**Примерный комплекс упражнений**

**для выработки артикуляционных**

**укладов звуков Ш, Ж, Ч, Щ.**

**1. "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.

**2. "Пирожок".**

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

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

**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. "Маляр".**

*Цель:* вырабатывать движение языка вверх, его подвижность, умение управлять им.

Рот открыт. Губы в улыбке. Широким кончиком языка погладить нёбо, делая движение языка назад-вперёд (от зубов к горлу и обратно). Следить, чтобы язык не сужался, доходил до внутренней поверхности верхних резцов и не высовывался изо рта, губы не натягивались на зубы, нижняя челюсть не двигалась.

**6. "Грибок".**

*Цель:* укреплять мышцы языка, вырабатывать движение языка вверх, растягивать подъязычную уздечку.

Рот открыт. Губы в улыбке. Прижать широкий язык всей  
плоскостью к нёбу (язык присасывается) и удержать в таком положении под счёт от 1 до 5-10. Язык будет напоминать тонкую шляпку грибка, а растянутая подъязычная уздечка - его ножку. Следить, чтобы боковые края языка были одинаково плотно прижаты к нёбу (ни одна половина не должна провисать), чтобы губы не натягивались на зубы. При повторении упражнения рот надо открывать шире.

**7. "Гармошка".**

*Цель:* укреплять мышцы языка, вырабатывать умение удерживать язык в вертикальном положении, растягивать подъязычную уздечку.

Рот открыт. Губы в улыбке. Широкий язык прижать к нёбу (язык присасывается) и, не опуская языка, раскрывать и закрывать рот. При повторении упражнения надо стараться открывать рот всё шире и дольше удерживать в таком положении. Следить, чтобы при открывании рта губы были в улыбке и оставались неподвижными, а язык не провисал.

**8. "Вкусное варенье".**

*Цель:* укреплять мышцы языка, развивать подвижность языка, вырабатывать-подъём широкой передней части языка.

Рот открыт. Губы в улыбке. Широким переднем краем языка облизать верхнюю губу, делая движение языком сверху вниз, затем втянуть язык в рот, к центру нёба. Следить, чтобы язык не сужался, при втягивании его боковые края скользили по коренным зубам, а кончик языка был поднят. Губы не натягиваются на зубы, нижняя челюсть не "подсаживает" язык вверх - она должна быть неподвижна.

**9. "Чашечка".**

*Цель:* укреплять мышцы языка, вырабатывать подъём боковых краёв и кончика языка, умение удерживать язык в таком положении.

Рот открыт. Губы в улыбке. Язык высунут. Боковые края и кончик языка подняты, средняя часть спинки языка опущена, прогибается книзу. В таком положении язык удержать под счёт от 1 до 5-10. Следить, чтобы губы не натягивались на зубы, нижняя челюсть была неподвижна.

**10. "Фокус".**

*Цель:* вырабатывать умение удерживать боковые края и кончик языка в поднятом состоянии, учить направлять воздушную струю по середине языка.

Рот открыт. Губы в улыбке. Язык высунут. Боковые края и кончик языка подняты, средняя часть спинки языка прогибается книзу. Удерживая язык в таком положении, сдувать ватку с кончика носа. Следить, чтобы нижняя челюсть была неподвижной, губы не натягивались на зубы, ватка летела строго вверх.

**11. "Саночки".**

*Цель:* развивать подвижность языка, умение удерживать язык в верхнем положении с приподнятыми боковыми краями.

Рот открыт. Губы в улыбке. Боковые края языка плотно  
прижимаются к верхним коренным зубам, спинка прогибается вниз, кончик свободен. Движения языком вперёд-назад, боковые края языка скользят по коренным зубам. Следить, чтобы нижняя челюсть не двигалась, губы не натягивались на зубы.

**12. "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 призвуке [у]. Верхние и нижние резцы видны.

**13. "Заборчик"-"Рупор"-"Трубочка".**

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

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

**14. «Поезд».**

Перед постановкой звука *ч* полезно проводить упражнение в  
поочерёдном произнесении звуков *т'* и *щ.* Это способствует быстрому переключению языка из одного положения в другое, что необходимо для произнесения звука *ч.* Сначала звуки произносятся медленно, затем темп убыстряется. Следить, чтобы дети не произносили *тыщ* и *тэщ.*

**15. "Горка".**

*Цель:* выработать подъём передней-средней части спинки языка, умение быстро менять положение языка.

Рот открыт. Губы в улыбке. Широкий кончик языка упирается в нижние резцы, а передне-средняя часть его спинки сначала приподнимается до прикосновения с верхними резцами, затем опускается. Следить, чтобы губы не натягивались на зубы, нижняя челюсть не двигалась.