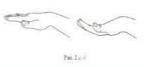


## Комплекс артикуляционных упражнений с элементами биоэнергопластики

### 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»

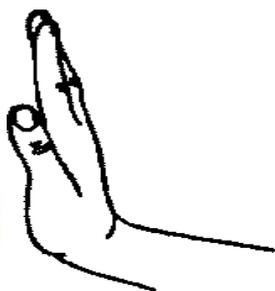
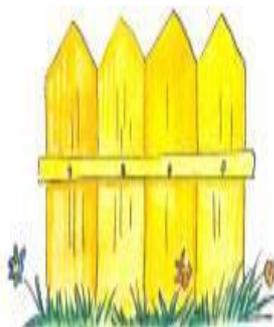


**Цель:** выработать умение удерживать губы в улыбке в течении нескольких секунд.

**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,*

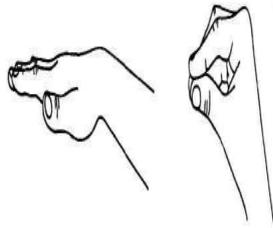
*Свой заборчик покажи!*

### 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.

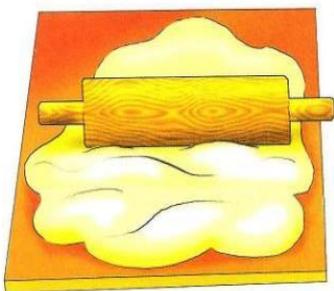
**Цель:** выработать умение вытягивать губы вперед, удерживать в таком положении несколько секунд.

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

### Инструкция:

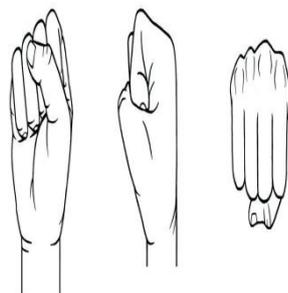
Сомкнуть зубы, сделав «Заборчик». Округлить губы и вытянуть вперед, как при произнесении звука «О», включая движения руки. Удерживать под счет от 1 до 5-10.

**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.

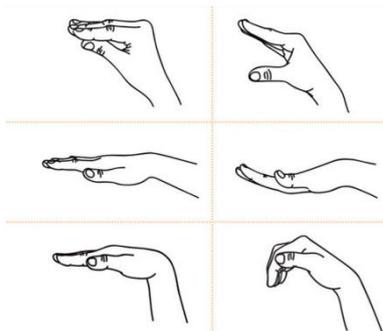
раскатаем,

Выпекать пирог поставим.

Раз, два, три, четыре, пять.

Не пора ли вынимать?

## Инструкция:

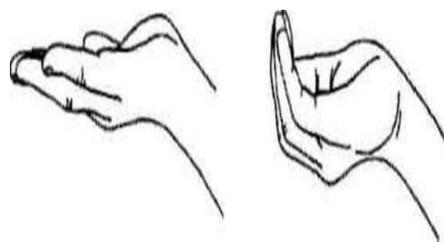


Немного приоткрыть рот, спокойно положить язык на нижние зубки и аккуратно покусывать его, а потом пошлепывая его губами, произносить звуки: «пя-пя-пя», включая движения руки. Выполнять по 5-10 секунд.

**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

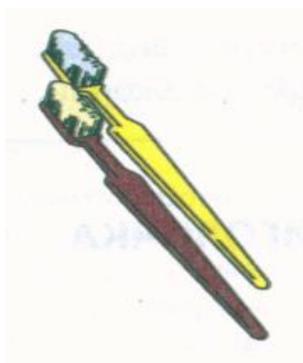
Мы испечь блины решили.

Много теста замесили.

Всех друзей мы угостили.

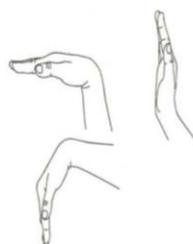
**Инструкция:** Улыбнуться, широкий язык лежит неподвижно, не дрожит на нижней губе, касаясь углов рта, верхние зубы видны», включая движения руки. Удерживать под счет от 1 до 5-10.

**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.*

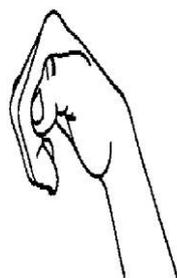
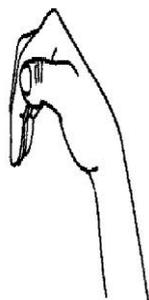
### **Инструкция:**

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.

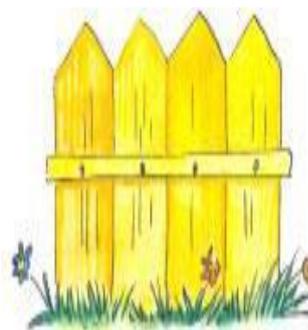
*Спинка язычка сейчас  
Станет горочкой у нас.  
Ну-ка, горка, поднимись!  
горки вниз!*

### **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»

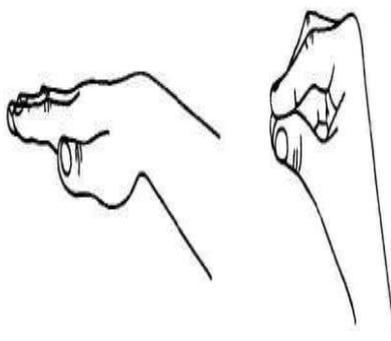
*Цель:* выработать умение длительно удерживать сомкнутые челюсти.

*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»

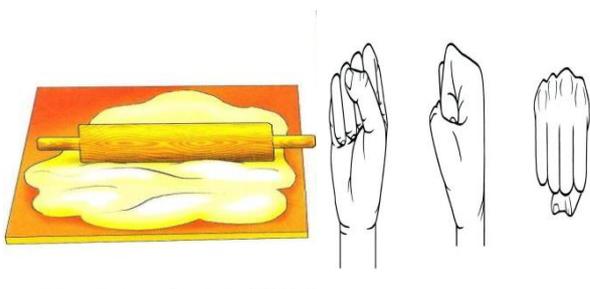
*Цель:* выработать умение вытягивать губы вперед, удерживать в таком положении несколько секунд.

*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

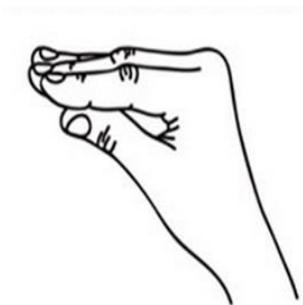
большим пальцем. Удерживать кисть в таком положении под счет от 1 до 5. Повторить 4-5 раз.



### «Месим тесто»

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

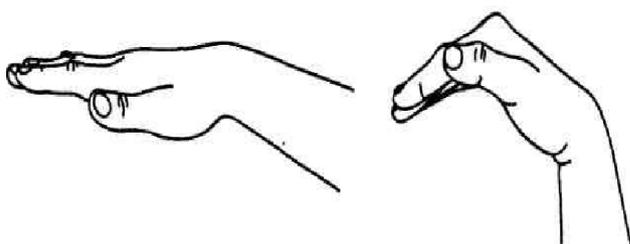
Тесто тонко раскатаем,  
Выпекать пирог поставим.  
Раз, два, три, четыре, пять.  
Не пора ли вынимать?



### 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.

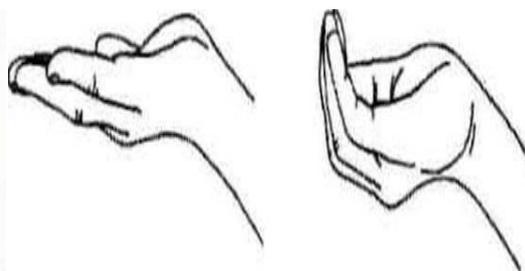
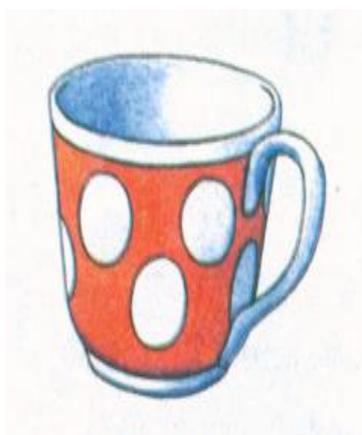


*Вверх подняли язычок,  
Стал похож он на грибок.  
Мы подержим так немножко,  
А затем потянем ножку.*

**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.

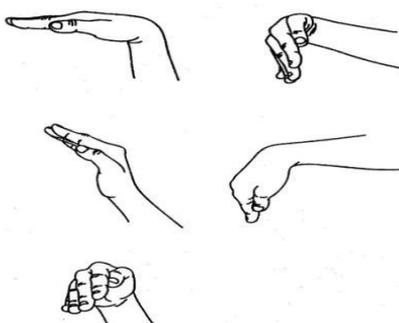
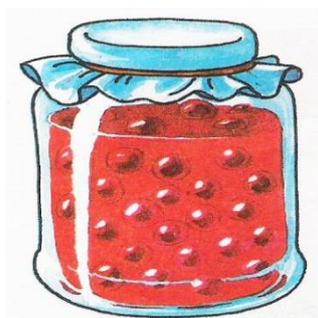
*Язычок наш поумнел.*

*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.

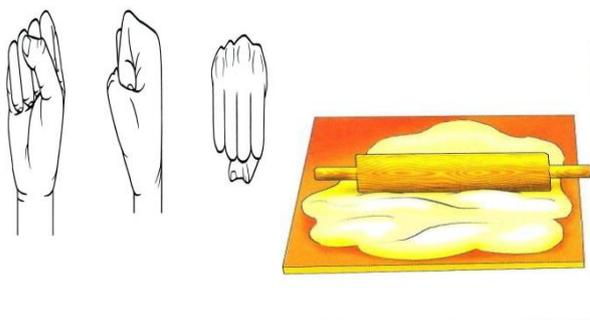
*Губка верхняя в варенье,  
Ах, неаккуратно ел.  
Вот облизывать придётся,  
Будто нету других дел.*

## 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.

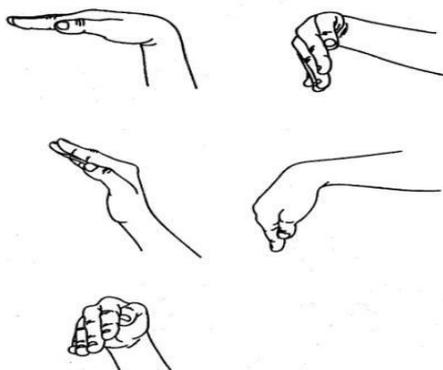
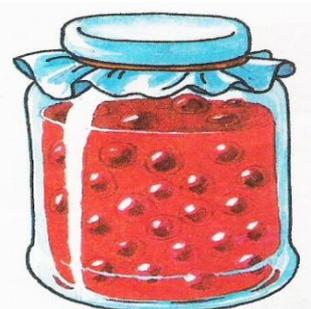
Не пора ли вынимать?



## 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:**

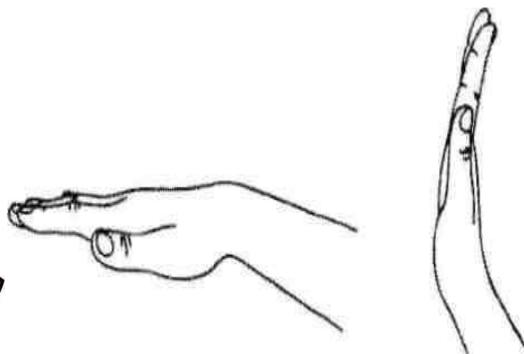
Слегка приоткрыть рот и широким передним краем языка облизать верхнюю губу, делая движение языком сверху вниз, но не из стороны в сторону, включая движение руки. Выполнять от 1 до 5-10 раз.

**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»**



*говорит»  
Ы-Ы-Ы-Ы*

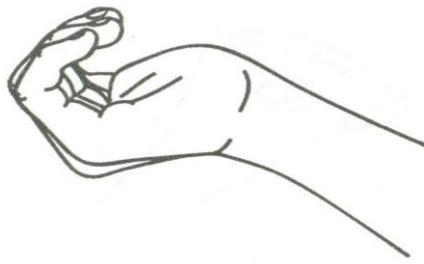


*Ы-Ы-Ы-Ы «Путь счастливый*

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

**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.

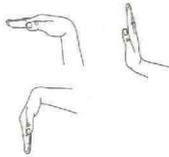
**Исходное положение** — кисть руки находится горизонтально, ладонью вверх, пальцы выпрямлены и сомкнуты. Сгибать 4 пальчика вверх, вслед за движением язычка. Выполнять от 5-10 секунд.

### «Качели»

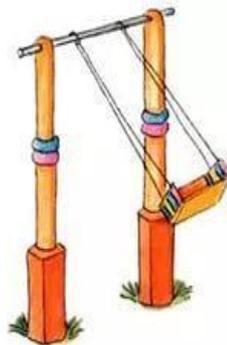


#### «Качели»

Сели дети на качели  
И взлетели выше ели.  
Даже солнышка коснулись,  
А потом назад вернулись.



*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.

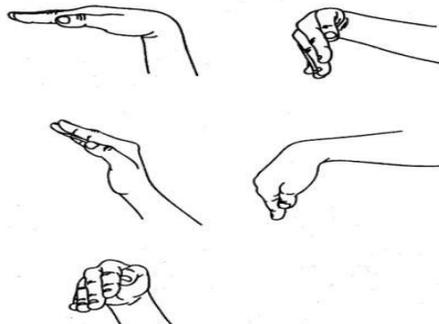
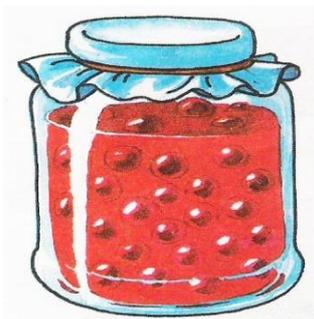
*Язычок наш – кисточка, нёбо потолок.  
Белит нёбо кисточка за мазком, мазок.*

*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

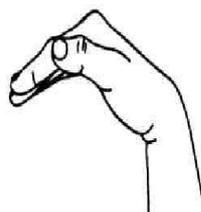
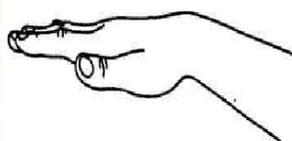
**Инструкция:** Улыбнуться, открыть рот и постучать кончиком языка по верхним альвеолам, многократно и отчетливо произнося звук "д". Сначала звук "д" произносить медленно, постепенно увеличивать темп. Подключая движение руки. Выполнять 5-10 секунд.

**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,*

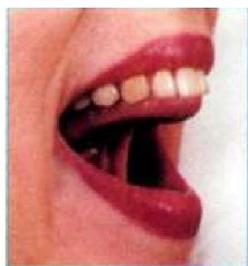
*А затем потянем ножку.*

**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.