

Комплекс артикуляционных упражнений с элементами биоэнергопластики

Для свистящих звуков С, З, Ц

«ЛЯГУШКИ»

Подражаем мы лягушкам:
Тянем губы прямо к ушкам.
Вы сейчас тяните губки –
Я увижу ваши зубки.
Мы потянем - перестанем
И нисколько не устанем.



«Лягушка»

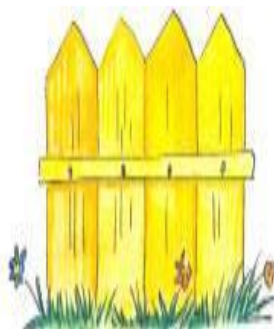


Цель: выработать умение удерживать губы в улыбке в течении нескольких секунд.

Инструкция: улыбнуться, зубы не обнажать. Удерживать губы в таком положении. Затем вернуть губы в исходное состояние. Повторить 4-5 раз.

Исходное положение: кисть руки находится горизонтально, пальцы выпрямлены и сомкнуты. Немного прогнуть ладонь в нижних фалангах, пальцы слегка направить вверх. Удерживать в таком положении, а затем вернуть в исходное положение.

«Заборчик»



Цель: выработать умение длительно удерживать сомкнутые челюсти.

*Губки улыбнулись,
к ушкам сильно потянулись.
Ты попробуй «иши» скажи,*

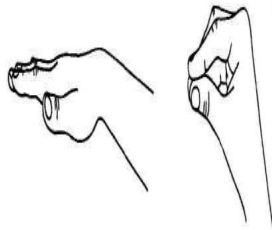
Свой заборчик покажи!

Инструкция:

Растянуть губы в улыбке, обнажив верхние и нижние зубы, которые стоят друг на друге, как заборчик. Про себя говорить «И», включая движение руки. Удерживать под счет от 1 до 10. Повторять 4-5 раз.

«Слоник»

Исходное



положение — кисть руки находится вертикально, пальцы выпрямлены и сомкнуты. Удерживать кисть в таком положении под счет от 1 до 10.

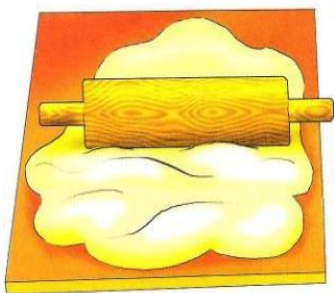
Цель: выработать умение вытягивать губы вперед, удерживать в таком положении несколько секунд.

*Подражаю я слону — губы хоботом тяну.
А теперь их отпускаю и на место возвращаю.*

Инструкция:

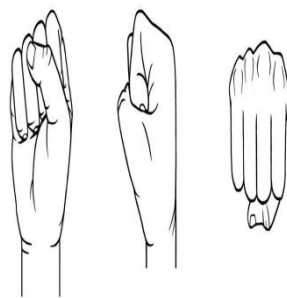
Сомкнуть зубы, сделав «Заборчик». Округлить губы и вытянуть вперед, как при произнесении звука «О», включая движения руки. Удерживать под счет от 1 до 5-10.

Исходное положение — кисть руки находится вертикально, пальцы выпрямлены и сомкнуты. На счет «один» согнуть 4 пальца и сомкнуть с большим пальцем. Удерживать кисть в таком положении под счет от 1 до 5. Повторить 4-5 раз.



После скалку мы

Тесто тонко



«Месим тесто»

Тесто мнем, мнем, мнем,
Тесто жмем, жмем, жмем.

возьмем.

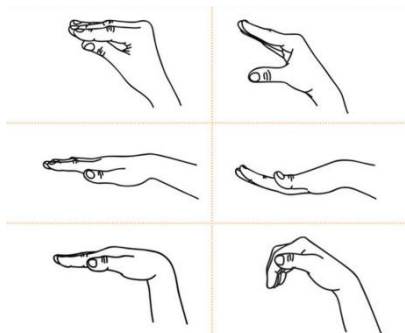
раскатаем,

Выпекать пирог поставим.

Раз, два, три, четыре, пять.

Не пора ли вынимать?

Инструкция:

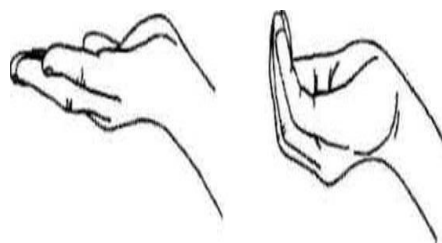


Немного приоткрыть рот, спокойно положить язык на нижние зубки и аккуратно покусывать его, а потом пошлепывая его губами, произносить звуки: «пя-пя-пя», включая движения руки. Выполнять по 5-10 секунд.

Исходное положение — кисть руки находится вертикально, пальцы выпрямлены и сомкнуты. Сжимать пальцы в кулак и разжимать при покусывании язычка. При пошлепывании язычка соединять 4 пальчика с большим. Выполнять 5-10 секунд.



«Блинчик»



Цель: выработать умение удерживать язык вне рта широким и расслабленным

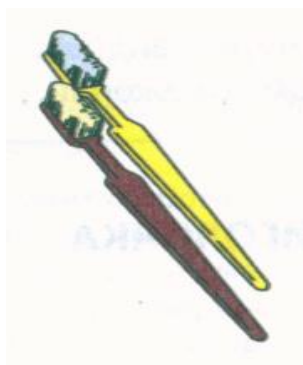
Мы испечь блины решили.

Много теста замесили.

Всех друзей мы угостили.

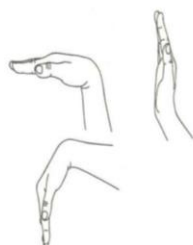
Инструкция: Улыбнуться, широкий язык лежит неподвижно, не дрожит на нижней губе, касаясь углов рта, верхние зубы видны», включая движения руки. Удерживать под счет от 1 до 5-10.

Исходное положение — кисть руки находится горизонтально, ладонью вверх. Пальцы выпрямлены и сомкнуты. Удерживать в таком положении под счет от 1 до 5-10.



«ЧИСТИМ ЗУБКИ»

Зубки нужно чистить дважды:
Каждое утро и вечер каждый.



«Чистим верхние и нижние зубки»



Цель: учить выполнять дифференцированные движения языком

Каждый день, как и ребята,

Зубки чистят все зверята.

Вправо-влево щётка ходит, Белизну зубам наводит.

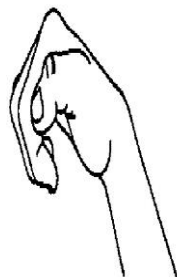
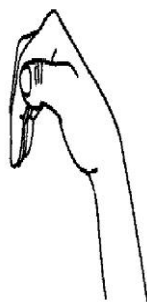
Инструкция:

Сделать улыбку, приоткрыть рот, двигать кончиком языка за нижними зубами и за верхними влево - вправо, нижняя челюсть не двигается, включая движения руки. Выполнять 5-10 секунд.

Исходное положение — кисть руки опустить вниз и выполнять движения из стороны в сторону. Затем кисть поднять вверх также выполнять движения из стороны в сторону, счет от 1 до 5. Выполнять 5 -10 секунд.



Мы помчимся с



«Горка»

Цель: выработать умение удерживать язык в нижнем положении.

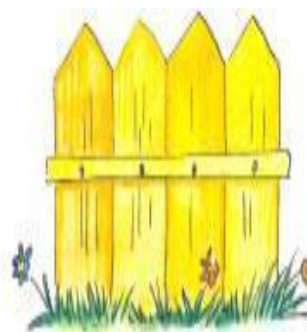
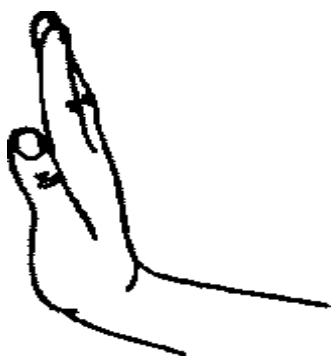
*Спинка язычка сейчас
Станет горочкой у нас.
Ну-ка, горка, поднимись!
горки вниз!*

Инструкция:

Рот приоткрыть, кончик языка упереть в нижние зубки, спинку языка приподнять, боковые края прижать к верхним коренным зубам, включая движения руки. Удерживать под счет от 1 до 5-10.

Исходное положение — кисть руки находится вертикально, пальцы выпрямлены и сомкнуты. На счет «один» согнуть 4 пальца вниз. Удерживать кисть в таком положении под счет от 1 до 5-10.

Для шипящих звуков Ш, Ж, Щ, Ч



«Заборчик»

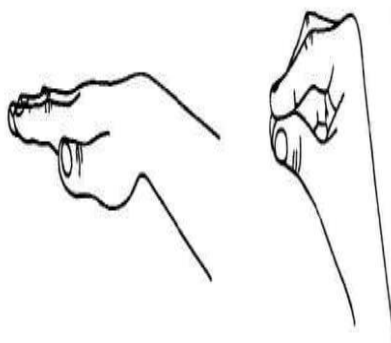
Цель: выработать умение длительно удерживать сомкнутые челюсти.

*Губки улыбнулись,
к ушкам сильно потянулись.
Ты попробуй «ишии» скажи,
Свой заборчик покажи!*

Инструкция:

Растянуть губы в улыбке, обнажив верхние и нижние зубы, которые стоят друг на друге, как заборчик. Про себя говорить «И», включая движение руки. Удерживать под счет от 1 до 10. Повторять 4-5 раз.

Исходное положение — кисть руки находится вертикально, пальцы выпрямлены и сомкнуты. Удерживать кисть в таком положении под счет от 1 до 10.



«Слоник»

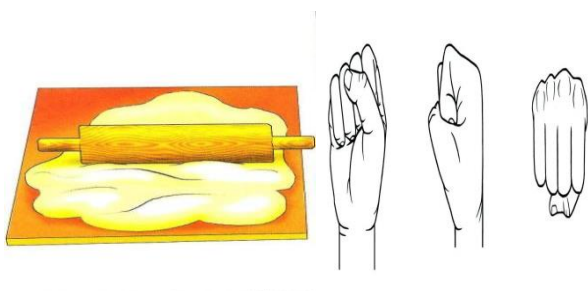
Цель: выработать умение вытягивать губы вперед, удерживать в таком положении несколько секунд.

*Подражаю я слону — губы
хоботом тяну.
А теперь их отпускаю и на
место возвращаю.*

Инструкция: Сомкнуть зубы, сделав «Заборчик». Округлить губы и вытянуть вперед, как при произнесении звука «О», включая движения руки. Удерживать под счет от 1 до 5-10.

Исходное положение — кисть руки находится вертикально, пальцы выпрямлены и сомкнуты. На счет «один» согнуть 4 пальца и сомкнуть с

большим пальцем. Удерживать кисть в таком положении под счет от 1 до 5. Повторить 4-5 раз.



«Месим тесто»

Тесто мнем, мнем, мнем,
Тесто жмем, жмем, жмем.
После скалку мы возьмем.

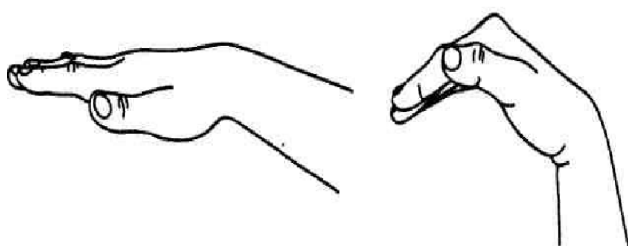
Тесто тонко раскатаем,
Выпекать пирог поставим.
Раз, два, три, четыре, пять.
Не пора ли вынимать?



Инструкция:

Немного приоткрыть рот, положить язык на нижние зубки и аккуратно покусывать его, а потом пошлепывая его губами, произносить звуки: «пя-пя-пя», включая движения руки. Выполнять от 1 до 5-10 раз.

Исходное положение — кисть руки находится вертикально, пальцы выпрямлены и сомкнуты. Сжимать пальцы в кулак и разжимать при покусывании язычка. При пошлепывании язычка соединять 4 пальчика с большим. Выполнять от 1 до 5-10 раз.



«Грибок»

Цель: выработать подъем языка вверх, тренировать подъязычную связку.

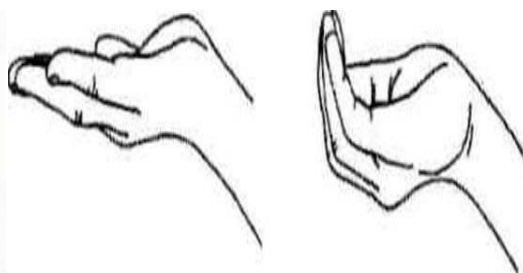


*Вверх подняли язычок,
Стал похож он на грибок.
Мы подержим так немножко,
А затем потянем ножку.*

Инструкция: Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот и, прижав широкий язык всей плоскостью к нёбу, широко открыть рот, подключая движение руки. Имитация «грибка». Удерживать под счет от 1 до 5-10.

Исходное положение — кисть руки находится горизонтально, пальцы выпрямлены и сомкнуты. На счет «один» кисть руки согнуть в области нижних фаланг и удерживать под счет, затем вернуть в исходное положение. Повторить 4-5 раз.

«Чашечка»



Цель: выработать умение удерживать язык с загнутыми вверх передним и боковыми краями.

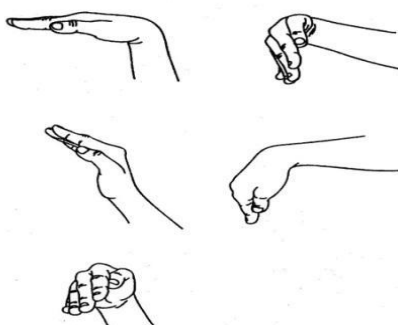
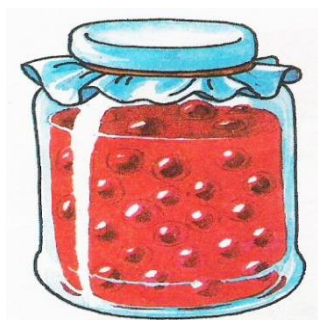
Язычок наш поумнел.

*Чашку сделать он сумел.
Можно чай туда налить.
И с конфетами попить.*

Инструкция: Рот открыт. Губы в улыбке. Язык высунут. Боковые края и кончик языка подняты, средняя часть спинки языка опущена, прогибается к низу с подключением движения руки. Удерживать от 1 до 5-10.

Исходное положение — кисть руки находится горизонтально, ладонью вверх, пальцы сомкнуты и слегка согнуты в нижних фалангах. На счет «один» сомкнутые пальцы согнуть в области нижних и средних фаланг. Удерживать ладонь в форме чашечки под счет от 1 до 5-10.

«Вкусное варенье»



Цель: учить выполнять круговые движения языком.

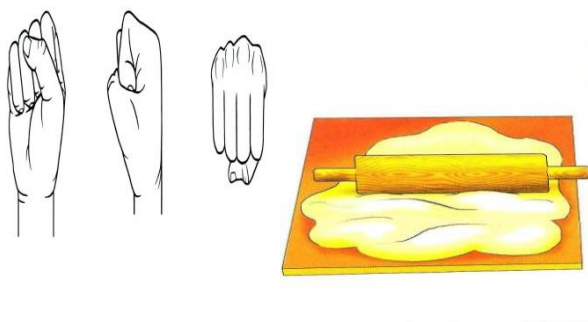
*Губка верхняя в варенье,
Ах, неаккуратно ел.
Вот облизывать придётся,
Будто нету других дел.*

Инструкция:

Слегка приоткрыть рот и широким передним краем языка облизать верхнюю губу, делая движение языком сверху вниз, но не из стороны в сторону, включая движение руки. Выполнять от 1 до 5-10 раз.

Исходное положение — кисть руки находится горизонтально, ладонью вверх, пальцы выпрямлены и сомкнуты. Сгибать 4 пальчика по направлению к ладони, вслед за движением язычка. Выполнять круговые движения. Выполнять от 1 до 5-10 раз.

Для звука Л, Ль

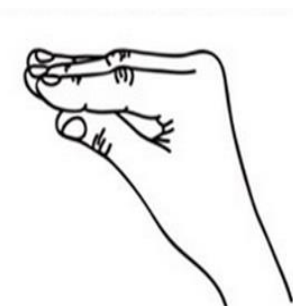


«Месим тесто»

Тесто мнем, мнем, мнем,
Тесто жмем, жмем, жмем.
После скалку мы возьмем.
Тесто тонко раскатаем,
Выпекать пирог поставим.

Раз, два, три, четыре, пять.

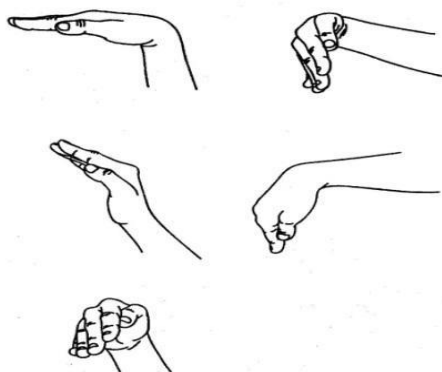
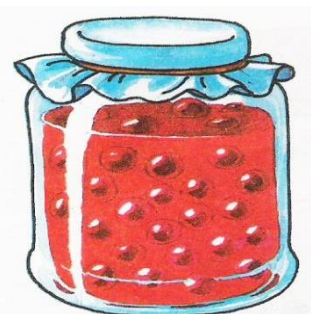
Не пора ли вынимать?



Инструкция:

Немного приоткрыть рот, положить язык на нижние зубки и аккуратно покусывать его, а потом пошлепывая его губами, произносить звуки: «пя-пя-пя», включая движения руки. Выполнять от 1 до 5-10 раз.

Исходное положение — кисть руки находится вертикально, пальцы выпрямлены и сомкнуты. Сжимать пальцы в кулак и разжимать при покусывании язычка. При пошлепывании язычка соединять 4 пальчика с большим. Выполнять от 1 до 5-10 раз.



«Вкусное варенье»

Цель: учить выполнять круговые движения языком.

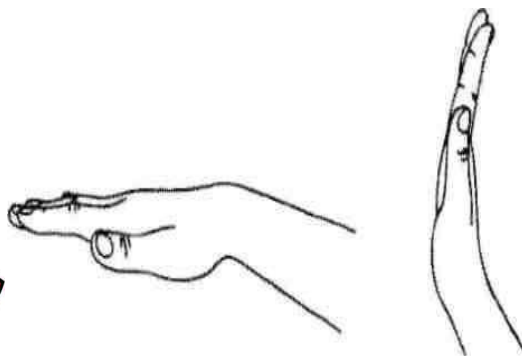
*Губка верхняя в варенье,
Ах, неаккуратно ел.
Вот облизывать придётся,
Будто нету других дел.*

Инструкция:

Слегка приоткрыть рот и широким передним краем языка облизать верхнюю губу, делая движение языком сверху вниз, но не из стороны в сторону, включая движение руки. Выполнять от 1 до 5-10 раз.

Исходное положение — кисть руки находится горизонтально, ладонью вверх, пальцы выпрямлены и сомкнуты. Сгибать 4 пальчика по направлению к ладони, вслед за движением язычка. Выполнять круговые движения. Выполнять от 1 до 5-10 раз.

«Пароход гудит»



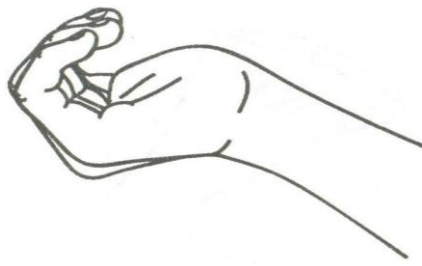
Цель: учить удерживать кончик языка.
*Отплывает пароход
Ы-Ы-Ы-Ы
Набирает он свой ход.
Ы-Ы-Ы-Ы
Он в гудок гудит,
гудит*

Ы-Ы-Ы-Ы «Путь счастливый

*говорит»
Ы-Ы-Ы-Ы*

Инструкция: Слегка улыбнуться, высунуть язык, зажать его зубами и петь звук «ы»: «ы-ы-ы» (пароход гудит). Включая движение руки. Удерживать под счет от 1 до 5-10. Выполнять 5-6 раз.

Исходное положение — кисть руки находится горизонтально ладонью вниз, пальцы выпрямлены и сомкнуты, На счет «один» кисть руки с сомкнутыми пальцами поднять вверх и немного выгнуть. Удерживать под счет от 1 до 5-



«Индюк»

*Рассердился наш индюк,
Не пустил играть на луг. Он
прогнал всех со двора,
Разбегайся детвора.*

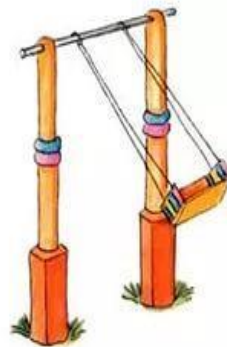
Инструкция: Приоткрыть рот, положить язык на верхнюю губу и производить движения широким передним краем языка по верхней губе вперед и назад. Сначала производить медленные движения, потом убыстрить темп, пока не послышится бл-бл. Подключая движения руки. Выполнять 5-10 сек.

Исходное положение — кисть руки находится горизонтально, ладонью вверх, пальцы выпрямлены и сомкнуты. Сгибать 4 пальчика вверх, вслед за движением язычка. Выполнять от 5-10 секунд.

«Качели»



*Вверх – вниз, вверх – вниз.
Вверх – вниз, вверх – вниз.*



Цель: учить выполнять точные и ритмичные движения языком.

*На качелях я лечу:
Я пою, лечу, кричу:*

Инструкция: 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. Так поочередно менять положение языка, подключая движения руки. Выполнять от 1 до 5-10 раз.

Исходное положение — кисть руки находится горизонтально, ладонью вниз, пальцы выпрямлены и сомкнуты. По команде поднимать пальчики вверх и опускать вниз «вверх-вниз». Выполнять от 1 до 5-10 раз.

«Иголочка»



Цель: выработать умение удерживать вне рта узкий язык.

*Улыбаюсь: вот шутник,
Узким-узким стал язык.
Меж зубами, как сучок
Вылез длинный язычок.*

Инструкция: Открыть рот, язык высунуть как можно дальше, напрячь его, сделать узким и удерживать в таком положении под счёт от 1 до 10. Подключая движения руки.

Исходное положение — кисть руки находится горизонтально, ладонью вниз, пальцы выпрямлены и сомкнуты. На счет «один» сомкнуть в кулак пальцы, оставить выпрямленным лишь указательный палец. Выполнять под счет от 1 до 10.

Для звуков Р,РЬ

«Бегемотик»



Цель: выработать умение удерживать открытый рот в течение нескольких секунд.

*Широко открыли ротик-
Получился «бегемотик».
А затем закрыли ротик-
Отдыхает «бегемотик».*

Инструкция: открыть рот на расстояние ширины 2-3 пальцев, при этом язык должен свободно лежать во рту, кончик находится у нижних зубов.

Исходное положение: кисть руки горизонтально, 4 пальца сомкнуты с большим пальцем и согнуты в нижних фалангах. Большой палец опускается вниз, 4 сомкнутых пальцев поднимаются вверх. Удерживать в таком положении, затем вернуть в исходное.

«Маляр»



Цель: учить выполнять плавные движения языком, тренировать подъязычную связку.

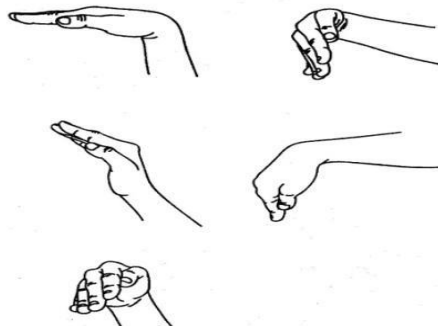
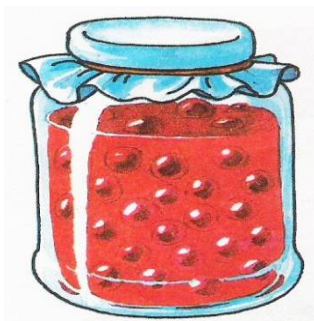
*Язычок наш – кисточка, нёбо потолок.
 Белит нёбо кисточка за мазком, мазок.*

Сделано немало, кисточка устала.

Инструкция: Улыбнуться, открыть рот и "погладить" кончиком языка нёбо, делая движения языком вперед-назад. Подключая движение руки. Выполнять 5-10 раз.

Исходное положение — кисть руки находится горизонтально, ладонью вверх, пальцы выпрямлены и сомкнуты. Сгибать пальцы по направлению к плечу и от него, вслед за движением язычка. Выполнять 5-10 раз.

«Вкусное варенье»



Цель: учить выполнять круговые движения языком.

*Губка верхняя в варенье,
 Ах, неаккуратно ел.
 Вот облизывать придётся,
 Будто нету других дел.*

Инструкция:

Слегка приоткрыть рот и широким передним краем языка облизать верхнюю губу, делая движение языком сверху вниз, но не из стороны в сторону, включая движение руки. Выполнять от 1 до 5-10 раз.

Исходное положение — кисть руки находится горизонтально, ладонью вверх, пальцы выпрямлены и сомкнуты. Сгибать 4 пальчика по направлению к ладони, вслед за движением язычка. Выполнять круговые движения. Выполнять от 1 до 5-10 раз.

«Барабанщик – дятел»



*Дятел, дятел тук-тук-тук.
 Д-Д-Д-Д
 Ты чего стучишь, мой друг!*

Д-Д-Д-Д

-Я не зря во рту стучу

Д-Д-Д-Д Звукам правильным учу.

Д-Д-Д-Д

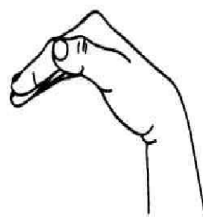
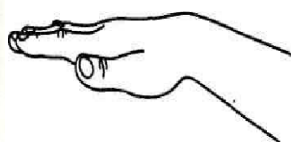
Инструкция: Улыбнуться, открыть рот и постучать кончиком языка по верхним альвеолам, многократно и отчетливо произнося звук "д". Сначала звук "д" произносить медленно, постепенно увеличивать темп. Подключая движение руки. Выполнять 5-10 секунд.

Исходное положение — кисти руки находится параллельно друг другу, пальцы левой руки выпрямлены и сомкнуты. Пальцы правой руки сжаты в кулачок. Стучать кулачком по ладони левой руки. Выполнять 5-10 секунд.

«Грибок»



Цель: выработать подъем языка вверх, тренировать подъязычную связку.



*Вверх подняли язычок,
Стал похож он на грибок.*

*Мы подержим так
немножко,*

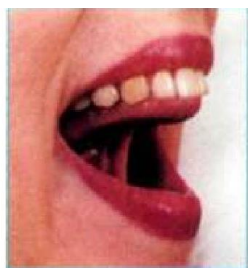
А затем потянем ножку.

Инструкция: Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот и, прижав широкий язык всей плоскостью к нёбу, широко открыть рот, подключая движение руки. Имитация «грибка». Удерживать под счет от 1 до 5-10.

Исходное положение — кисть руки находится горизонтально, пальцы выпрямлены и сомкнуты. На счет «один» кисть руки согнуть в области нижних фаланг и удерживать под счет, затем вернуть в исходное положение. Повторить 4-5 раз.

«Лошадка»

Цель: выработать умение ритмично щелкать языком, тренировать подъязычную связку.



*Скачет белая лошадка
По дорожке ровной, гладкой.
Цок да цок - стучат копытца,
Далеко лошадка мчится.*

Инструкция: Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот и пощелкать кончиком языка (как лошадка цокает копытами), подключая движения руки. Выполнять 5-10 секунд.

Исходное положение — кисть руки находится горизонтально, 4 пальца сомкнуты с большим пальцем. Пальцы по очереди смыкать и размыкать. Выполнять 5-10 секунд.

«Гармошка»

Цель: выработать умение удерживать язык в верхнем положении.

*Присосу язык на нёбу,
А теперь смотрите в оба:*

*Ходит челюсть вверх и вниз –
У неё такой круиз.*



Инструкция: Улыбнуться, открыть рот, присосать язык к нёбу, открывать и закрывать рот. Постепенно надо раскрывать рот всё шире и дольше удерживать язык в верхнем положении, подключая движения руки. Выполнять под счет от 1 до 5-10.

Исходное положение — кисть руки находится горизонтально, все пальцы сомкнуты и согнуты в нижних фалангах в форме «ковшика», ладонь направлена вниз. По очереди выпрямлять и сгибать пальцы в такт артикуляционным движениям. Повторять 4-5 раз.