**Перечень артикуляционных упражнений**

**для детей 4-5 лет**

Условия выполнения:

1. Проводить ежедневно, продолжительность не более 3-5 минут;

2. Применять упражнения в режимных моментах, на занятии, на прогулке

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  **Название упражнения** | **Цель** | **Инструкция****по выполнению упражнения** |
| **«Лягушка»** Вот понравится лягушкам,Тянем губы прямо к ушкам.Потяну, и перестануИ не сколько не устану.  | Выработать умение удерживать губы в улыбке, обнажая нижние и верхние передние зубы. | Улыбнуться так, чтобы были видны передние верхние и нижние зубы. (Чтобы показать ребенку, как это сделать, надо про себя произносить звук и). Удерживать в таком положении губы под счет от одного до пяти – десяти.*Методические указания:*1. Следить, чтобы при улыбке верхняя губа не подворачивалась, не натягивалась на верхние зубы.2. Если ребенок не показывает нижние зубы, нужно научить его при сомкнутых губах опускать и поднимать только нижнюю губу. Сначала это упражнение можно проводить так: положив палец под нижнюю губу, опускать и поднимать ее. Зубы при этом сомкнуты, нижняя челюсть неподвижна. |
| **«Хоботок»**Подражаю я слону.Губы хоботком тяну.А теперь их опускаюИ на место возвращаю.  | Выработать движение губ вперед. | Вытянуть сомкнутые губы вперед трубочкой. Удерживать в таком положении под счет от одного до пяти – десяти.*Методические указания:*1. Следить, чтобы при вытягивании губ вперед не открывался рот; зубы должны быть сомкнуты.2. Если ребенок не умеет вытянуть губы вперед, предложите дотянуться ему губами до конфетки, находящейся на расстоянии 1,5 – 2 см от губ, и взять ее губами. |
| **«Лягушка - хоботок»**Свои губы прямо к ушкамРастяну я, как лягушка.А теперь слоненок я,Хоботок есть у меня. | Совершенствовать умения детей чередовать движения губ вперед (хоботок) - в стороны (улыбка). | На счет «раз-два» чередовать упражнение «Лягушка» и упражнение «Хоботок».  |
| **«Окошко»** | Вырабатывать умение детей удерживать рот в открытом положении. | На счет «раз» широко открыть рот (окошко открыто), на счет «два» закрыть рот (окошко закрыто). |
| **«Лопаточка»** Язык лопаткой положи,И под счет его держи:Раз, два, три, четыре, пять!Язык надо расслаблять! или Язычок широкий, гладкий –Получается лопатка!  | Вырабатывать умение удерживать язык в спокойном, расслабленном положение.  | Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий передний край языка на нижнюю губу. Удерживать его в таком положении под счет от одного до пяти – десяти.*Методические указания:*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 уголков рта.5. Если это упражнение не получается, надо выполнить упражнение «Месим тесто». |
| **«Месим тесто»** | Вырабатывать умение, расслабив мышцы языка, удерживать его широким и распластанным. | Немного приоткрыть рот, спокойно положить язык на нижнюю губу и, пошлепывая его губами, произносить звуки *«пя-пя-пя …»*. Удерживать широкий язык в спокойном положении при открытом рте под счет от одного до пяти – десяти. |
| **«Трубочка»** | Выработать умение поднимать края языка, сворачивая в трубочку. | Открыть рот, свернуть язык трубочкой. Длительно подуть в эту трубочку. |
| **«Иголочка»**Маленького роста я,Тонкая и острая.Носом путь себе ищу,За собою хвост тащу.илиЯзычок наш, как иголкаНе ленись – уколет колко. | Выработать умение удерживать язык в напряженном состоянии, делая кончик языка «острым». | Улыбнуться, открыть рот. Высунуть язык наружу, чтобы он был «острым», как жало.*Методические указания:*1. Следить, чтобы кончик языка не загибался вверх.  |
| **«Лопаточка - иголочка»**Язык лопаткой положиИ спокойно подержи.Язык иголочкой потомПотянем тонким острием. | Совершенствовать умение детей чередовать положение языка «широкий - узкий». | На счет «раз-два» чередовать упражнения «Лопаточка» и упражнение «Иголочка».  |
| **«Часики»**Тик – так, тик – так.Ходят часики вот так!Как так? Вот так:Тик – так, тик – так!  | Выработать умение двигать язык к уголкам рта: вправо – влево. | Улыбнуться, показать зубы, отклонить высунутый язык вправо, затем влево. Чередовать движения под счет или читая стихотворение для этого упражнения.*Методические указания*. Нижняя челюсть при этом остается неподвижной. |
| **«Качели»**Вверх – вниз, вверх – вниз,Ты качаться не ленись!Вверх – вниз, вверх – вниз  | Вырабатывать умение быстро менять положение языка «верх - низ». | Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот, положить широкий язык за нижние зубы (с внутренней стороны) и удерживать в таком положении под счет от одного до пяти. Потом поднять широкий язык за верхние зубы (тоже с внутренней стороны) и удерживать под счет от одного до пяти. Так поочередно менять положение языка 4 – 6 раз.*Методические указания*. Следить, чтобы работал только язык, а нижняя челюсть и губы оставались неподвижными. |
| **«Чашечка»** | Научиться удерживать язык в форме чашечки наверху, у верхних зубов. Укреплять мускулатуру языка. | Улыбнуться, открыть рот и установить язык наверху в форме чашечки.*Методические указания.*- Если «Чашечка» не получается, то необходимо распластать язык на нижней губе и слегка надавить на середину языка. При этом края языка поднимаются вверх, и язык принимает нужную форму.- Можно также распластать язык похлопыванием по нему губами, завернуть его на верхнюю губу, придерживая края пальчиками.- При выполнении упражнения края языка находятся у верхних зубов. |
| **«Индюк»** | Вырабатывать подъём языка вверх, подвижность его передней части. | Приоткрыть рот, положить язык на нижнюю губу и производить движения широким передним краем языка по верхней губе вперёд и назад, стараясь не отрывать язык от губы, как бы поглаживая её.Сначала производить медленные движения, потом убыстрить темп и добавить голос, пока не слышится бл - бл (как индюк болбочет).*Методические указания*.- Следить, чтобы язык был широким и не сужался.- Чтобы движения языком были вперёд - назад, а не из стороны в сторону.- Язык должен «облизывать» верхнюю губу, а не выбрасываться вперёд. |
| **«Лошадка»**Ты, лошадка, хвост не прячь!На тебе помчимся вскачь.  | Укреплять мышцы языка и вырабатывать подъем языка вверх.  | Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот и пощелкать кончиком языка (как лошадка цокает копытами).*Методические указания:*1. Упражнение в начале выполняется в медленном темпе, потом темп убыстряется.2. Нижняя челюсть не должна двигаться; работает только язык.3. Если у ребенка пощелкивание не получается, ребенок должен выполнять упражнение «Приклей конфетку», а потом вернуться к упражнению «Лошадка».4. Следить, чтобы кончик языка не подворачивался вовнутрь, т.е., чтобы ребенок щелкал языком, а не чмокал. |
| **«Приклей конфетку»** | Укрепить мышцы языка и отработать подъем языка вверх. | Положить широкий кончик языка на нижнюю губу. На самый край языка положить тоненький кусочек ириски, приклеить кусочек конфетки к нёбу за верхними зубами.*Методические указания:*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 ребенка сбоку между коренными зубами (тогда он не будет закрывать рот).4. Выполнять упражнение надо в медленном темпе. |
| **«Загнать мяч в ворота»** | Вырабатывать длительную, направленную воздушную струю. | Вытянуть губы вперёд трубочкой и длительно дуть на ватный шарик (лежит на столе перед ребёнком), загоняя его между двумя кубиками.*Методические указания.*- Следить, чтобы не надувались щёки, для этого их можно слегка придерживать пальцами.- Загонять шарик на одном выдохе, не допуская, чтобы воздушная струя была прерывистой. |
| **«Наказать непослушный язык»** | Вырабатывать умение, расслабив мышцы языка, удерживать его широким, распластанным. | Немного приоткрыть рот, спокойно положить язык на нижнюю губу и, пошлёпывая его губами, произнести звук «пя-пя-пя».Удерживать широкий язык в спокойном положении при открытом рте под счёт до 5, до 10.*Методические указания.*- Нижнюю губу не следует подворачивать и натягивать на нижние зубы.- Язык должен быть широким, края его касаются уголков рта.- Похлопывать язык губами надо несколько раз на одном выдохе.- Следить, чтобы ребёнок не задерживал при этом выдыхаемый воздух. |
| **«Почистим зубы»** | Научить детей удерживать кончик языка за нижними зубами. | Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот и кончиком языка почистить нижние зубы, делая сначала движения языком из стороны в сторону, потом снизу вверх.*Методические указания*.- Губы неподвижны, находятся в положении улыбки.- Двигая кончиком языка из стороны в сторону, следить, чтобы он находился у десен, а не скользил по верхнему краю зубов.- Двигая языком снизу вверх, следить, чтобы кончик языка был широким и начинал движение от корней нижних зубов. |
| **«Чьи зубы чище»** | Вырабатывать подъём языка вверх.  | Приоткрыть рот и кончиком языка «почистить» верхние зубы с внутренней стороны, делая движения языком из стороны в сторону.*Методические указания*.- Губы в улыбке, верхние и нижние зубы видны.- Следить, чтобы кончик языка не высовывался, не загибался внутрь, а находился у верхних зубов.- Нижняя челюсть неподвижна, работает только язык. |