

|   |  |
|---|--|
|    | <p><b>Желобок</b></p> <p>Высунуть широкий язык. Боковые края языка загнуть вверх. Подуть в получившуюся трубочку. Выполнять в медленном темпе 10-15 раз.</p>   |
|    | <p><b>Жуём блинчик</b></p> <p>Улыбнуться, приоткрыть рот, поставить кончик языка за нижние зубы (как в упражнении «Горка»), потом выдвинуть его чуть вперёд и покусывать свернутый язык 10-15 раз.</p>   |
|    | <p><b>Забор</b></p> <p>Улыбнуться без напряжения так, чтобы были видны передние верхние и нижние зубы. Удерживать губы в таком положении под счёт от 1 до 5-10.</p>  |
|   | <p><b>Заборчик со щелью</b></p> <p>Улыбнуться без напряжения так, чтобы были видны передние верхние и нижние зубы. Зубы сближены на 1-2 мм. Удерживать губы в таком положении под счёт от 1 до 5.</p>  |
|  | <p><b>Зайчик (Кролик)</b></p> <p>Зубы сомкнуты. Ребёнок поднимает верхней губу, обнажая верхние зубы, и опускает её обратно. Упражнение выполняется до 10 раз.</p>   |
|  | <p><b>Змейка</b></p> <p>Открыть рот и производить узким языком движения вперёд-назад («жало змейки»).</p>  |
|  | <p><b>Иголочка</b></p> <p>Открыть рот, язык высунуть как можно дальше, натячь его, сделать узким и удерживать в таком положении под счёт от 1 до 5-10.</p>   |
|  | <p><b>Индюк</b></p> <p>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).</p> |

|   |   |
|---|---|
|    | <p><b>Лодка</b></p> <p>Поставить указательные пальцы к уголкам губ. Медленно поднимать и опускать уголки губ сначала с помощью пальцев, затем без их помощи.</p>  |
|    | <p><b>Лопата (Блинчик, Половичок)</b></p> <p>Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий передний край языка на нижнюю губу. Удерживать язык в таком положении под счёт от 1 до 10.</p>  |
|    | <p><b>Лопата копает</b></p> <p>Из положения «Лопата» поднять немного кончик языка вверх. Верхние зубы видны. Следить, чтобы язык при подъеме не убирался в ротовую полость. Выполнить в медленном темпе 3-4 раза.</p>   |
|   | <p><b>Лошадка</b></p> <p>Улыбнуться, открыть рот и пощёлкать кончиком языка («лошадка цокает копытами»).</p>  |
|   | <p><b>Любопытный язычок</b></p> <p>Улыбнуться, слегка приоткрыть рот и производить движения языком вперед-назад. Язык кладем на нижнюю губу, затем убираем его в рот.</p> <p><b>Язык здороваается с подбородком</b></p> <p>Улыбнуться, приоткрыть рот и широким языком дотянуться вниз (к подбородку), затем убрать язык в рот.</p> <p><b>Язык здороваается с верхней губой</b></p> <p>Слегка улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий край языка на верхнюю губу (при укорочении уздечки — дотронуться кончиком языка до верхней губы). Поддержать язык на верхней губе 3—5 секунд, убрать в рот.</p> <p>Рот остаётся открытым. Упражнение выполняется 8-10 раз.</p> |
|  | <p><b>Лягушка</b></p> <p>Улыбнуться, показать сомкнутые зубы. Удерживать губы в таком положении под счёт от 1 до 5-10.</p>  |

|   |  |
|---|--|
|     | <p><b>Катушка</b></p> <p>Улыбнуться, открыть рот. Кончик языка упирается в нижние зубы. Широкий язык «выкатывать» вперёд и убирать вглубь рта. Упражнение повторить 8—10 раз в спокойном темпе.</p>  |
|    | <p><b>Качели</b></p> <p>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.</p> |
|   | <p><b>Киска сердится (Горка, Мостик)</b></p> <p>Рот широко открыт, кончик языка за нижними зубками. Удерживать в таком положении под счёт от 1 до 10.</p>  |
|  | <p><b>Колокольчик</b></p> <p>Улыбнуться, открыть рот и кончиком языка чётко постучать за верхними зубами: <i>дын-дын-дын...</i> Темп постепенно увеличивается.</p> <p>Ко рту поднести полоску бумаги. При правильном выполнении упражнения она будет отклоняться.</p>  |
|  | <p><b>Комарик</b></p> <p>Улыбнуться. Открыть широко рот. Язык поднять вверх и упереть его в бугорки (альвеолы). Длительно произносим звук ДЗ-З-З-З (не отрывисто, а протяжно) в течение 10-15 секунд.</p> <p>Помнить, что комар - злой, поэтому нажимать язычком на бугорки энергично.</p>                               |
|   | <p><b>Конфетки</b></p> <p>Улыбнуться, приоткрыть рот, «пожевать» передними зубами кончик языка.</p> <p>Язык широкий.</p> <p>Упражнение выполнять медленно, четко 8—10 раз.</p>   |



|   |  |
|---|--|
|    | <p><b>Горку построим – Горку разрушим</b></p> <p>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.</p> |
|    | <p><b>Грибок</b></p> <p>Улыбнуться, широко открыть рот, присосать язык к нёбу, чтобы подъязычная связка была натянута («ножка гриба»). Удерживать в таком положении 5-10 секунд.</p>   |
|    | <p><b>Домик открывается</b></p> <p>Слегка улыбнуться, медленно открыть рот (как для пропевания звука «а»: «а-а-а»), подержать рот открытым 5-10 секунд, медленно закрыть.</p>  |
|   | <p><b>Дразилка</b></p> <p>Слитно и протяжно произнесите несколько гласных звуков на одном выдохе:<br/>А-У, У-А, А-И, И-А, И-У, У-И, О-И, И-О, А-И-Э-У-О, ...</p> <p>Следите за тем, чтобы при произнесении звуков раскрытие рта было достаточно полным.</p>  |
|   | <p><b>Дудочка (Слоник, Трубочка, Хобот)</b></p> <p>Вытянуть сомкнутые губы вперёд «трубочкой». Удерживать их в таком положении под счёт от 1 до 5-10.</p>  |
|  | <p><b>Дятел</b></p> <p>Улыбнуться, открыть рот и постучать кончиком языка за верхними зубами, звонко отчетливо и многократно повторяя: «д-д-д-д-д», постепенно убыстряя темп.</p>  |
|  | <p><b>Ёжик</b></p> <p>Рот закрыт. Совершать круговые движения языком между губами и зубами то в одну, то в другую сторону. «Нарисовать» по 5-6 кругов в одну и другую сторону.</p>   |



### Автомат (Вагончик)

Улыбнуться, приоткрыть рот, стучать кончиком языка по нёбу за верхними зубами, произносить «т-т-т-т-т...».  
Выполнить упражнение в течение 10–15 сек.



### Акула

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.



### Барабанчик

Улыбнуться, открыть рот и постучать кончиком языка за верхними зубами, звонко, отчетливо и многократно повторяя: «д-д-д». Темп убыстряется постепенно.  
Варианты:  
1. Стучим кончиком языка за верхними зубами, произносим: «дын-дын-дын» («звоночек»);  
2. Стучим и произносим: «т-д-т-д» («скачет лошадка»);  
3. Многократно произносим: «а-д-д-д-д», «а-д-д-д-д» («песенка»).



### Бегемотик

Рот широко раскрыть. Вдох через рот: имитация зевоты. Затем плотно сжать губы. Повторяем упражнение 3-5 раз. Даем ребенку время для отдыха и расслабления. Предлагаем сглотнуть слюну. Вновь повторяем упражнение 3-4 раза.



### Блиничик (Лопаточка)

Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий передний край языка на нижнюю губу. Удерживать язык в таком положении под счёт от 1 до 10.





### Маляр

Улыбнуться, открыть рот и «покрасить» кончиком языка твёрдое нёбо («потолок»), делая движения языком вперёд-назад.



### Месим тесто (Накажем непослушный язычок, Кушаем боковые края языка)

Улыбнуться, приоткрыть рот, спокойно положить язык на нижнюю губу и, пощёлкивая его губами, произносить: «па-па-па». Произношение слогов («па-па-па») облегчает ребёнку выполнение данного упражнения. Рекомендуем поэтапное выполнение упражнения:

1. Пощёлкивать губами кончик языка.
2. Пощёлкивать губами середину языка.
3. Пощёлкивать губами язык, продвигая его медленно вперёд, а затем назад.

Улыбнуться, спеть: «и-и-и» (язык расширится) — и, не меняя положения языка, покусывать его края боковыми зубами 10—15 раз.



### Мостик (Горка)

Улыбнуться, приоткрыть рот, кончик языка поставить за нижние зубы, широкий язык установить «горкой». Удерживать в таком положении под счёт от 1 до 5-10.



### Мотор

Улыбнуться, широко открыть рот, поднять язык вверх. С силой ударять кончиком языка по бугоркам за верхними зубами (альвеолам) и произносить «дын-дын-дын-дын-...» (сначала медленно, потом все быстрее и быстрее). Повторять в течение 5-10 секунд.

Предложить ребёнку длительно произнести сочетание «дрррр...». Широкий кончик языка приподнят к нёбу и дрожит. Выполнять упражнение в течение 10–15 сек.



### Мясорубка

Губы растянуты в улыбке, зубы плотно сжаты. Кончик языка протолкнуть между сжатыми зубами, при этом язык становится широким и тонким. Выдвинуть его вперед необходимо как можно дальше. Выполнять 3-4 раза.

|   |  |
|---|--|
|     | <p><b>Бублик (Рупор)</b></p> <p>Губы округлить (шепотом произнести звук «о») и немного вытянуть вперед. Упражнение делается без напряжения, одними губами. Рот приоткрыт, нижняя челюсть не должна выдвигаться вперед.</p>   |
|    | <p><b>Булдог</b></p> <p>Чуть приоткрыть рот и поместить язык между верхней губой и верхними зубами. Удерживать язык в таком положении не менее 5 секунд.</p>   |
|    | <p><b>Вагончик (Автомат)</b></p> <p>Улыбнуться, приоткрыть рот, стучать кончиком языка по нёбу за верхними зубами, произносить «т-т-т-т-т...». Выполнять упражнение в течение 10– 15 сек.</p>  |
|   | <p><b>Ветерок дует с горки</b></p> <p>Улыбнуться, приоткрыть рот. Установить язык «горкой», а затем спокойно плавно подуть по середине языка. Воздух должен быть холодным.</p>   |
|  | <p><b>Вкусное варенье</b></p> <p>Улыбнуться, открыть рот и языком в форме чашечки облизывать губу, делая движения сверху вниз. Можно продолжить движение и убрать язык в рот, не разрушая «чашечки».</p>   |
|  | <p><b>Гармошка</b></p> <p>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.</p> |
|  | <p><b>Горка (Мост)</b></p> <p>Улыбнуться, приоткрыть рот, кончик языка поставить за нижние зубы, широкий язык установить «горкой». Удерживать в таком положении под счёт от 1 до 5-10.</p>   |

|   |   |
|---|---|
|    | <p><b>Корова</b></p> <p>Ребенок смыкает и размыкает губы за счет воздушной струи. Произносит звук «м».</p> <p>Упражнение выполнять медленно, четко 8—10 раз.</p>  |
|    | <p><b>Котенок лакает молоко</b></p> <p>Широко открываем рот, делаем 4—5 движений широким языком, как бы лакая молоко. Закрываем рот. Убираем язычок. Даем ребенку время для отдыха и расслабления, предлагаем сглотнуть слюну. Повторяем упражнение 3—4 раза.</p>   |
|    | <p><b>Кружок (Катание шарика)</b></p> <p>Рот закрыт. Язык движется с внутренней стороны, плавно очерчивая кончиком языка круг (правая щека — под верхней губой — левая щека — под нижней губой). Затем язык движется в обратном направлении. «Нарисовать» по 5-6 кругов в одну и другую сторону.</p>  |
|   | <p><b>Кучер</b></p> <p>Сомкнуть губы и достаточно сильно подуть через них. Губы вибрируют и слышен характерный звук: «типу-у-у».</p> <p><i>Вариант:</i> положить между губ широкий край языка и подуть. Край языка будет вибрировать вместе с губами («едем на мотоцикле»).</p>   |
|  | <p><b>Лесенка (Покусываем язык)</b></p> <p>Улыбнуться, приоткрыть рот и покусывать язык.</p> <p>Варианты:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Покрывать кончик языка.</li> <li>2. Покусывать середину языка.</li> <li>3. Покусывать язык, продвигая его постепенно вперед-назад.</li> </ol> <p>Во время выполнения упражнения произносить: «та-та-та». Произношение слогов («та-та-та») помогает ребёнку в выполнении упражнения.</p> |
|  | <p><b>Листопад (Дуем на лопаточку)</b></p> <p>Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий край языка на нижнюю губу и спокойно подуть по середине языка.</p>   |





**АРТИКУЛЯЦИОННАЯ  
ГИМНАСТИКА**

**КАТАЛОГ**