

## Упражнения для развития четкости произношения и развития подвижности речевого аппарата

### Артикуляционные упражнения

*Перед тем, как начать упражнения для дикции, нужно провести артикуляционную зарядку. Она помогает размять мышцы звукового аппарата, облегчить проговаривание звуков, развить речь, сделать ее четкой и внятной.*

Упражнения для развития голоса выполняют последовательно, начиная с разминки языка:

1. Язык высовывают как можно дальше, затем возвращают его обратно, также стараясь завести как можно глубже. Продолжительность зарядки — 5–7 минут.
2. Языком дотрагиваются поочередно к каждой щеке на протяжении 7–10 минут.
3. Языком совершают круговые движения по внутренней поверхности зубов (рот при этом закрыт). В каждую сторону нужно сделать не менее 20 вращений.
4. Высовывают язык, вращают его сначала по часовой стрелке (10 кругов), затем против часовой стрелки также 10 кругов.
5. Губы вытягивают в трубочку, задерживают в этом положении на несколько секунд. Затем губы растягивают в широкой улыбке, также фиксируют положение на несколько секунд. Движения чередуют в течение 7–10 минут.
6. Губы вытягивают в трубочку, в этом положении стараются совершить губами движения по кругу и вверх-вниз. Длительность упражнения — 5–7 минут.
7. Надувают щеки как можно сильнее, воздух внутри рта «перекачивают» по кругу в течение минимум 5 минут.
8. Проводят разминку лицевых мышц: для этого можно корчить рожицы, выпучивать глаза, надувать щеки — делать любые движения, которые заставят работать мимические мышцы.

### Стихи для артикуляции звуков

Сорока

Сапоги сороке сшили  
И на праздник подарили,  
Но сорока рассмеялась,  
От сапожек отказалась.

Лайка

Лайка лает на лису  
Во берёзовом лесу,  
И лиса на Лайку лает,  
В лес бедняжку не пускает.

Мышь и мышка

Мышку спрашивает мышь:  
«Ночью почему не спишь?»  
Отвечает мыши мышка:  
«Потому, что я малышка».

Гусь

Громко, громко гусь гогочет:  
Испугать Галину хочет.  
«Ты не бойся гуся, Гала», -  
Внучке бабушка сказала.

Зайка

Зайке холодно зимой.  
Я возьму его домой.  
А весною загрущу:  
Зайку в лес я отпущу

Медведь

Спит медведь всегда зимой  
В тёплом доме под сосной.  
Не найдёт никто дороги  
К той заснеженной берлоге.

Воробей

Воробьишко, воробей,  
Ты в морозы не робей:  
Распахну своё окно –  
Будешь ты клевать зерно.

Ёжик

Ёжик, ёжик, ты портной?  
Поделись – ка ты со мной.  
Дай иголок мне своих,  
Их нам хватит на двоих.

Белка

Белка на зиму грибы  
Размещает на дубы,  
А ещё зимой не грех  
Вкусный съесть лесной орех.

Дятел

Дятел долбит толстый сук,  
Только слышно: «Тук да тук!»  
Так к чему весь этот звон?  
Ищет там личинок он.

Дождик

Дождик вдруг пошёл опять:  
Стало солнышко сиять,  
Растопило снег и лёд,  
Вот и дождик с крыш идёт.

Дождик

Дождик, дождик, ты не лей,  
А собачку пожалей.  
Подожди ещё минутку:  
Добежит она до будки.

Капитан

Я – отважный капитан.  
Курс мой - прямо в океан.  
Там, где толстый снег и лёд,  
Ледокол всегда пройдёт.

Дед Мороз

Рассердился Дед Мороз,  
Ущипнул меня за нос.

Я Мороза не боюсь,  
С горки весело скачусь.  
Вороны  
Вороны летели, летели,  
В саду на рябину присели,  
Смотрели налево, направо.  
Рябину клевала вся стая.  
Клевала, клевала, клевала,  
Потом вдруг клевать перестала.  
Вороны рябины поели,  
Опять по делам полетели.  
(Татьяна Щигрова)

### **Упражнения для разминки губ**

«Рупор» - необходимо широко открыть рот. Одновременно произносится звук «а».

«Трубочка» - максимально вытянуть губы вперед. Одновременно с этим произносится звук «у».

«Улыбочка» - необходимо растянуть губы, как будто улыбаясь, не размыкая их.

«Бублик» - максимально растянуть губы, произнося звук «о».

Упражнения для разминки языка:

«Лошадка» - необходимо дотронуться языком до верхнего неба и потом резко опустить язык с цокающим звуком;

«Лопатка» - открыть рот, высунуть язык, достать им до подбородка.

«Конфетка» - надо упираться языком поочередно в каждую щеку. Рот закрыт.

«Маятник» - необходимо высунуть язык. Тянуться им то вправо, то влево.

«Иголочка» - максимально вытянуть язык вперед. Рот открыт.

«Грибочек» - дотянуться языком до верхнего неба, так чтобы натянулась уздечка.

«Индюшок» - высунуть язык изо рта. Водить им по верхней губе из стороны в сторону. Постепенно увеличивать скорость движения и добавлять голос (на распев произносить разные гласные).

«Кружечка» - открыв рот, высунуть язык и свернуть его в форме чашки или кружки.

«Барабанщик» - необходимо совершать удары языком по верхним зубам, сопровождая это произнесением звука «д».

### **Упражнения для голоса**

1. "Телефон". Стоящий или сидящий первым в ряду ребенок произносит шепотом на ухо соседу заданное ему слово. Так слово передается до последнего ребенка. Кто передаст его не правильно, тот произносит заданный стишок.

2. "Эхо". Детей распределяют на две группы. Одна из групп - "эхо". Первая группа детей громко произносит вместе с логопедом гласные звуки (а, о, у) или сочетания гласных (ау, уа, оа, уи). Вторая группа ("эхо") тихо повторяет. Затем группы меняются ролями.

3. "Поезд". Приближаясь и удаляясь, поезд издает звуки, постепенно усиливающиеся или затихающие.

4. "Усатый кот". Один из детей - "кот", притаившись, подползая произносит вполголоса: "Я усатый жадный кот, слышу ваш мышиный ход", а остальные дети ("мышки") тихо проходят мимо него и шепчут: "Тише, мыши, кот все ближе, ближе". Кто скажет громко, того кот хватает.

5. Произнесение стишков с изменением силы голоса: в соответствии с содержанием одни слова произносятся тише, другие громче.

Мне мила моя работа (тихо,

Я доволен (громко,

Я горжусь (еще громче!

Нет ни горя, ни заботы (умеренно,

Как за дело (громче)

Я берусь (еще громче!

6. "Вьюга". По сигналу "Вьюга началась" дети тихо гудят: У-у-у. По сигналу "Сильная вьюга" дети громко произносят : У-у-у. По сигналу "Вьюга затихает" дети постепенно уменьшают силу голоса. По сигналу "Вьюга кончилась" замолкают. Речевые сигналы можно сопровождать движениями руки логопеда: горизонтальное движение руки - дети говорят тихо, движение руки вверх - усиление голоса, движение руки вниз - уменьшение силы голоса.

7. "Дует ветер". Дети ведут хоровод. Логопед сопровождает движения рассказом. "Утром дети идут в школу. Светит солнце. Дует тихий ветерок: в-в-в (произносится тихо). Как дует тихий ветерок? (Дети останавливаются и повторяют тихо: в-в-в). Окончились уроки. Дети идут домой. Подошли к дому. И вдруг подул сильный ветер: в-в-в (произносится громко). Как дует сильный ветер?" Дети громко повторяют.

8. "В лесу". Детям предлагаются картинки "Дети в лесу", " Мальчик заблудился", "Поезд", которые логопед использует в процессе рассказывания.

Дети пошли в лес. Мальчик Петя нашел большой гриб и говорит: О-о-о! Как говорит Петя? (дети длительно повторяют). Петя шел по лесу, искал грибы и заблудился. Петя стал кричать: ау-ау-ау! Давайте поможем Пете. (Дети повторяют). Ребята услышали Петю и прибежали к нему. Много грибов набрали ребята. А потом они поехали на поезде домой. Поезд гудел: у-у-у! (Дети повторяют).

9. "Лесенка". Перед детьми на доске картинка с нарисованной лесенкой или макет лесенки. По ходу игры логопед ставит на каждую перекладину фигурку определенного животного. Дети воспроизводят звукоподражания, изменяя высоту и силу голоса.

"На дворе стоит лесенка. На ней пять ступенек. На нижнюю ступеньку прыгнула большая собака и залаяла. (Дети произносят низким и громким голосом: ав-ав-ав). На вторую ступеньку прыгнула кошка и мяукала. (Дети произносят более тихим и более высоким голосом: мяу-мяу-мяу). На третью ступеньку вскочил петух и громко запел: ку-ка-ре-ку. (Дети произносят громким и высоким голосом: ку-ка-ре-ку). На четвертую ступеньку прилетел жук, сел и жужжал: ж-ж-ж. (Дети произносят низким и тихим голосом: ж-ж-ж). На пятую ступеньку сел комар и запел свою песенку: з-з-з. (Дети произносят тихим и высоким голосом: з-з-з).

10. "Корова и телята". Детям предлагается сюжетная картинка "На лугу". Дети распределяются на две группы. Логопед обращается к первой группе: "На лугу пасутся коровы. Они зовут своих телят. Как они зовут их?" Дети первой группы произносят низким голосом: му-му-му. "Коровам отвечают телята. Как они отвечают?" Логопед обращается к детям второй группы. Дети отвечают высоким голосом: му-му-му. Затем группы меняются ролями.

### **Упражнения на развитие речевого дыхания**

1. Открывают рот, вдох и выдох делают через нос. Упражнение повторяют 10 раз.
2. Руку кладут на живот, делают медленный вдох носом, затем медленно выдыхают, но уже через небольшое отверстие между губами. Рука должна отчетливо ощущать движение живота, упражнение повторяют 5-6 раз.
3. Одну ноздрю закрывают пальцем, делают 5-6 вдохов и выдохов через другую ноздрю.
4. Вдыхают носом, при этом пальцами нажимают на крылья носа, чтобы создать сопротивление воздуху.
5. Вдыхают носом, затем резко выдыхают носом, при этом быстро втягивают мышцы живота.

### **Игровые упражнения на развитие речевого дыхания:**

«Вьюга»

Наступила весна. Но зима уходить не хочет. Она злится, посылает вьюги и метели. Воеет вьюга: у-у-у. Свистит ветер: с-с-с-с. Ветер гнет деревья: ш-ш-ш-ш. Но вот вьюга стала затихать. (Повторить тоже, только тише). И затихла.

«На берегу моря»

Представить себя на берегу моря. Закрывать глаза. Слышите как бежит волна: с-с-с. Сыплется песок: с-с-с-с. Ветер песню напевает: с-с-с-с. И песочек рассыпает: с-с-с-с.

«Семафор»

Сидя, ноги сведены вместе, поднятие рук в стороны и медленное их опускание вниз с длительным выдохом и произношением звука «с-с-с». Повторить 3-4 раза.

«Накачать шину»

Детям предлагают накачать “лопнувшую шину”. Дети “сжимают” перед грудью руки в кулаки, взяв воображаемую ручку “насоса”. Медленный наклон вперед сопровождается выдохом на звук “с-с-с”. При выпрямлении вдох производится произвольно.

"Комар".

Цель: развивать фонационный (озвученный) выдох.

Оборудование: предметная картинка "комар".

(Проводится, если ребенок правильно произносит звук "з").

Ребенок стоит, кисти к плечам, легко покачивается на месте, произнося звук "з". Взрослый произносит рифмовку:

З-з-з - комар летит,

З-з-з - комар звенит.

Насос

На вдох медленно поднять руки вверх через стороны, на выдох так же медленно их опустить произнося «с-с-с»

"Жуки".

Цель: развивать фонационный (озвученный) выдох.

Оборудование: предметная картинка "жук".

(Проводится, если ребенок правильно произносит звук "ж").

Ребенок стоит, руки на поясе, корпус поворачивает вправо-влево, произнося звук "ж". Взрослый произносит рифмовку:

Мы жуки, мы жуки, мы живем у реки,

Мы летаем и жужжим, соблюдаем свой режим.

«Жук жужжит»

Исходное положение: руки поднять в стороны и немного отвести назад словно крылья. Выдыхая, дети произносят “ж-ж-ж”, опуская руки вниз. Занимая исходное положение, дети делают произвольно вдох.

«Пчела»

Вдох производится медленно, через нос. На выдохе дети продолжительно произносят звук «ж – ж – ж» и легко взмахивают пальцами.

"Варим кашу".

Цель: развивать фонационный (озвученный) выдох, умение действовать в коллективе.

Оборудование: детские стулья, поставленные в виде круга.

Дети с педагогом договариваются варить кашу и распределяют "роли": молоко, сахар, крупа, соль. На слова:

Раз, два, три,

Горшочек, вари!

("Продукты" поочередно входят в круг - "горшочек").

Каша варится.

(Дети, выпячивая живот и набирая воздуха в грудь делают вдох, опуская грудь и втягивая живот - выдох и произносят: "Ш-Ш-Ш").

Огонь прибавляют.

(Дети произносят: "Ш-Ш-Ш" в убыстренном темпе).

Раз, два, три,

Горшочек, не вари!

«Лопнула шина»

Исходное положение: дети разводят руки перед собой, изображая круг - "шину". На выдохе дети произносят медленно звук "ш-ш-ш". Руки при этом медленно скрещиваются, так что правая рука ложится на левое плечо и наоборот. Грудная клетка в момент выдоха легко сжимается. Занимая исходное положение, дети делают непроизвольно вдох.

«Ворона»

Дети сидят. Руки опущены вдоль туловища. Быстро поднять руки через стороны вверх - вдох, медленно опустить руки - выдох. Произнести «ка-а-а!» »

"Рычалка".

Цель: развивать фонационный (озвученный) выдох.

(Проводится, если ребенок правильно произносит звук "р").

Дети соревнуются, кто дольше прорычит на одном выдохе.

«Петушок»

И.п.: стоя прямо, ноги врозь, руки опустить.

К нам в гости пришёл петушок. Поднять руки в стороны (вдох).

Он кричит вот так: «Ку-ка-ре-ку!» Хлопнуть руками по бедрам (выдох).

«Парус»

И.П. – основная стойка. На счёт «раз» - вдох; на счёт «два, три, четыре» - продолжительный выдох со словами: «ветер надувает парус»

«Северок – ветерок»

Во время ходьбы по залу, дети произносят заличку: на вдохе - «се-ве-рок», на выдохе – «ве-те-рок», поднимая и опуская при этом руки. Повторить 3-4 раза.

«Регулировщик»

Встать прямо, ноги на ширине плеч, одна рука поднята вверх, другая отведена в сторону.

Вдох носом, затем поменять положение рук и во время удлиненного выдоха произносить

«р-р-р-р-р».Повторить 5–6 раз.

«Говорим скороговорки»

Нужно глубоко вдохнуть и произнести скороговорку на одном дыхании.

Например: На пригорке возле горки  
Жили тридцать три Егорки.  
Раз Егорка, два Егорка, три Егорка...

«Погаси свечу»

ЦЕЛЬ: развитие сильной, прерывистой воздушной струи.

Ребёнок делает глубокий вдох, затем секундную задержку дыхания и несколько выдохов-толчков: фу-фу-фу. Можно поставить другую задачу- задуть свечу как можно быстрее.

«Надуй шарик»

И.п.: ребёнок сидит или стоит. «Надувая шарик» широко разводит руки в стороны и глубоко вдыхает, затем медленно сводит руки, соединяя ладони перед грудью и выдувает воздух – ффф.

«Шарик лопнул» - хлопнуть в ладоши,

«из шарика выходит воздух» - ребенок произносит: «шшш», вытягивая губы хоботком, опуская руки и оседая, как шарик, из которого выпустили воздух.

Можно использовать стихи:

Надуваем быстро шарик,  
Он становится большой.  
Шарик лопнул,  
Воздух вышел.  
Стал он тонкий и худой!

### **Упражнения для красивого тембра голоса**

1. «Протяжные слоги» - сделать глубокий вдох. Выдыхая, произносить слоги «бом», «бим», «бон» протяжно (тянуть надо последний звук).
2. «Кью-икс» - произносить слоги «кью» и «икс». Проговаривая «кью» сильно вытянуть губы трубочкой, на слог «икс» растянуть губы в улыбке.
3. «Звукорежиссер» - одну ладонь нужно прижать к уху, вторую поднести ко рту на расстояние в несколько сантиметров. В этом положении произносить слова, слоги и звуки. Это упражнение помогает понять истинное звучание своего голоса.

### **Голосовые упражнения (на высоту и силу голоса)**

1. Игра "Громко-тихо"  
Большая машинка громко сигнализирует "Би-Би", а маленькая машинка тихо сигнализирует "би-би".
2. Игра «Урожай»  
Урожай мы собираем. ГРОМКО песни распеваем: ЛЯ-ЛЯ-ЛЯ, ЛЯ-ЛЯ-ЛЯ,.  
(Хлоп, хлоп, хлоп - удары в ладоши в быстром темпе.)  
Урожай уже собрали. тихо песни зазвучали: ля-ля-ля, ля-ля-ля.  
(Хлоп, хлоп — удары в ладоши в медленном темпе.)
3. Упражнение «Ветер»  
Осенью дует сильный ветер. Сделать вдох, на выдохе длительно произносить с усилением голоса: «У-у-у-у-у-у», подражая завываниям ветра.

### **Скороговорки**

\* \* \*

Курочка шустрa, пестрa,  
Уточкa с носкa плоскa.  
\* \* \*

Мышкa весело жилa,  
На пуху в углу спалa,  
Елa мышкa хлеб и салo,  
Но все мышкe было малo.  
\* \* \*

На лугу под горкой  
Лежал сырок  
С красивой красной коркой  
Сорок сорок в короткий срок

Съели сырок.

\* \* \*

Тара-тара, тара-ра!  
У крыльца растёт трава.  
Ай, тари-тари-тари,  
Куплю Рае литари.

\* \* \*

Курил турка трубку,  
клевала курка крупку:  
не кури, турка, трубки,  
не клюй, курка, крупки!

\* \* \*

Отвори, Варвара, ворота,  
У двора на траве коли дрова.  
Кот молоко лакал,  
А Витя булку в молоко макал.

\* \* \*

Вез корабль карамель,  
Наскочил корабль на мель,  
Матросы две недели карамель на мели ели.

\* \* \*

Ехал грека через реку.  
Видит грека — в реке рак.  
Сунул грека руку в реку.  
Рак за руку грека — цап!

\* \* \*

Расскажите про покупки  
Про какие про покупки  
Про покупки, про покупки, про покупочки мои.

\* \* \*

На праздник придем нарядными,  
Опрятными и аккуратными.

\* \* \*

Корректировать я рад  
Речевой свой аппарат.

\* \* \*

В нашем озере Андрей  
Тридцать выловил угрей.  
Жарь, копти их и вари —  
Очень вкусные угри.

\* \* \*

Осип орет, Архип не отстаёт —  
Кто кого переорет?  
Осип осип, Архип охрип.

\* \* \*

Хитрую сороку поймать морока,  
А сорок сорок — сорок морок.

\* \* \*

У Капки — из липки палка,  
На палке — липкая пакля.  
Капали с палки капли,  
Капали с пакли капли,

Капли лапки испачкали Капке.

\* \* \*

Веник пол подметал,  
Веник очень устал,  
Он чихнул, он зевнул,  
И тихонько лег под стул.

### **Скороговорка на букву Ж**

Испугались медвежонка еж с ежихой и с ежонком, стриж с стрижихой и стриожнком.

### **Скороговорка на букву Ч**

У четырех черепашек четыре черепашонка.  
Четыре чертенка, Четыре черненьких, чумазеньких чертенка чертили черными чернилами чертеж.

### **Скороговорка на букву Ш**

На опушке в избушке живут старушки-болтушки.  
У каждой старушки лукошко, в каждом лукошке кошка, кошки в лукошках шьют старушкам сапожки.

Сшила Саша Паше шапку.  
Шла Саша по шоссе и сосала сушку.

Кукушка кукушонку купила капюшон.  
Надел кукушонок капюшон.  
Как в капюшоне он смешон!

### **Скороговорка на букву Щ**

Два щенка щека к щеке щиплют щетку в уголке.

### **Сложные скороговорки:**

Жили-были три китайца - Як, Як-Цидрак, Як-Цидрак-Цидрон-Цидрони,  
И еще три китайки - Цыпа, Цыпа-Дрипа, Цыпа-Дрипа-Лампомпони.  
Поженились Як на Цыпе, Як-Цидрак на Цыпе-Дрипе, Як-Цидрак-Цидрон-Цидрони на Цыпе-Дрипе-Лампомпони.  
Вот у них родились дети: у Яка с Цыпой - Шах, у Як-Цидрака с Цыпой-Дрыпой - Шах-Шарах, у Як-Цидрак-Цидрони с Цыпо-Дрыпой-Лампопони - Шах-Шарах-Шарони.

Нет абрикоса, кокоса, редиса,  
Палтуса, уксуса, кваса и риса,  
Компаса нет, баркаса и троса,  
Термоса, пресса, индуса-матроса,  
Баса нет, вкуса, веса и спроса,  
Нет интереса - нет и вопроса.

У Киры и Фиры в квартире был пир:

Факир ел зефир и Кефир пил Факир.  
А Фира и Кира не пили кефира,  
Не ели зефира - кормили факира.