

Картотека артикуляционной гимнастики для постановки звуков позднего онтогенеза

Артикуляционная гимнастика является необходимой составляющей любого логопедического занятия. В работе с детьми, имеющими нарушения звукопроизношения, она решает задачи формирования артикуляционных укладов звуков, развития мышечной силы органов артикуляции и др. В статье предлагаются комплексы упражнений для выработки артикуляционных укладов звуков позднего онтогенеза.

Комплекс артикуляционной гимнастики для постановки звуков [З], [С], [Ц].

1. **«Улыбка – хоботок»** - губы растянуть в улыбку, чтобы видны были сомкнутые губы, произносить звук «И». Удерживать губы в таком положении под счёт до 5. Затем вытянуть сомкнутые губы вперёд «трубочкой», произносить звук «У». Удерживать губы в таком положении под счёт до 5. Повторить 5-6 раз.
2. **«Лопаточка»** - высунуть широкий кончик языка между зубами, произнося слоги: «пя-пя-пя». После произнесения последнего слога оставить рот открытым, зафиксировав широкий язык на нижней губе. Удерживать язык в таком состоянии под счёт до 5-7. Следить за тем, чтобы язык оставался широким, спокойно лежал на нижней губе. Повторить 5-6 раз.
3. **"Дуем на лопаточку"** - улыбнуться, открыть рот, положить широкий край языка на нижнюю губу и спокойно подуть по середине языка. Внимание! Нижняя губа не подворачивается внутрь, боковые края языка касаются уголков рта. Язык не сжимать зубами, он спокойно лежит на губе.
4. **«Чистим нижние зубки»** - широко улыбнуться, показать зубы, открыть рот и кончиком языка "почистить" нижние зубы с внутренней стороны. Внимание! Нижняя челюсть неподвижна, язык находится у дёсен.
5. **«Качели»** - рот открыт. Губы слегка в улыбке. Напряжённым языком дотронуться до оснований верхних зубов, затем до оснований нижних зубов. Медленно, стараться надавить на зубы в момент прикосновения. Следить за тем, чтобы нижняя челюсть была неподвижна, рот не закрывался, работал только язык. Так поочерёдно менять положение языка 6 раз. Повторить 5 раз.
6. **«Хомяк»** - язык поочерёдно упирается в правую и левую щёки, задерживаясь в каждом положении на 3-5 секунд. Рот закрыт, язык сильный, упругий. Взрослый может контролировать движение языка, приложив пальцы снаружи щёк. Так поочерёдно менять положение языка 6 раз. Повторить 5 раз. Нижняя челюсть неподвижна!
7. **«Покусываем язычок»** - улыбнуться, открыть рот и покусывать кончик языка. Медленно продвигать язык вперёд, покусывая его. Во время

- упражнения произносить «та-та-та». Не подворачивать нижнюю губу внутрь, за нижние зубы. Язык широкий, губы в улыбке. Повторять 5 раз под счёт до 5-6.
8. **"Горка"** - улыбнуться, открыть рот, кончик языка поставить за нижние зубы, широкий язык установить горкой. Если ребёнок затрудняется выполнить данное упражнение, предложите ему установить язык за нижние зубы и пропеть звук "И": "и-и-и" и язык примет нужное положение. Удерживать на счёт до 7. Повторить 5 раз.
 9. **"Катушка"**- широко улыбнуться, открыть рот. Кончик языка упирается в нижние зубы. Широкий язык "выкатывать" вперёд и убирать вглубь рта. Упражнение повторять 7 раз в спокойном темпе.
 10. **«Хрюша чавкает»** - губы в улыбке, рот приоткрыт, кончик языка упирается в нижние зубы и «чавкает».
 11. **«Катание с горки»** – язык «горочкой», зубы – санки съезжают по языку сверху вниз. 7-10 раз
 12. **«Кошечка сердится»** - губы в улыбке, рот приоткрыт, кончик языка упирается в нижние зубы, спинка языка выгнута, затем опускается. 5-6 раз
 13. **«Чиним мостик»** - губы в улыбке, рот приоткрыт, кончик языка упирается в нижние зубы и произносит Т- Т – Т – Т – Т
 14. **«Ослик»** – утрированно произносить ИЭ – ИЭ – ИЭ – ИЭ, наблюдать за язычком, язычок за нижними зубками
 15. **«Саночки»** – рот открыт, губы в улыбке. Боковые края языка плотно прижимаются к верхним коренным зубам, спинка прогибается вниз, кончик свободен. Движения языка вперед-назад, боковые края языка скользят по коренным зубам. Следить, чтобы нижняя челюсть не двигалась, губы не натягивались на зубы.
 16. **«Тише»** - улыбнуться и приоткрыть рот. Прижать широкий кончик языка к внутренней стороне верхних резцов и протяжно произнести звук [Т]. Получится т-сссс. Произносить этот звук прерывисто, с паузами. При этом сильная струя выдыхаемого воздуха должна ударять в поднесенный ко рту указательный палец.

Комплекс артикуляционных упражнений для постановки звуков [Ш], [Ж].

17. **«Улыбка – хоботок»** - губы растянуть в улыбку, чтобы видны были сомкнутые губы, произносить звук «И». Удерживать губы в таком положении под счёт до 5. Затем вытянуть сомкнутые губы вперёд «трубочкой», произносить звук «У». Удерживать губы в таком положении под счёт до 5. Повторить 5-6 раз.
18. **«Толстячки-Худышки»** - ребенок поочередно надувает и втягивает щеки в спокойном темпе, удерживая их в каждом положении 3-5 сек. Губы сомкнуты!
19. **«Хомяк»** - язык поочередно упирается в правую и левую щеки, задерживаясь в каждом положении на 3-5 сек. Рот закрыт. Ребенок контролирует движение языка, приложив пальчики снаружи щек.

20. **«Обезьянка»** - чуть приоткрыть рот и поместить язык между нижней губой и нижними зубами. Удерживать его в таком положении 3-5 сек.
21. **«Бульдог»** - чуть приоткрыть рот и поместить язык между нижней губой и нижними зубами. Удерживать его в таком положении 3-5 сек.
22. **«Обезьянка-Бульдог».**
23. **«Лопаточка»** - высунуть широкий кончик языка между зубами, произнося слоги: «пя-пя-пя». После произнесения последнего слога оставить рот открытым, зафиксировав широкий язык на нижней губе. Удерживать язык в таком состоянии под счёт до 5-7. Следить за тем, чтобы язык оставался широким, спокойно лежал на нижней губе. Повторить 5-6 раз.
24. **«Чашечка»** - улыбнуться, открыть рот, сделать «лопаточку». Затем загнуть вверх края широкого языка и установить язык в форме «чашечки». Внимание! Язык не должен лежать на нижней губе! Если «чашечка» не получается, то необходимо вернуться к упражнению «лопаточка», распластать широкий язык на нижней губе, и слегка надавить на середину языка. При этом края языка поднимаются вверх, и язык принимает нужную форму. Можно также завернуть широкий язык на верхнюю губу, придерживая края пальчиками. Внимание! Язык должен быть широким! Удерживать язык в таком положении под счёт до 5-7. Повторить 5 раз.
25. **«Чашечка» с конфеткой.** Улыбнуться, открыть рот. Широкий язык лежит на нижней губе. На серединку языка положить кусочек мармелада. Ребенку нужно занести язык в рот в виде чашечки. (см. видео).
26. **«Вкусное варенье»** - 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». Важно! 1. Следить за тем, чтобы работал только язык, а нижняя челюсть не «подсаживала» язык вверх – она должна быть неподвижной (можно придерживать ее пальцем). 2. Язык широкий, в форме «чашечки». 3. Если упражнение не получается, нужно вернуться к упражнению «Лопаточка», распластать язык, а потом завернуть его на верхнюю губу, придерживая пальцами (с бинтом).
27. **«Ступеньки»** (чередование «чашечка» на верхней губе - «чашечка» на верхних зубах - «чашечка» вверху за зубами) – улыбнуться, открыть рот, установить язык в форме «чашечки» на верхней губе, затем перевести «чашечку» на верхние зубы, а затем на верхние зубы. Удерживать в каждом положении 5-10 сек. Важно! 1. Следить за тем, чтобы двигался только язык, нижняя челюсть неподвижна. 2. Сохраняем «чашечку», плавно переводя язык из одной позиции в другую.
28. **«Фокус»** - улыбнуться, приоткрыть рот. Положить широкий передний край языка на верхнюю губу так, чтобы боковые края его были прижаты, а посередине был небольшой желобок. Затем плавно подуть вверх, на нос. Усложнение: на кончик носа положить кусочек ватки и сдуть его, он должен улететь вверх. Важно! 1. Нижние зубы не «подсаживают» язык вверх. 2. Не сжимать язык зубами. 3. Выдох плавный, длительный.

29. **«Не разбей чашечку»** - придать языку форму «чашечки» и двигать его: выдвигать его и убирать обратно в рот. Удерживать язык снаружи и внутри по 3-5 сек., не разрушая чашечки. Важно! 1. Двигается только язык, губы остаются неподвижны. 2. Можно начинать упражнение с более удобного для ребенка положения на выбор: «чашечка» снаружи, «чашечка» внутри.
30. **«Чистим чашечкой верхние зубки»** - улыбнуться, открыть рот и языком в форме «чашечки» почистить верхние зубы с внутренней стороны, делая движения из стороны в сторону. Важно! 1. Улыбнуться так, чтобы видны были 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.
31. **«Стук»** - Открыть рот, округлить губы и, не закрывая рта, в медленном темпе 4-5 раз с придыханием произнести звук [Т], ударяя кончиком языка по основаниям верхних резцов. Затем, постепенно удлиняя выдыхаемую струю, уже не ударять по альвеолам, а только поднимать к ним кончик языка. Боковые края языка прижать к верхним коренным зубам. Получится звук, напоминающий т-шшшш – барабан лопнул. Произносить этот звук прерывисто, с паузами, отделяя звук [Ш] от предыдущего [Т].
32. **«Шипение»** - открыть рот, губы слегка округлить. Широкий кончик языка поднять к альвеолам верхних зубов и образовать с ними щель. Боковые края языка плотно прижать к верхним боковым зубам. Среднюю часть спинки языка опустить вниз в форме «чашечки». Важно! 1. Следить, чтобы губы не подворачивались и не натягивались на зубы. 2. Не допускать сближения уголков рта. 3. Нижняя челюсть неподвижна. Кисть ведущей руки округлить в форме горсти, поднести ее ко рту и с шумом подуть.

Комплекс артикуляционных упражнений для постановки звуков [Л], [Л'].

33. **«Улыбка – хоботок»** - губы растянуть в улыбку, чтобы видны были сомкнутые губы, произносить звук «И». Удерживать губы в таком положении под счёт до 5. Затем вытянуть сомкнутые губы вперёд «трубочкой», произносить звук «У». Удерживать губы в таком положении под счёт до 5. Повторить 5-6 раз.
34. **«Толстячки-Худышки»** - ребенок поочередно надувает и втягивает щеки в спокойном темпе, удерживая их в каждом положении 3-5 сек. Губы сомкнуты!
35. **«Хомяк»** - язык поочередно упирается в правую и левую щеки, задерживаясь в каждом положении на 3-5 сек. Рот закрыт. Ребенок контролирует движение языка, приложив пальчики снаружи щек.
36. **«Чистим верхние зубки»** - улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот и кончиком языка «почистить» верхние зубки с внутренней стороны. Важно: 1. Губы неподвижны, растянуты в улыбке. 2. Двигая кончиком языка из стороны в сторону, нужно следить за тем, чтобы он находился у десен.

37. **«Иголочка»** - открыть рот, высунуть язык как можно дальше, напрячь его, сделать узким и удерживать в таком положении под счет от 1 до 5-10. Язык не лежит на нижней губе, а выдвигается вперед.
38. **«Маятник (часики)»** - улыбнуться, приоткрыть рот, высунуть язык как можно дальше и производить им плавные движения от одного уголка рта к другому. Прodelать 8 раз. Двигается только язык – нижняя челюсть неподвижна! Язык не облизывает нижнюю губу, а передвигается, не задевая её, от одного уголка рта к другому!
39. **«Маятник+Иголочка»** - выполняем с чупа-чупсом. Важно! Следить за тем, чтобы язык не задевал нижнюю губу. Упражнение выполняется в медленном темпе. Договариваемся с ребенком: «Когда я произнесу «пять», ты должен остановить язык и достать им чупа-чупс». Считать сначала по порядку, потом в хаотичном порядке (1, 2, 3, 6, и т.д.)
40. **«Парус»** - сделать чашечку, завести язык в рот. Поставить кончик языка за бугорки за верхними зубами, при этом выгнув среднюю часть спинки языка вперед. Рот в это время широко открыт, губы улыбаются. Добавить звук [Ы]. Повторить 5 раз.
41. **«Индюк»** - приоткрыть рот, положить язык на верхнюю губу и производить движения кончиком языка по верхней губе вперед и назад, стараясь не отрывать язык от губы, как бы поглаживая ее. Темп движений постепенно убыстрять, затем включить голос, пока не послышится бл-бл-бл. Важно! Кончик языка загибается кверху.
42. **«Качели»** - рот открыт. Губы слегка в улыбке. Напряжённым языком дотронуться до оснований верхних зубов, затем до оснований нижних зубов. Медленно, стараться надавить на зубы в момент прикосновения. Следить за тем, чтобы нижняя челюсть была неподвижна, рот не закрывался, работал только язык. Так поочередно менять положение языка 6 раз. Повторить 5 раз.
43. **«Пароход»** - широко улыбнуться, высунуть язык, зажать его зубами и петь звук [Ы]: ы-ы-ы-ы («пароход гудит»). Важно! 1. Теплый воздух выходит по бокам. 2. Если при пропевании звука [Ы] получается мягкий звук [Ль], попросите ребенка еще больше высунуть язык и зажать зубами не кончик, а среднюю часть языка.
44. **«Песенка»** - улыбнуться и приоткрыть рот. Положить широкий язык на нижнюю губу и, покусывая его зубами, произносить ла-ла-ла. Следить за тем, чтобы кончик языка неподвижно лежал на верхней губе и не прятался в рот.

Комплекс артикуляционных упражнений для постановки звуков [Р], [Р'].

45. **«Улыбка – хоботок»** - губы растянуть в улыбку, чтобы видны были сомкнутые губы, произносить звук «И». Удерживать губы в таком положении под счёт до 5. Затем вытянуть сомкнутые губы вперёд «трубочкой», произносить звук «У». Удерживать губы в таком положении под счёт до 5. Повторить 5-6 раз.

46. **«Толстячки-Худышки»** - ребенок поочередно надувает и втягивает щеки в спокойном темпе, удерживая их в каждом положении 3-5 сек. Губы сомкнуты!
47. **«Хомяк»** - язык поочередно упирается в правую и левую щеки, задерживаясь в каждом положении на 3-5 сек. Рот закрыт. Ребенок контролирует движение языка, приложив пальчики снаружи щек.
48. **«Обезьянка»** - чуть приоткрыть рот и поместить язык между нижней губой и нижними зубами. Удерживать его в таком положении 3-5 сек.
49. **«Бульдог»** - чуть приоткрыть рот и поместить язык между нижней губой и нижними зубами. Удерживать его в таком положении 3-5 сек.
50. **«Обезьянка-Бульдог»**.
51. **«Чашечка»** - улыбнуться, открыть рот, сделать «лопаточку». Затем загнуть вверх края широкого языка и установить язык в форме «чашечки». Внимание! Язык не должен лежать на нижней губе! Если «чашечка» не получается, то необходимо вернуться к упражнению «лопаточка», распластать широкий язык на нижней губе, и слегка надавить на середину языка. При этом края языка поднимаются вверх, и язык принимает нужную форму. Можно также завернуть широкий язык на верхнюю губу, придерживая края пальчиками. Внимание! Язык должен быть широким! Удерживать язык в таком положении под счёт до 5-7. Повторить 5 раз.
52. **«Чашечка» с конфеткой**. Улыбнуться, открыть рот. Широкий язык лежит на нижней губе. На серединку языка положить кусочек мармелада. Ребенку нужно занести язык в рот в виде чашечки. (см. видео).
53. **«Вкусное варенье»** - 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». Важно! 1. Следить за тем, чтобы работал только язык, а нижняя челюсть не «подсаживала» язык вверх – она должна быть неподвижной (можно придерживать ее пальцем). 2. Язык широкий, в форме «чашечки». 3. Если упражнение не получается, нужно вернуться к упражнению «Лопаточка», распластать язык, а потом завернуть его на верхнюю губу, придерживая пальцами (с бинтом).
54. **«Ступеньки»** (чередование «чашечка» на верхней губе - «чашечка» на верхних зубах - «чашечка» вверху за зубами) – улыбнуться, открыть рот, установить язык в форме «чашечки» на верхней губе, затем перевести «чашечку» на верхние зубы, а затем на верхние зубы. Удерживать в каждом положении 5-10 сек. Важно! 1. Следить за тем, чтобы двигался только язык, нижняя челюсть неподвижна. 2. Сохраняем «чашечку», плавно переводя язык из одной позиции в другую.
55. **«Фокус»** - улыбнуться, приоткрыть рот. Положить широкий передний край языка на верхнюю губу так, чтобы боковые края его были прижаты, а посередине был небольшой желобок. Затем плавно подуть вверх, на нос. Усложнение: на кончик носа положить кусочек ватки и сдуть его, он должен улететь вверх. Важно! 1. Нижние зубы не «подсаживают» язык вверх. 2. Не сжимать язык зубами. 3. Выдох плавный, длительный.

56. **«Не разбей чашечку»** - придать языку форму «чашечки» и двигать его: выдвигать его и убирать обратно в рот. Удерживать язык снаружи и внутри по 3-5 сек., не разрушая чашечки. Важно! 1. Двигается только язык, губы остаются неподвижны. 2. Можно начинать упражнение с более удобного для ребенка положения на выбор: «чашечка» снаружи, «чашечка» внутри.
57. **«Шмель»** - улыбнуться, положить широкий распластанный язык на нижнюю губу, загнуть его края «чашечкой» и втянуть чашечку за верхние зубы. Добавить голос. Должен получиться звук, похожий на «ж». Внимание! Следить за тем, чтобы нижняя челюсть и губы не двигались. Язык не должен касаться нижних зубов, рот не закрывать, улыбка широкая. При правильном выполнении упражнения воздушная струя проходит по середине языка.
58. **«Барабан»** - губы в широкой улыбке, сделать «Чашечку», занести «чашечку» в рот и кончиком языка отчетливо барабанить по бугоркам за верхними зубами. Должен получиться звук, напоминающий английский звук [D]. Внимание! Рот должен быть всё время открыт, губы в улыбке, нижняя челюсть неподвижна. Работает только язык. Кончик языка не должен подворачиваться. Звук произносится чётко, ритмично.
59. **«Лошадка»** - улыбнуться, открыть рот и пощелкать кончиком языка. Важно! 1. Упражнение сначала выполняется в медленном темпе, а затем темп убыстряется. 2. Нижняя челюсть не двигается, работает только язык.
60. **«Грибочек»** - улыбнуться, широко открыть рот, присосать язык к небу, чтобы подъязычная связка была натянута («ножка гриба»). Удерживать в таком положении 5-10 сек. Важно! 1. Следить за тем, чтобы подбородок опускался вниз, не отклоняясь влево или вправо. 2. Рот открывать на такую ширину, чтобы ребенок чувствовал напряжение уздечки. 3. Выполнение упражнения без усилий со стороны ребенка не имеет смысла. Темп выполнения – медленный, размеренный.
61. **«Гармошка»** - улыбнуться, приоткрыть рот, присосать язык к небу, открывать и закрывать рот. При этом подъязычная связка растягивается. Постепенно надо раскрывать рот все шире и шире и дольше удерживать язык в верхнем положении.
62. **«Заводим мотоцикл»** - улыбнуться и протяжно произносить нижнеязычный звук [З] (кончик языка находится у оснований нижних резцов). Верхние резцы должны находиться над нижними, между ними небольшая щель. Затем, не прерывая голосоподачи, следует перевести кончик языка вверх, на альвеолы у оснований верхних зубов. Послышится фриктивный звук [г]. Звук должен быть максимально звонким. Затем следует сильно подуть на кончик языка, при этом воздушная струя должна быть настолько сильной, чтобы язык завибрировал. В результате получится «з-rrrr».
63. **«Парус»** - очень звонко и протяжно произносить звук [Д], как можно дольше прижимая кончик языка к альвеолам верхних передних зубов. При этом струя выдыхаемого воздуха должна быть настолько сильной, чтобы

язык-парус «затрепетал» на ветру так, чтобы «ветер порвал парус» (оторвал кончик языка от альвеол). На подставленной ко рту ладони должен ощущаться этот «порыв ветра». В результате должно получиться звукосочетание «д-rrrr».

Вариант 2. Отработав первый вариант упражнения, «вклинивать» между согласными редуцированный гласный звук: «дра – дыра». Постепенно удлиняя гласный, переходить к послоговому произношению: «ды-ра», и наконец, просто «ра».

Список использованной литературы:

1. Воробьева Т.А., Крупенчук О.И. Логопедические упражнения: Артикуляционная гимнастика. – СПб.: Издательский дом «Литера», 2013.
2. Лебедева И.Л. Сказки деда Логопеда: методическое пособие. – М.: Вентана – Граф, 2015.