

## Упражнения для развития мышц речевого аппарата

Упражнение	Цель	Описание	Обратить внимание
Чи зубы чище?	Вырабатывать подъем языка вверх и умение владеть языком.	Широко открыть рот и кончиком языка "почистить" верхние зубы с внутренней стороны, делая движения языком из стороны в сторону.	1. Губы в улыбке, верхние и нижние зубы видны. 2. Следить, чтобы кончик языка не высовывался, не загибался внутрь, а находился у корней верхних зубов. 3. Нижняя челюсть неподвижна; работает только язык.
Маляр	Отрабатывать движение языка вверх и его подвижность.	Улыбнуться открыть рот и "погладить" кончиком языка нёбо, делая языком движения вперед-назад.	1. Губы и нижняя челюсть должны быть неподвижны. 2. Следите, чтобы кончик языка доходил до внутренней поверхности верхних зубов, когда он продвигается вперед и не высовывался изо рта.
Широкий язычок	Выработать умение удерживать язык в спокойном, расслабленном положении	Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий передний край языка на нижнюю губу. Удерживать его в таком положении под счёт от одного до пяти- десяти.	1. Губы не растягивать в сильную улыбку, чтобы не было напряжения. 2. Следить, чтобы не подворачивалась нижняя губа. 3. Не высовывать язык далеко, он должен только накрывать нижнюю губу. 4. Боковые края языка должны касаться углов рта.

Кто дальше загонит мяч	Вырабатывать плавную, длительную непрерывную воздушную струю, идущую посередине языка	Улыбнуться, положить широкий передний край языка на нижнюю губу и, как бы произнося длительно звук ф, сдуть ватку на противоположный край стола.	1. Нижняя губа не должна натягиваться на нижние зубы. 2. Нельзя надуть щёки. 3. Следить, чтобы ребёнок произносил звук ф, а не звук х, т.е. чтобы воздушная струя была узкой, а не рассеянной.
Индюк	Вырабатывать подъем языка вверх, подвижность его передней части	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 бл-бл (как индюк болбочет).	1. Следить, чтобы язык был широким и не сужался. 2. Чтобы движения языком были вперед-назад, а не из стороны в сторону. 3. Язык должен "облизывать" верхнюю губу, а не выбрасываться вперед.
Гармошка	Укреплять мышцы языка, растягивать подъязычную связку (уздечку).	Улыбнуться, приоткрыть рот, приклеить язык к небу и, не опуская языка, закрывать и открывать рот (как растягиваются меха гармошки, так растягивается подъязычная уздечка). Губы находятся в положении улыбки. При повторении упражнения надо стараться открывать рот всё шире и всё дольше удерживать язык в верхнем положении.	1. Следить, чтобы при открывании рта губы были неподвижны. 2. Открывать и закрывать рот, удерживая его в каждом положении под счёт от трёх до десяти. 3. Следить, чтобы при открывании рта не провисала одна из сторон языка.

<p>Барабанщики</p>	<p>Укреплять мышцы кончика языка, вырабатывать подъем языка вверх и умение делать кончик языка напряженным.</p>	<p>Улыбнуться, открыть рот и постучать кончиком языка по верхним альвеолам, многократно и отчетливо произнося звук, напоминающий английский звук d: d-d-d... Сначала звук d произносить медленно, постепенно убыстрять темп. Внимание!</p>	<p>1.Рот должен быть все время открыт, губы в улыбке, нижняя челюсть неподвижна; работает только язык. 2.Следить, чтобы звук d носил характер четкого удара – не был хлюпающим. 3.Кончик языка не должен подворачиваться. 4.Звук d нужно произносить так, чтобы ощущалась выдыхаемая воздушная струя. Для этого надо поднести ко рту кусочек ваты. При правильном выполнении упражнения она будет отклоняться.</p>
<p>Приклеенная конфета</p>	<p>Укрепить мышцы языка и отработать подъем языка вверх</p>	<p>Положить широкий кончик языка на нижнюю губу. На самый край языка положить тоненький кусочек ириски, приклеить кусочек конфетки к нёбу за верхними зубами.</p>	<p>1.Следить, чтобы работал только язык, нижняя челюсть должна быть неподвижна. 2. Рот открывать не шире, чем на 1,5-2 см. 3.Если нижняя челюсть участвует в выполнении движения, можно поставить чистый указательный палец ребёнка сбоку между коренными зубами (тогда он не будет закрывать рот). 4.Выполнять упражнение надо в медленном темпе.</p>

<p>Накажем непослушный язычок</p>	<p>Вырабатывать умение, расслабив мышцы языка, удерживать его широким, распластанным</p>	<p>Немного приоткрыть рот, спокойно положить язык на нижнюю губу и, пошлёпывая его губами, произносить звуки пя-пя-пя... Удерживать широкий язык в спокойном положении, при открытом рте под счёт от одного до пяти-десяти.</p>	<p>1.Нижнюю губу не следует подворачивать и натягивать на нижние зубы.  2.Язык должен быть широким, края его касаются уголков рта.  3.Похлопывать язык губами надо несколько раз на одном выдохе. Следить, чтобы ребёнок не задерживал при этом выдыхаемый воздух.  Проконтролировать выполнение можно так: поднести ватку ко рту ребёнка, если тот делает упражнение правильно, она будет отклоняться. Одновременно это упражнение способствует выработке направленной воздушной струи.  - Улыбнуться, слегка покусывать кончик широкого язычка.</p>
<p>Грибок</p>	<p>Вырабатывать подъём языка вверх, растягивая подъязычную связку (уздечку).</p>	<p>Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот и, прижав широкий язык всей плоскостью к нёбу, широко открыть рот. (Язык будет напоминать тонкую шляпку гриба, а растянутая подъязычная связка - его ножку.)</p>	<p>1.Следить, чтобы губы были в положении улыбки.  2.Боковые края языка должны быть прижаты одинаково плотно - ни одна половина не должна опускаться.  3.При повторении упражнения надо открывать рот шире.</p>

<p>Вкусное варенье</p>	<p>Вырабатывать движение широкой передней части языка вверх и положение языка, близкое к форме чашечки, которое он принимает при произнесении шипящих звуков.</p>	<p>Слегка приоткрыть рот и широким передним краем языка облизать верхнюю губу, делая движение языком сверху вниз, но не из стороны в сторону.</p>	<p>1. Следить, чтобы работал только язык, а нижняя челюсть не помогала, не "подсаживала" язык наверх - она должна быть неподвижной (можно придерживать её пальцем).  2. Язык должен быть широким, боковые края его касаются углов рта.  3. Если упражнение не получается, нужно вернуться к упражнению "Наказать непослушный язык".  Как только язык станет распластанным, нужно поднять его наверх и завернуть на верхнюю губу.</p>
<p>Фокус</p>	<p>Вырабатывать подъем языка вверх, умение придавать языку форму ковшика и направлять воздушную струю посередине языка.</p>	<p>Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий передний край языка на верхнюю губу так, чтобы боковые края его были прижаты, а посередине языка был желобок, и сдуть ватку, положенную на кончик носа. Воздух при этом должен идти посередине языка, тогда ватка полетит вверх.</p>	<p>1. Следить, чтобы нижняя челюсть была неподвижной.  2. Боковые края языка должны быть прижаты к верхней губе; посередине образуется щель, в которую идет воздушная струя. Если это не получается, можно слегка придерживать язык.  3. Нижняя губа не должна подворачиваться и натягиваться на нижние зубы.</p>