

**Перечень артикуляционных упражнений  
для детей 3-4 лет**

Условия выполнения:

1. Проводить 3-5 раз в день;
2. Применять упражнения в режимных моментах, на занятии, на прогулке;

Название упражнения	Цель	Инструкция по выполнению упражнения
<p align="center"><b>«Лягушка»</b></p> <p>Вот понравится лягушкам, Тянем губы прямо к ушкам. Потяну, и перестану И не сколько не устану.</p>	<p>Выработать умение удерживать губы в улыбке, обнажая нижние и верхние передние зубы.</p>	<p>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.</p> <p><i>Методические указания:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Следить, чтобы при улыбке верхняя губа не подворачивалась, не натягивалась на верхние зубы.</li> <li>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.</li> </ol>
<p align="center"><b>«Хоботок»</b></p> <p>Подражаю я слону. Губы хоботком тяну. А теперь их опускаю И на место возвращаю.</p>	<p>Выработать движение губ вперед.</p>	<p>Вытянуть сомкнутые губы вперед трубочкой. Удерживать в таком положении под счет от одного до пяти – десяти.</p> <p><i>Методические указания:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Следить, чтобы при вытягивании губ вперед не открывался рот; зубы должны быть сомкнуты.</li> <li>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.</li> </ol>
<p><b>«Лягушка - хоботок»</b></p> <p>Свои губы прямо к ушкам Растяну я, как лягушка. А теперь слоненок я, Хоботок есть у меня.</p>	<p>Совершенствовать умения детей чередовать движения губ вперед (хоботок) - в стороны (улыбка).</p>	<p>На счет «раз-два» чередовать упражнение «Лягушка» и упражнение «Хоботок».</p>
<p align="center"><b>«Окошко»</b></p>	<p>Вырабатывать умение детей удерживать рот в открытом положении.</p>	<p>На счет «раз» широко открыть рот (окошко открыто), на счет «два» закрыть рот (окошко закрыто).</p>
<p align="center"><b>«Лопаточка»</b></p> <p>Язык лопаткой положи,</p>	<p>Вырабатывать умение удерживать язык в спокойном, расслабленном положении.</p>	<p>Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий передний край языка на нижнюю губу. Удерживать его в таком положении под счет от одного до пяти –</p>

<p>И под счет его держи: Раз, два, три, четыре, пять! Язык надо расслаблять!</p> <p>или</p> <p>Язычок широкий, гладкий – Получается лопатка!</p>		<p>десяти. <i>Методические указания:</i> 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».</p>
<p><b>«Месим тесто»</b></p>	<p>Вырабатывать умение, расслабив мышцы языка, удерживать его широким и распластанным.</p>	<p>Немного приоткрыть рот, спокойно положить язык на нижнюю губу и, пошлепывая его губами, произносить звуки «ня-ня-ня ...». Удерживать широкий язык в спокойном положении при открытом рте под счет от одного до пяти – десяти.</p>
<p><b>«Иголочка»</b> Маленького роста я, Тонкая и острая. Носом путь себе ищу, За собою хвост тащу. или Язычок наш, как иголка Не ленись – уколёт колко.</p>	<p>Выработать умение удерживать язык в напряженном состоянии, делая кончик языка «острым».</p>	<p>Улыбнуться, открыть рот. Высунуть язык наружу, чтобы он был «острым», как жало. <i>Методические указания:</i> 1. Следить, чтобы кончик языка не загибался вверх.</p>
<p><b>«Лопаточка - иголочка»</b> Язык лопаткой положи И спокойно поддержи. Язык иголкой потом Потянем тонким острием.</p>	<p>Совершенствовать умение детей чередовать положение языка «широкий - узкий».</p>	<p>На счет «раз-два» чередовать упражнения «Лопаточка» и упражнение «Иголочка».</p>
<p><b>«Часики»</b> Тик – так, тик – так. Ходят часики вот так! Как так? Вот так: Тик – так, тик – так!</p>	<p>Выработать умение двигать язык к уголкам рта: вправо – влево.</p>	<p>Улыбнуться, показать зубы, отклонить высунутый язык вправо, затем влево. Чередовать движения под счет или читая стихотворение для этого упражнения. <i>Методические указания.</i> Нижняя челюсть при этом остается неподвижной.</p>
<p><b>«Качели»</b> Вверх – вниз, вверх – вниз, Ты качаться не ленись! Вверх – вниз, вверх – вниз</p>	<p>Вырабатывать умение быстро менять положение языка «верх - низ».</p>	<p>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. <i>Методические указания.</i> Следить, чтобы</p>

		работал только язык, а нижняя челюсть и губы оставались неподвижными.
<b>«Индюк»</b>	Вырабатывать подъем языка вверх, подвижность его передней части.	<p>Приоткрыть рот, положить язык на нижнюю губу и производить движения широким передним краем языка по верхней губе вперед и назад, стараясь не отрывать язык от губы, как бы поглаживая её.</p> <p>Сначала производить медленные движения, потом убыстрить темп и добавить голос, пока не слышится бл - бл (как индюк болбочет).</p> <p><i>Методические указания.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Следить, чтобы язык был широким и не сужался.</li> <li>- Чтобы движения языком были вперед - назад, а не из стороны в сторону.</li> <li>- Язык должен «облизывать» верхнюю губу, а не выбрасываться вперед.</li> </ul>
<b>«Лошадка»</b> Ты, лошадка, хвост не прячь! На тебе помчимся вскачь.	Укреплять мышцы языка и вырабатывать подъем языка вверх.	<p>Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот и пощелкать кончиком языка (как лошадка цокает копытами).</p> <p><i>Методические указания:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Упражнение в начале выполняется в медленном темпе, потом темп убыстряется.</li> <li>2. Нижняя челюсть не должна двигаться; работает только язык.</li> <li>3. Если у ребенка пощелкивание не получается, ребенок должен выполнять упражнение «Приклей конфетку», а потом вернуться к упражнению «Лошадка».</li> <li>4. Следить, чтобы кончик языка не подворачивался вовнутрь, т.е., чтобы ребенок щелкал языком, а не чмокал.</li> </ol>
<b>«Приклей конфетку»</b>	Укрепить мышцы языка и отработать подъем языка вверх.	<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><i>Методические указания:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Следить, чтобы работал только язык. Нижняя челюсть должна быть неподвижна.</li> <li>2. Рот открывать не шире чем на 1,5 – 2 см.</li> <li>3. Если нижняя челюсть участвует в выполнении движения, можно поставить чистый указательный палец ребенка сбоку между коренными зубами (тогда он не будет закрывать рот).</li> <li>4. Выполнять упражнение надо в медленном темпе.</li> </ol>

<p><b>«Загнать мяч в ворота»</b></p>	<p>Вырабатывать направленную струю. длительную, воздушную</p>	<p>Вытянуть губы вперед трубочкой и длительно дуть на ватный шарик (лежит на столе перед ребёнком), загоняя его между двумя кубиками.  <i>Методические указания.</i>  - Следить, чтобы не надувались щёки, для этого их можно слегка придерживать пальцами.  - Загонять шарик на одном выдохе, не допуская, чтобы воздушная струя была прерывистой.</p>
<p><b>«Наказать непослушный язык»</b></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, произнести звук «пя-пя-пя».  Удерживать широкий язык в спокойном положении при открытом рте под счёт до 5, до 10.  <i>Методические указания.</i>  - 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.</p>
<p><b>«Почистим зубы»</b></p>	<p>Научить детей удерживать кончик языка за нижними зубами.</p>	<p>Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот и кончиком языка почистить нижние зубы, делая сначала движения языком из стороны в сторону, потом снизу вверх.  <i>Методические указания.</i>  - 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.</p>
<p><b>«Чьи зубы чище»</b></p>	<p>Вырабатывать подъём языка вверх.</p>	<p>Приоткрыть рот и кончиком языка «почистить» верхние зубы с внутренней стороны, делая движения языком из стороны в сторону.  <i>Методические указания.</i>  - 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.</p>