

# Гимнастика для язычка (шипящие)



**Цель:** выработать положение широкой: языка для подготовки шипящих звуков.

**Методические рекомендации:** последовательно выполнять упражнения: «Забор» – «Окно». Из нижнего положения языка выдвинуть язык на нижнюю губу.

2) «Лопата копает» Последовательно выполнить базовые упражнения: «Забор» – «Окно» – «Мост», упражнение «Лопата», затем в медленном темпе кончик языка слегка поднимать и опускать вниз (не в полости рта!); верхние зубы видны.



**«Лопаточка»**

Язык лопаткой положи  
И под счет его держи.  
А теперь она копает  
широкий кончик к небу поднимает

**Цель.** Развивать мышечную силу и подвижность губ.

**Описание.** Зубы почти сомкнуты. Губы принимают положение круга. Удерживать их в таком положении 5—10 секунд.

**Обратите внимание!** 1. Если ребёнку трудно выполнить это упражнение, то следует вернуться к упражнениям «Лягушка» (улыбка, зубы видны)



**«Бублик»**

Бублик мы изобразили –  
Плавно губы округлили.  
Их теперь нельзя смыкать,  
«Бублик» надо удерживать.

**Цель.** Научиться удерживать язык в форме чашечки наверху, у верхних зубов. Укреплять мускулатуру языка.

**Метод. Рекомендации:** Улыбнуться, открыть рот и установить язык наверху в форме чашечки.

**Обратите внимание!** 1. Если «чашечка» не получается, то необходимо вернуться к упражнению «Шлёпаем губами по языку» (№ 19), распластать язык на нижней губе и слегка надавить на середину языка. При этом края языка поднимаются вверх, и язык принимает нужную форму. 2. Можно также распластать язык похлопыванием по нему губами, завернуть его на верхнюю губу, придерживая края пальчиками. 3. При выполнении упражнения края языка находятся у верхних зубов.



**«Чашечка»**

Улыбаюсь, рот открыт:  
Там язык плоско лежит.  
Кверху подниму края —  
Вот и «чашечка» моя.

**Цель.** Направлять воздушную струю по середине языка и вверх, удерживая язык в форме чашечки на верхней губе.

**Описание.** 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.

На кончик носа прикрепить кусочек салфетки, ватки и т. д. (1,5 см x 1,5 см) и сдуть его — он летит вверх.

**Обратите внимание!** 1. Нижние зубы не «подсаживают» язык вверх. 2. Не сжимать язык зубами. 3. Выдох плавный, длительный.

Данное упражнение тренирует выдох, необходимый для произношения шипящих звуков



«Фокус-покус»

Я как фокусник умею-  
«чашку» вынесу скорее  
Сильно дуну на свой нос,  
Чтобы ватку ветерок унес.

**Цель.** Удерживать язык за верхними зубами. Укреплять мышцы языка.

**Метод. Рекомендации:** Улыбнуться, широко открыть рот, поставить язык за верхние зубы так, чтобы кончик языка крепко упирался им в альвеолы (не в зубы!), Удерживать 5–10 секунд. язык должен быть **широким** (для этого про себя сказать звук «Д»), удерживать язык в таком положении под счет до 5.



**«Парус»**

*Ветер парус раздувает,  
Нашу лодку подгоняет.  
Раз, два, три, четыре, пять,  
Будем парус мы держать.*

**Цель.** Выработать умение быстро менять положение языка, развивать его гибкость, подвижность. Развивать гибкость и подвижность кончика языка.

**Описание.** Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот, положить широкий язык за нижние зубы (с внутренней стороны), удерживать в таком положении 3–5 секунд. Потом под-нять широкий язык за верхние зубы (с внутренней стороны) и удерживать 3–5 секунд. Так, поочерёдно, менять положение языка 4–6 раз.

**Обратите внимание!** Следите, чтобы работал только язык, а нижняя челюсть и губы оставались неподвижными.



**«Качели»**

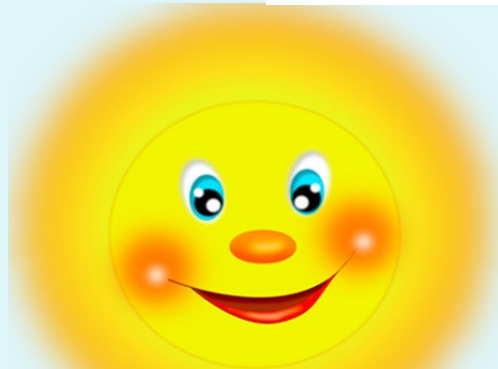
«Чашкой» вверх,  
А «Горкой» вниз  
За зубами мой язык  
Весело качается  
Вверх-вниз изгибается.

**Цель:**

1) вызывать шипящие звуки по подражанию.

Описание: Последовательно выполнить базовые упражнения: Улыбнуться, открыть рот, не широко, язык в форме «чашечки» на верхней губе

«Вкусное варенье» из этого положения убрать язык за верхние зубы на альвеолы, губы в улыбке, зубы видны («Забор»), подуть на широкий язык («Ш-Ш-Ш»), рука должна ощущать теплый выдох.

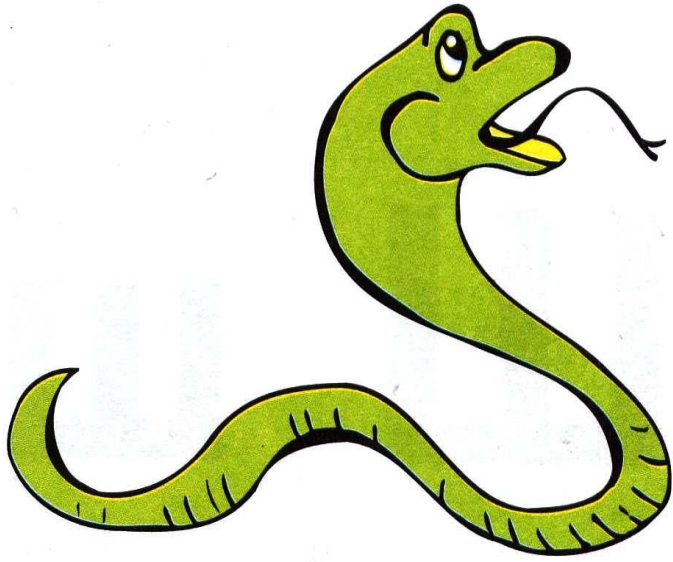


**«Ветерок катается с горки»**

Пар из чашечки идет  
Он тепло для всех несет

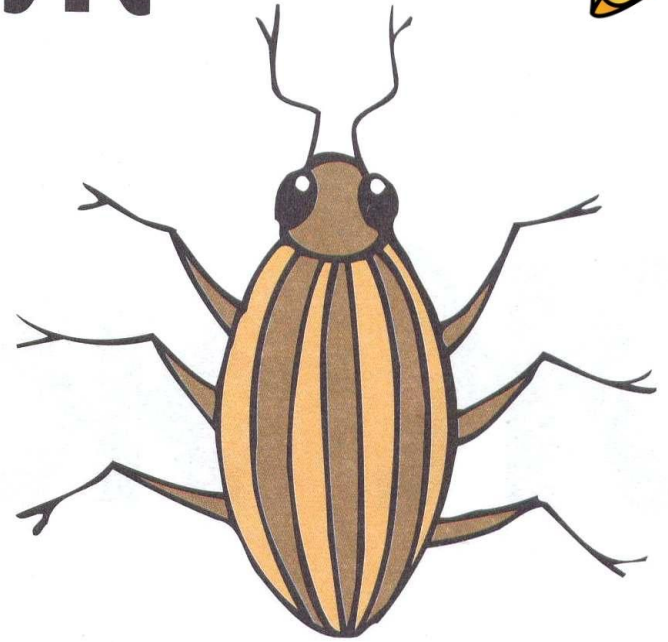


Ш

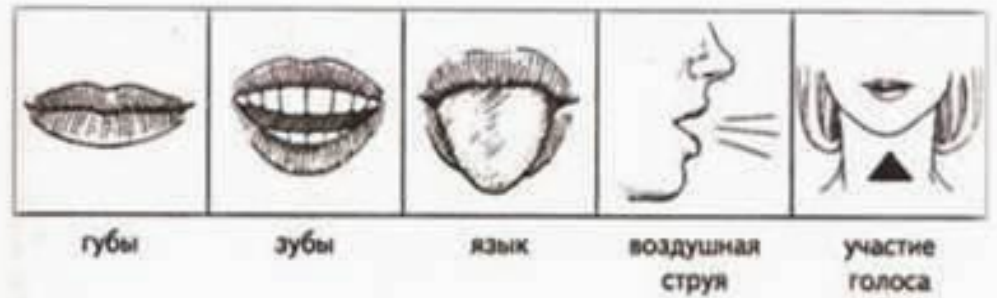


«Ш-ш-ш» — шипит змея.

Ж



«Ж-ж-ж» — жужжит жук.



Теперь твой язычок порхает как бабочка!

