и не сужался. Чтобы движения языком были вперед-назад, а не из стороны в сторону. Язык должен облизывать верхнюю губу, а не выбрасываться вперед.

https://www.youtube.com/watch?v=B_e6iorJ4c



Упражнение «МАЛЯР»

Цель: Отрабатывать движения языка вверх, вырабатывать его подвижность.

Описание: Улыбнуться, открыть рот и «погладить» кончиком широкого языка твердое небо, делая движения языком вперед назад (от горлышка к зубкам и обратно). Следить за тем, чтобы губы и нижняя челюсть были неподвижны. Кончик языка должен доходить до внутренней поверхности верхних зубов, когда он продвигается вперед, а не высовываться изо рта. Повторить упражнение 10-15 раз.

<https://www.youtube.com/watch?v=Nec5e11NgYc>

Упражнение «ЛОШАДКА»



Цель: укреплять мышцы языка и вырабатывать подъем языка вверх, растягивать подъязычную уздечку.

Описание: Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот и пощелкать языком так, чтобы он всей своей массой вначале присасывался на мгновение к небу, а затем падал вниз. Цокать с переменным темпом (то медленно, то быстро).

Следить за тем, чтобы нижняя челюсть была неподвижна – работает только язык.

<https://www.youtube.com/watch?v=JoVGTcjJ-u8>

Упражнение «ПОЧИСТИМ ЗУБКИ»



Цель: Укреплять мышцы кончика языка, учить детей удерживать кончик языка за зубами.

Описание:

А) Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот и кончиком языка «почистить» **нижние** зубки с **внутренней** стороны, делая движения языком из стороны в сторону, а потом делая движения снизу вверх.

Б) Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот и кончиком языка «почистить» **верхние** зубки с **внутренней** стороны, делая движения языком из стороны в сторону, а потом делая движения снизу вверх.

В) Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот и кончиком языка «почистить» верхние зубки с **внешней** стороны, делая движения языком из стороны в сторону.

Следить за тем, чтобы губы были неподвижны, находились в положении улыбки. Двигая кончиком языка из стороны в сторону, следить, чтобы он находился у десен, а не скользил по верхнему краю зубов. Двигая языком снизу вверх, следить, чтобы кончик языка был широким и начинал движение от корней нижних зубов.

<https://www.youtube.com/watch?v=Wz665xRephI>

Упражнение «ГРИБОК»



Цель: Выбатывать подъем языка вверх, растягивать подъязычную связку (уздечку).

Описание: Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот и, прижав широкий язык всей плоскостью к твердому небу, широко открыть рот (язык будет напоминать тонкую шляпку грибка, а растянутая подъязычная связка – его ножку).

Следить за тем, чтобы губы были в положении улыбки. Это упражнение повторять 5-10 раз.

<https://www.youtube.com/watch?v=AS-WcSiVGls>

Упражнение «ГАРМОШКА»



Цель: Укреплять мышцы языка, растягивать подъязычную уздечку.

Описание: Улыбнуться, приоткрыть рот, приклеить язык к небу и, не опуская языка, закрывать и открывать рот (как растягиваются меха гармошки, так растягивается уздечка). Губы находятся в положении улыбки. Следить за тем, чтобы губы, при открывании рта, были неподвижны. Также при открывании рта не должна провисать одна из сторон языка. Выполнять это упражнение нужно медленно 5 -10 раз.

https://www.youtube.com/watch?v=AiA_IymJT-w

Упражнение «ЧАСИКИ»



Цель: Развивать мышцы языка, развивать умение владеть языком.

Описание: Рот приоткрыть, улыбнуться. Кончиком узкого языка попеременно тянуться то к правому, то к левому уголкам рта.

Следить за тем, чтобы работал только язык – нижняя челюсть и губы должны быть неподвижны. Повторить 10-15 раз.

https://www.youtube.com/watch?v=7m8P6hc_JO0

Упражнение «ЧАШЕЧКА»



Цель: Укреплять боковые мышцы языка и мышцы передней части языка, вырабатывать умение удерживать язык в форме чашечки.

Описание: Широко открыть рот.

Широкий, распластаный язык положить на нижнюю губу (как описано в упражнении «Блинчик»). Передним и боковыми краями широкого языка потянуться к верхним зубам, но не дотрагиваться до них. Язык приобретает форму углубления – «чашечки». Удерживать язык в таком положении под счет от 1 до 10.

Следить за тем, чтобы язык не дрожал.

<https://www.youtube.com/watch?v=IENI2KcIby0>

Упражнение «БАРАБАН»



Цель: укреплять мышцы языка, вырабатывать подъем языка вверх и умение делать кончик языка напряженным. Развивать подвижность языка, растягивать подъязычную уздечку.

Описание: Улыбнуться, открыть рот и постучать кончиком языка за верхними зубами, многократно и отчетливо произнося звук Д-Д-Д...

Следить за тем, чтобы нижняя челюсть была неподвижна, а рот не закрывался. Звук Д должен носить характер четкого удара и не должен быть хлюпающим. Звук Д нужно произносить так, чтобы ощущалась выдыхаемая воздушная струя.

А) Звук Д произносить медленно и четко.

Б) Темп произнесения звука Д постепенно увеличивать.

В) Произнося звук Д в быстром темпе, производить колебательные движения (поглаживания) из стороны в сторону по нижней поверхности языка. Движения производить черенком чайной ложки, чистым(!) пальцем или соской, надетой на палец ребенка.

<https://www.youtube.com/watch?v=X1MRjym9LzM>