

**Сборник  
артикуляционных  
упражнений.**

# Введение

Для того чтобы звукопроизношение было чистым, нужны сильные, упругие и подвижные органы речи - язык, губы, мягкое небо. Так как все речевые органы состоят из мышц, то, следовательно, они поддаются тренировке. Гимнастика, направленная на развитие органов речи, называется артикуляционной. Такая гимнастика помогает укрепить речевые мышцы и подготавливает базу для чистого звукопроизношения. Важно помнить, что артикуляционная гимнастика является лишь подготовительным этапом в постановке и автоматизации звуков. Непосредственно постановкой звуков должен заниматься только логопед!

# Упражнения для речевого дыхания

## Техника выполнения упражнений:

- воздух набирать через нос
- плечи не поднимать
- выдох должен быть длительным и плавным
- необходимо следить, за тем, чтобы не надувались щеки (для начала их можно придерживать руками)
- нельзя много раз подряд повторять упражнения, так как это может привести к головокружению

# Упражнения для речевого дыхания

- **футбол**  
Скатать ватный шарик и поставить два кубика в качестве ворот. Ребенок должен, дуя на шарик, загнать его в ворота.
- **ветряная мельница**  
Ребенок дует на лопасти игрушки-вертушки или мельницы из песочного набора.
- **снегопад**  
Сделать снежинки из ваты (рыхлые комочки). Объяснить ребенку, что такое снегопад и предложить ребенку сдувать "снежинки" с ладони.
- **листопад**  
Вырезать из цветной бумаги различные осенние листья и объяснить ребенку, что такое листопад. Предложить ребенку подуть на листья, так, чтобы они полетели. Попутно можно рассказать, какие листочки с какого дерева упали.
- **бабочка**  
Вырезать из бумаги бабочек и подвесить их на нитках. Предложить ребенку подуть на бабочку так, чтобы она полетела (при этом следить, чтобы ребенок сделал длительный плавный выдох).
- **кораблик**  
Дуть плавно и длительно на бумажный кораблик.
- **одуванчик**  
Предложите ребенку подуть на отцветший одуванчик (следите за правильностью выдоха).
- **шторм в стакане**  
Предложите ребенку подуть через соломинку в стакан с водой (нужно следить, чтобы щеки не надувались, а губы были неподвижными).

Упражнения  
для верхних  
дыхательных путей



# «Весёлое лесное путешествие»



Паровоз привез нас в лес.  
Чух-чух-чух! Чух-чух-чух!  
Там полным-полно чудес.  
Чух-чух-чух! Чух-чух-чух!



*(ходьба с согнутыми в локтях руками  
удивленно произносить «м-м-м» на выдохе,  
одновременно постукивая пальцами по крыльям носа)*



Вот идет задорный еж:

П-ф-ф-ф, п-ф-ф-ф, п-ф-ф-ф!

Где же носик? Не поймешь.

Ф-ф-р! Ф-ф-р! Ф-ф-р!



*(низко наклониться, обхватив руками грудь – свернувшийся в клубок ежик)*

Вот веселая пчела  
детям меда принесла.

З-з-з! З-з-з!

Села нам на локоток,  
З-з-з! З-з-з!

Полетела на носок.  
З-з-з! З-з-з!



*(звук и взгляд направлять по тексту)*



Пчёлку ослик испугал:

И-а-а! И-а-а! И-а-а!

На весь лес он закричал:

И-а-а! И-а-а! И-а-а!



*(укрепление связок гортани, профилактика храпа)*

Гуси по небу летят,

Гуси ослику гудят:

Г-у-у! Г-у-у! Г-у-у! Г-у-у!  
Г-у-у! Г-у-у! Г-у-у! Г-у-у!

Устали? Нужно отдохнуть,  
Сесть и сладко позевать.

*(медленная ходьба, руки-крылья  
поднимать на вдохе, опускать со звуком,  
Садятся на ковер и несколько раз зевают,  
стимулируя тем самым гортанно-глоточный аппарат  
и деятельность головного мозга)*



# Упражнения для языка

# «Блинчик»



- улыбнуться
- приоткрыть рот
- положить широкий язык на нижнюю губу



# Чашечка»



- улыбнуться
- широко открыть рот
- высунуть широкий язык  
придать ему форму "чашечки"  
(приподнять кончик языка)



# «Грибочек»



- улыбнуться
- присосать широкий язык к нёбу



# «Киска»



- губы в улыбке, рот открыт
- кончик языка упирается в нижние зубы
- выгнуть язык горкой, упираясь кончиком языка в нижние зубы



# «Маляр»



- губы в улыбке
- приоткрыть рот
- кончиком языка по
- («покрасить») нёбс

# «Качели»



- улыбнуться
- открыть рот
- кончик языка за верхние зубы
- кончик языка за нижние зубы

# «Пошадка»



- вытянуть губы
- приоткрыть рот
- поцокать «узким» языком (как цокают копытами лошадки)



# «Чистим зубки»



- улыбнуться, открыть
- кончиком языка с внутренней
- стороны «почистить» поочередно нижние и верхние зубы

# Упражнения для губ



# «Заборчик»



- улынуться, с напряжением
- обнажив сомкнутые зубы

## «Играем мышку»



- губы в улыбке
- приоткрыть рот
- произнести "а-а" и прикусить широкий кончик языка (поймали мышку за хвостик)



## КОШКО»



- широко открыть рот – «жарко»
- закрыть рот — «холодно»



# «Дудочка»



- с напряжением выгнуть губ вперед
- зубы сомкнуты

**Примерный комплекс  
упражнений для  
выработки  
артикуляционных  
укладов звуков  
Ш, Ж, Ч, Щ.**

# «Вкусное варенье»



- улыбнуться
- открыть рот
- широким языком в форме «чашечки»
- облизать верхнюю губу



# «Гармошка»



- улыбнуться
- сделать «грибочек» (т. е. присосать широкий язык отрывая языка, открывать и закрывать рот (зубы не смыкать))

# «Месим тесто»



- улыбнуться
- пошлепать языком между губ  
«пя-пя-пя-пя-пя... »
- покусать кончик языка зубками  
(чередовать эти два движения)



# «Часики»



- улыбнуться, открыть рот
- кончик языка (как часовую стрелку)
- переводить из одного уголка рта в другой

