

**Артикуляционная  
гимнастика  
на  
шипящие звуки**

## Чашечка



Улыбаюсь, рот открыт:  
Там язык уже стоит.  
К зубкам подняты края —  
Вот и «чашечка» моя.



**Цель.** Научиться удерживать язык в форме чашечки наверху, у верхних зубов. Укреплять мускулатуру языка.

**Описание.** Улыбнуться, открыть рот и установить язык наверху в форме чашечки.

**Обратите внимание!** 1. Если «чашечка» не получается, то нужно распластать язык на нижней губе и слегка надавить на середину языка. При этом края языка поднимаются вверх, и язык принимает нужную форму. 2. Можно также распластать язык похлопыванием по нему губами, завернуть его на верхнюю губу, придерживая края пальчиками. 3. При выполнении упражнения края языка находятся у верхних зубов

# Грибок



Широко открою рот,  
Будто щёлкну я вот-вот.  
Присосу язык на нёбо,  
Челюсть вниз — и вся учёба



**Цель.** Отрабатывать умение удерживать язык наверху в положении, необходимом для звука «ш». Укреплять мышцы языка, растягивать подъязычную связку (уздечку).

**Описание.** Улыбнуться, широко открыть рот, присосать язык к нёбу, чтобы подъязычная связка была натянута («ножка гриба»). Удерживать в таком положении 5-10 секунд.

**Обратите внимание! 1.** Если ребёнок затрудняется выполнить это упражнение, то можно поделаться другое упражнение: ребёнок щёлкает языком, постепенно замедляя темп («лошадка идёт медленно») и присасывает язык к нёбу.

# Вкусное варенье



Как будто варенье  
лежит на губе —  
Слижу его «чашечкой»  
в ротик себе



**Цель.** Отрабатывать движение широкой передней части языка в форме чашечки вверх. Укреплять мышцы языка.

**Описание.** 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».

**Обратите внимание!** 1. Нужно следить, чтобы работал только язык, а нижняя челюсть не «подсаживала» язык вверх — она должна быть неподвижной (можно придержать её пальцем). 2. Язык широкий, в форме чашечки. 3. Если упражнение не получается, то нужно попробовать распластать язык, а потом завернуть его на верхнюю губу, придерживая края пальцами (с бинтом).

# Лопаточка или сделать язык широким



Поперёк улыбки лёг –  
Отдыхает язычок



**Цель.** Выбатывать умение удерживать язык в свободном, расслабленном положении, лежащим на нижней губе.

**Описание.** Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий передний край языка на нижнюю губу. Удерживать его в таком положении под счёт от 1 до 5-10.

**Обратите внимание!** 1. Губы растянуты в улыбке. 2. Не подворачивать нижнюю губу внутрь. 3. Не высовывать язык далеко — он только накрывает нижнюю губу. 4. Боковые края языка должны касаться уголков рта.

# Хоботок или Трубочка



Я слегка прикрою рот,  
Губы — «хоботом» вперёд.  
Далеко я их тяну,  
Как при долгом звуке: у-у-у.



**Цель.** Выработать движение губ вперёд, укреплять мышцы губ, их подвижность.

**Описание.** Вытянуть сомкнутые губы вперёд «трубочкой». Удерживать их в таком положении под счёт от 1 до 5-10.

**Обратите внимание!** 1. Следите, чтобы при выполнении упражнения не открывался рот. Зубы почти сомкнуты. 2. Если ребёнок не может вытянуть губы вперёд, предложите ему дотянуться губами до конфеты и взять её губами. Можно предложить игру «Кто сильнее?», когда ребёнок удерживает губами бинтик или чистый платочек (свернуть конусом), а вы пытаетесь вытянуть его. 3. Можно вместе с ребёнком пропеть звук «у»: «у-у-у» — и губы примут положение трубочки.

## Почистим верхние зубки



Зубы верхние — смотри:  
Чищу «чашкой» изнутри



**Цель.** Развивать подвижность языка, укреплять кончик языка. Отрабатывать подъём языка.

**Описание.** Улыбнуться, открыть рот и широким языком «почистить» верхние зубы с внутренней стороны, делая движения из стороны в сторону.

**Обратите внимание!** 1. Улыбнуться так, чтобы были видны верхние и нижние зубы. 2. Следить за тем, чтобы кончик языка не загибался внутрь, а двигался у корней зубов. 3. Нижняя челюсть неподвижна, работает только язык.

# Гармошка

**Цель.** Укреплять мышцы языка, растягивать подъязычную связку (уздечку).

**Описание.** Улыбнуться, приоткрыть рот, присосать язык к нёбу, открывать и закрывать рот (как растягиваются меха гармошки). При этом растягивается подъязычная связка. Постепенно надо раскрывать рот все шире и дольше удерживать язык в верхнем положении.

**Обратите внимание!** 1. Если ребёнок не может присосать язык к нёбу, то нужно вернуться к упражнению «Лошадка», выполнять его в медленном темпе, дольше задерживая язык наверху



Присосу язык на нёбо,  
А теперь смотрите в оба:  
Ходит челюсть вверх и вниз —  
У неё такой круиз



# Чередование Хоботок-Улыбка, или Рупор

**Цель.** Укреплять мышцы губ и тренировать их подвижность путём переключения позиций губ. Развивать произвольное внимание.

**Описание.** Упражнение выполняется в форме игры «Делай, как я» или «Посмотри и повтори». Игру можно проводить, озвучивая движения губ («у-и-а») и молча. Взрослый выполняет поочерёдно движения губами в любом порядке («у-и-а», «а-у-и», «и-у-а», «и-у, у-и»), удерживая губы в каждой позиции 3-5 секунд, а ребёнок повторяет.

**Обратите внимание!** 1. Переход от одной позиции к другой осуществляется плавно. 2. Упражнение очень полезно для детей с дефицитом внимания



Улыбается ребёнок,  
Хобот вытянул слонёнок.  
Вот зевает бегемот,  
Широко открыв свой рот.

# «УЛЫБКА» или «ЗАБОРЧИК».



Широка Нева-река,  
И улыбка широка.  
Зубки все мои видны-  
От краёв и до десны



**Цель.** Выработать умение удерживать губы в улыбке, обнажая нижние и верхние передние зубы. Укреплять мышцы губ и развивать их подвижность.

**Описание.** Улыбнуться без напряжения так, чтобы были видны передние верхние и нижние зубы. Удерживать губы в таком положении под счёт от 1 до 5-10.

**Обратите внимание!** 1. Следите, чтобы при улыбке ребёнок не подворачивал внутрь верхнюю или нижнюю губу. 2. Если ребёнок не показывает нижние зубы, нужно научить его при сомкнутых губах опускать и поднимать только нижнюю губу. Это упражнение проводим так: кладём палец на нижнюю губу, опускаем и поднимаем её. Зубы при этом сомкнуты, нижняя челюсть неподвижна. 3. Если у ребёнка возникают затруднения, надо вместе с ним пропеть звук «и»: «и-и-и» — и губы растянутся в улыбке.