**Примерный комплекс упражнений**

**для выработки артикуляционных укладов**

**звуков С, СЬ, 3, ЗЪ, Ц**

Выработка необходимых движений языка и образованию
воздушной струи способствуют следующие упражнения.

**1. "Наказать непослушный язычок".**

*Цель:* выработать умение, расслабив мышцы языка, удерживать
его широко распластанным.

Улыбнуться. Приоткрыть рот. Спокойно положить язык на
нижнюю губу и, пошлепывая его губами, произносить звуки *пя-пя-пя.*Похлопать язык губами несколько раз на одном выдохе, затем
удерживать широкий язык в спокойном положении при открытом рте
под счёт от 1 до 5-10. Следить, чтобы ребёнок не задерживал
выдыхаемый воздух. Контроль за выдыхаемой струёй воздуха
осуществляется с помощью ватки, поднесённой ко рту ребёнка: если
упражнение выполняется правильно, ватка будет отклоняться. Нижняя
губа не должна подворачиваться и натягиваться на нижние зубы.
Боковые края языка касаются углов рта.

**2. "Блинчик".**

*Цель:* выработать умение делать язык широким и удерживать его в
спокойном, расслабленном состоянии.

Рот открыт. Губы в улыбке. Положить широкий передний край
языка на нижнюю губу и удерживать его в таком положении под счёт от
1 до 5-10. Следить, чтобы губы не были напряжены, не растягивались в
широкую улыбку, чтобы нижняя губа не подворачивалась и не
натягивалась на нижние зубы. Язык не высовывается далеко: он должен
только накрывать нижнюю губу. Боковые края языка должны касаться
краёв рта.

**3. "Качели".**

*Цель:* укреплять мышцы языка. Развивать гибкость и подвижность
кончика языка, умение им управлять.

Рот открыт. Губы в улыбке. Движение языка:

а) широкий язык поднимается к носу и отпускается к подбородку;

б) широкий язык поднимается к верхней губе, затем опускается к нижней губе;

в) широкий язык вставит между верхними зубами и губой, затем
между нижними зубами и губой;

г) широкий кончик языка прикасается к верхним резцам, затем к
нижним;

д) широким кончиком языка дотронуться до бугорков (альвеол) за
нижними резцами, затем за верхними;

е) широким кончиком языка дотронуться до альвеол за нижними
резцами, затем - до мягкого нёба.

При выполнении всех упражнений следить, чтобы язык не
сужался, губы и нижняя челюсть были неподвижны, губы не
натягивались на зубы.

**4. " Попрыгунчик".**

*Цель:* укреплять мышцы языка, развивать гибкость и точность
движений кончика языка, умение им управлять
Рот открыт. Губы в улыбке. Движение языка:

а) широким языком дотронуться до верхних зубов с наружной
стороны, затем с внутренней.

б) широким языком дотронуться до нижних зубов с наружной
стороны, затем с внутренней.

При выполнении упражнений следить, чтобы язык не сужался,
нижняя челюсть и губы были неподвижны.

**5. "Почистим зубы".**

*Цель:* учиться удерживать кончик языка за нижними зубами,
развивать умение управлять языком, точность движений.

Рот открыт. Губы в улыбке. Широким кончиком языка погладить
нижние зубы, делая движение языком вверх-вниз. Следить, чтобы язык
не сужался, останавливался у верхнего края зубов и не выходил за него,
губы находились в положении улыбки, нижняя челюсть не двигалась.

**6. "Пирожок".**

*Цель:* укреплять мышцы языка, развивать умение поднимать
боковые края языка.

Рот открыт. Губы в улыбке. Широкий язык положить на нижнюю
губу. Затем боковые края языка поднимаются и сворачиваются в

"пирожок".

Если это упражнение не удаётся, полезно помогать подниманию
боковых краёв языка губами, надавливая ими на боковые края языка.
Иногда этому помогает надавливание по средней линии языка зондом, спицей и т.д.; дети могут помогать себе руками (следить за чистотой
рук!).

**7. "Лодочка".**

*Цель:* укреплять мышцы языка, развивать умение управлять
языком, вырабатывать подъём боковых краёв языка вверх.

Рот открыт. Губы в улыбке. Язык высунут. Боковые края
лопатообразного языка поднимаются, по средней продольной линии
языка образуется впадина. Язык в таком положении удерживается под
счёт от 1 до 5-10. Следить, чтобы губы не помогали языку, оставались
неподвижными.

**8. "Самосвал".**

*Цель:* укреплять мышцы языка вырабатывать подъём боковых
краёв языка, развивать подвижность и гибкость кончика языка.

Рот открыт. Губы в улыбке. Боковые края языка упираются в
боковые верхние зубы почти до клыков. Широкий кончик языка
поднимать и опускать, касаясь им верхней и нижней десны, за зубами.
Следить, чтобы нижняя челюсть и губы были неподвижны.

**9. "Горка".**

*Цель:* выработать подъём спинки языка вверх, умение удерживать
кончик языка у нижних зубов.

Рот открыт. Губы в улыбке. Широкий кончик языка упирается в
основания нижних резцов. Спинка языка выгибается, затем
выравнивается. Следить, чтобы кончик языка не отрывался от зубов, язык не сужался, губы и нижняя челюсть были неподвижны.

**10. "Катушка".**

*Цель:* выработать умение поднимать боковые края языка, прогибать спинку языка, удерживая кончик языка у нижних зубов.

Рот открыт. Губы в улыбке. Широкий кончик языка упирается в
основания нижних резцов. Боковые края языка прижаты к верхним
коренным зубам. Широкий язык "выталкивает" вперёд и убирается
вглубь рта. Следить, чтобы язык не сужался, боковые края языка
скользили по коренным зубам, кончик языка не отрывался от резцов, губы и нижняя челюсть были неподвижны.

**11. Упражнение в произношении звука *и.****Цель:* выработать умение управлять языком.

В игровой форме отрабатывается произнесение звука *и,* при
котором положение языка близко к нормальной артикуляции звука *с.*

12. **"Загнать мяч в ворота".**

*Цель:* выработать длительную, направленную воздушную струю.

Вытянуть губы вперёд трубочкой и длительно дуть на ватный
шарик, лежащий на столе, пытаясь загнать его в "ворота" между двумя
кубиками. Загонять шарик следует на одном выдохе, не допуская, чтобы
воздушная струя была прерывистой. Следить, чтобы щёки не
надувались; для этого их можно слегка прижать ладонями.

13. **"Подуть через трубочку".**

*Цель:* выработать плавную, длительную, непрерывную воздушную
струю, идущую по середине языка.

Рот открыт. Губы в улыбке. Язык свернуть в трубочку и подуть на
узкую полоску из бумаги, закреплённую между бровями и свисающей
до середины лица. При правильном выполнении упражнения бумажная
полоска отклоняется вверх. Стараться как можно дольше удерживать её
на выдыхаемой воздушной струе. Следить, чтобы щеки не надувались.

14. **"Кто дальше загонит мяч".**

*Цель:* вырабатывать плавную, длительную, непрерывную
воздушную струю, идущую по середине языка.

Рот открыт. Губы в улыбке. Язык высунут. Боковые края
лопатообразного языка подняты. Как бы произнося длительно звук *ф, сдуть* ватку на противоположный край стола. Следить, чтобы не
надувались щёки, нижняя губа не натягивалась на нижние зубы, чтобы
дети произносили звук *ф,* а не *х,* то есть чтобы воздушная струя была
узкая, а не рассеянная.

15. **"Сдуть снежинку".**

*Цель:* выработать плавную, целенаправленную воздушную струю
воздуха, идущую по середине языка.

Рот приоткрыт. Губы в улыбке. Широкий язык высунут. Кончик
языка опущен. Боковые края языка прижаты к верхним зубам. На
кончик языка положить бумажный квадратик размером 1\*1 см и сдуть
его. Следить, чтобы щёки не надувались и губы не натягивались на
зубы, чтобы дети как бы произносили звук *ф,* а не *х.*

16. **"Подуть через соломинку".**

*Цель:* вырабатывать умение направлять воздушную струю по
середине языка.

Рот открыт. Губы в улыбке. Широкий кончик языка упирается в
основания нижних резцов. Посередине языка кладётся соломинка для
коктейля, конец которой опускается в стакан с водой. Подуть через
соломинку, чтобы вода в стакане забурлила. Следить, чтобы щёки не
надувались, губы были неподвижны.

**17. "Заборчик".**

*Цель:* укреплять круговую мышцу рта, развивать умение
удерживать губы в улыбке.

Зубы сомкнуты. Губы в улыбке. Верхние и нижние резцы видны.

**18. "Рупор".**

*Цель:* укреплять круговую мышцу рта, развивать умение округлять
губы и удерживать их в таком положении.

Зубы сомкнуты. Губы округлены и чуть вытянуты вперёд, как при
звуке о.Верхние и нижние резцы видны.

**19. "Трубочка".**

*Цель:* укреплять круговую мышцу рта, развивать умение
вытягивать вперёд округлённые губы.

Зубы сомкнуты. Губы округлены и вытянуты вперёд, как при звуке

[у]

**20. "Заборчик"-"Рупор"-"Трубочка".**

*Цель:* укреплять круглую мышцу рта, вырабатывать умение
быстро менять положение губ.

Зубы сомкнуты. Губами имитируется произнесение звуков *и-о-у.*

**21. Упражнение в произнесении звуков *т-с.*** Перед
постановкой звуков *ц* полезно проводить упражнение в поочерёдном
произнесении звуков *тис,* что способствует быстрому переключению
языка из одного положения в другое и необходимо для правильного
произнесения звука *ц.* Сначала звуки произносятся медленно, затем
темп убыстряется и звуки произносятся без перерыва: *тс-тс-тс.* При
произнесении ощущается один удар воздушной струи (проверять
тыльной стороной ладони). Следить, чтобы дети не произносили *тэс*или *тыс.*