

Консультация для родителей «Артикуляционная гимнастика для развития речи ребёнка»

Речь ребенка, его правильное звукопроизношение невозможно без хорошо развитой артикуляционной моторики. Язык и губы – это мышечные органы, которые необходимо развивать и укреплять, подобно тому как мы тренируем пальцы и мышечную систему всего организма, например, на занятиях по физкультуре или на музыкальных занятиях, или на коротких физминутках в группе, на улице. В силу остаточных явлений ПЭП, натальных травм, соматической и вегетативной слабости, искусственному питанию и длительному сосанию соски и ещё по ряду причин у ребенка наблюдается повышенный тонус языка (ребёнок не может сделать широкий язык), слабость мышц языка, особенно кончика (ребёнок не может поднять язык вверх), и губ. Если круговая мышца рта ребенка не окрепла, то малыш не может вытянуть губы вперед, удержать широкую улыбку, а отсюда не может четко произнести гласные звуки. У грудного ребенка язык напряжен, спинка выгорблена, кончик опущен вниз, слегка оттянут назад, поэтому вначале у ребенка появляются мягкие заднеязычные и переднеязычные звуки. Когда ребенок научится расслаблять язык и опускать спинку, тогда появляются твердые звуки нижнего положения языка, напр. С. А когда у малыша окрепнет кончик языка, и он научится его поднимать, тогда появляются звуки верхнего положения: шипящие (к 4 годам) и соноры: р, л. Таким образом, чтобы у ребенка своевременно появилось правильное произношение, нужно помочь ему развить органы речевого аппарата, проводить с ним ежедневную артикуляционную гимнастику.

Указания к проведению артикуляционной гимнастики

Проводить артикуляционную гимнастику нужно ежедневно, чтобы вырабатываемые у детей навыки закреплялись. Лучше выполнять упражнения 3-4 раза в день по 3-5 минут. Не следует предлагать детям более 2-3 упражнений за раз.

2. Каждое упражнение выполняется по 5-7 раз.
3. Статические упражнения выполняются по 10-15 секунд (удержание артикуляционной позы в одном положении).
4. При отборе упражнений для артикуляционной гимнастики надо соблюдать определенную последовательность, идти от простых

упражнений к более сложным. Проводить их лучше эмоционально, в игровой форме.

5. Из выполняемых двух-трех упражнений новым может быть только одно, второе и третье даются для повторения и закрепления. Если же ребенок выполняет какое-то упражнение недостаточно хорошо, не следует вводить новых упражнений, лучше отработать старый материал. Для его закрепления можно придумать новые игровые приемы.

6. Артикуляционную гимнастику выполняют сидя, так как в таком положении у ребенка прямая спина, тело не напряжено, руки и ноги находятся в спокойном положении.

7. Ребенок должен хорошо видеть лицо взрослого, а также свое лицо, чтобы самостоятельно контролировать правильность выполнения упражнений. Поэтому ребенок и взрослый во время проведения артикуляционной гимнастики должны находиться перед настенным зеркалом. Также ребенок может воспользоваться небольшим ручным зеркалом (примерно 9х12 см), но тогда взрослый должен находиться напротив ребенка лицом к нему.

8. Начинать гимнастику лучше с упражнений для губ.

Организация проведения артикуляционной гимнастики

1. Взрослый рассказывает о предстоящем упражнении. Чтобы у ребенка вызвать интерес к выполняемым упражнениям, артикуляционная гимнастика проводится в игровой форме: упражнению дается какое-то название, оно сопровождается каким-то стихотворным текстом, которое во время выполнения упражнения произносится взрослым или про себя самим ребенком.

2. Взрослый четко и медленно показывает выполнение упражнения, сидя вместе с ребенком перед зеркалом.

3. Упражнение делает ребенок, а взрослый помогает ребенку с помощью наводящих вопросов разобраться в своих ощущениях, определить, что делает его язык (губы), где он находится, какой он и т.п., т.к. ребенок должен ощущать, сознавать, контролировать и запоминать свои движения.

Взрослый, проводящий артикуляционную гимнастику, должен следить за качеством выполняемых ребенком движений: точность движения, плавность, темп выполнения, устойчивость, переход от одного движения к другому. Также важно следить, чтобы движения каждого органа артикуляции выполнялись симметрично по отношению к правой и левой стороне лица. В противном случае артикуляционная гимнастика не достигает своей цели.

4. Если у ребенка не получается какое-то движение, взрослый проявляет терпение и понимание, помогает малышу (шпателем, ручкой чайной ложки или просто чистым пальцем).

5. Подходить к выполнению упражнений творчески, чтобы у ребёнка удерживался интерес к выполнению упражнений.

Например, облизать верхнюю губу, намазанную вареньем, шоколадом или чем-то еще, что любит ваш ребенок; полакать с блюдечка сгущенку; полизать чупа-чупс ит.д.

Сначала при выполнении детьми упражнений наблюдается напряженность движений органов артикуляционного аппарата.

Постепенно напряжение исчезает, движения становятся непринужденными и вместе с тем координированными.

Система упражнений по развитию артикуляционной моторики должна включать как статические упражнения, так и упражнения, направленные на развитие динамической координации речевых движений.

Прежде, чем приступить к выполнению упражнений, обязательно прочтите рекомендации по проведению артикуляционной гимнастики.

1.Упражнения для губ.

Статические упражнения:

1. Широко улыбнуться при сжатых челюстях, обнажая зубы.

Удерживать позицию до 10 сек. Повторять 5-7 раз.

«**Клоун**»: Засмеялся клоун вдруг,

Улыбнулись все вокруг.

2. Широко улыбнуться, обнажив зубы и раскрыв широко рот. Удерживать позицию до 10 сек., вернуться в исходное положение. Повторять 5-7 раз.

«**Бегемот**»: Бегемот разинул рот,

Просит булки, бегемот.

3. Вытянуть вперед сомкнутые губки, зубы сомкнуть. Удерживать позицию до 10-15 сек., вернуться в исходное положение. Повторить 5-7 раз.

«**Хобот слоненка**»: Подражаю я слону,

Губы хоботом тяну...

Даже если я устану,

Их тянуть не перестану.

Долго буду так держать,

Свои губы укреплять.

А теперь их опускаю и на место возвращаю.

Губы не напряжены и рассла-а-б-ле-е-ны..

Динамические упражнения:

4. Растянуть губы в улыбку («**Клоун**»), обнажив верхние и нижние резцы, затем вытянуть губы вперед «**хоботком**». Упражнение выполняется медленно и под счет до 10-15 раз. Можно менять темп чередования, что вырабатывает у ребёнка слуховое внимание.

«Клоун - Слон»

5. «**Недовольная лошадка**».

Поток выдыхаемого воздуха легко и активно посылать к губам, пока они не станут вибрировать. Получается звук, похожий на фырканье лошади.

2. Гимнастика для языка.

Статические упражнения

1. Открыть рот и спокойно подержать широкий язык в полости рта, считая про себя до 5-10. Следить, чтобы язык не касался нижних зубов и не сужался.

«**Проветрим домик**»

1. Открыть рот. Положить кончик языка на нижнюю губу, слегка шлепая язык верхней губой, произносить: пя-пя-пя-пя-пя. После произнесения последнего слога оставить рот открытым, зафиксировав широкий язык

«блинчиком» на нижней губе. Удерживать положение, считая про себя до 5- 10. Повторить 5 раз.

«Непослушный язычок» : На губу язык клади,

«Пя-пя-пя» произнеси,
Мышцы расслабляются...
«блинчик» получается...
Ты под счет его держи...
До пяти... до десяти...

Б) Положить кончик языка на нижнюю губу, слегка пожевывая язык зубами, произносить: та-та-та-та-та. После произнесения последнего слога, оставить рот открытым и зафиксировать широкий язык на нижней губе. Удерживать положение, считая про себя до 5- 10. Повторить 4-5 раз.

Стихотворный текст аналогичен п.А.

3. Открыть рот, положить широкий кончик языка на нижнюю губу, удерживать положение, считая про себя до 10. Повторить 5-7 раз.

«Лопаточка» : Язык «лопаткой» положи.

И спокойно поддержи.
Язык надо расслаблять
И под счет его держать:
Раз, два, три, четыре, пять!
Язык можно убирать.

Лопатка копала,
копала, копала,
легла на крылечко,
уж очень устала.

«Собачка»: Собачка бежала, бежала, бежала,
Легла на крылечко, уж очень устала.

«Блинчик»: Блинчик я пеку, пеку,
На окошке остужу,
Всех друзей я угощу.

4. Губы в улыбке. Для расслабления языка слегка покусывать его зубами по всей поверхности, постепенно высовывая и снова втягивая. 10 раз.

«Покусаем язычок»: Покусаем язычок,
чтоб говорить он лучше мог.

5. **«Ослик ИА»**. Улыбнуться, сделать вдох носом, спеть: иииииии. В какой-то момент взрослый говорит: «Замри!» Ребёнок перестает петь, удерживая положение губ и языка: губы в улыбке, кончик широкого языка за передними нижними зубами. Удерживает 10 сек. Взрослый: «Отомри!» Ребёнок расслабляет губы.

6. **«Любопытный язычок»:** открыть рот , высунуть язык и тянуть его к выставленному пальцу , карандашу или конфете. Язык при этом становится узким и напряженным. Удерживать до 10. Повторить 5-6 раз.

7. Открой рот, высунь язык далеко вперед, напрягая боковые мышцы и, делая язык узким, удерживать положение, считая до 7-10 раз. Следить, чтобы кончик языка не загибался. Повторить 5-7 раз.

«Иголочка»: Язык в иголку превращаю,

Напрягаю и сужаю.

Острый кончик потяну,

До семи считать начну.

Затем язык я расслабляю

И на место возвращаю.

8. **«Чашка без ручки».** Открыть рот, сделать «Блинчик». Поднять все края

языка , образуя углубление, куда можно накапать водички или положить

изюминку. Удерживать до 10. Повторить 5-6 раз.

9. **«Лепесток».** Губы в улыбке, рот открыт. Широкий язык положить

а) на верхние передние зубы или

б) на верхнюю губу, удерживать положение, считая до 10-15. Повторить 6-8 раз.

Динамические упражнения для языка

10. **«Лопатка-иглочка»:** Улыбнись, открой рот, попеременно под счет делай язык широким (лопаточкой) и узким (иглочкой). 10 раз. Следить, чтобы губы остались неподвижными.

Язык лопаткой уложи

И спокойно поддержи.

А потом – раз, два, три-

Как иголку заостри.

11. **«Вкусное варенье»:** широким кончиком языка «слижи варенье» с верхней губы, делая движения языком сверху вниз.

Ох и вкусное варенье!

Жаль осталось на губе.

Язычок я подниму

И остатки слижу.

12. **«Лакаем молочко» .** Открой рот, улыбнись, положи широкий язык «лопаточкой» на нижнюю губу, подними кончик и боковые края языка к верху, получилась «чашечка», занеси чашечку в рот, делай медленные

лакательные движения, не опуская края языка, чтобы не разлить «молочко». Повторить 10 раз.

Мы в котенка поиграем,

Молочко мы полакаем.

Можно ребёнку налить сметаны в блюдечко и предложить его полакать, как киска.

13. «**Веселая лошадка**»: улыбнись, приоткрой рот, широкий язык у основания верхних передних зубов, медленно, не торопясь, пощелкай широким языком, следи, чтобы нижняя челюсть не двигалась, а работал только язычок. 15-20 раз.

Я лошадка Серый Бок! Посмотри как я красива.

Цок-цок-цок-цок. Цок-цок-цок-цок.

Я копытцем постучу, Хороши и хвост, и грива.

Цок-цок-цок-цок. Цок-цок-цок-цок.

Если хочешь –прокачу. Я лошадка Серый Бок!

Цок=цок-цок-цок. Цок-цок-цок-цок.

Чтобы нижняя челюсть не прыгала, можно на зубы слева или справа положить чистый палец ребёнка и прикусить его и цокать.

14.«**Автомат**» Улыбнуться, стиснуть зубы , сделать вдох носом и на выдохе попытаться сымитировать звук стреляющего автомата: тррр

15. «**Дятел**»: улыбнись, открой рот, постучи широким кончиком языка за верхними зубами, отчетливо произнося твердый звук Д-Д-Д....

Я по дереву стучу – ддддд

Червячка добыть хочу-ддддд

Хоть и скрылся под корой –ддддд

Все равно он будет мой – ддддд.

Чтобы рот не закрывался или чтобы нижняя челюсть не прыгала ,можно на зубы слева или справа положить чистый палец ребёнка и прикусить его.

Следить, чтобы звук "д" носил характер четкого удара, не был хлюпающим.

Кончик языка не должен подворачиваться.

Звук "д" нужно произносить так, чтобы ощущалась выдыхаемая воздушная струя. Для этого надо поднести ко рту кусочек ваты. При правильном выполнении упражнения она будет отклоняться.

16. «**Почистим зубки**». Губы в улыбке. Открыть рот. Широким языком вычищаем как бы нижние зубы, двигая языком снизу вверх. 10-15 раз.

Аналогично, широким языком вычищаем как бы верхние передние зубы, двигая языком сверху вниз. 10-15 раз.

3. Упражнения на дыхание.

1. **Сдуй пушинку с ладошки:** положить на ладошку ребенка пушинку, ребенок сдувает ее, вытянув слегка губы. Щеки не раздувать. Повторить 5-7 раз.
2. **«Сдуй снежинку с языка»** Ребенок слегка высовывает широкий язык. Положить пушинку на кончик языка. Ребёнок, подув на кончик языка, сдувает пушинку.
2. **« Воздушный поцелуй»:** Вытянуть вперед губки , прижать ладошку к губам, сделать поцелуй и подуть на ладошку , как бы сдувая поцелуй. Повторить 5-7 раз.
3. Можно выбрать множество упражнений на дыхание, главное, чтобы не надувались щеки, воздух шёл четко по центру ротовой полости.

1. Сказка о Веселом Язычке.

Жил-был Веселый Язычок. Он любил играть. Путешествовать. Захотелось Язычку порезвиться. Открыл он сначала одну дверку домика (*губы*), затем вторую дверку (*зубы*) (упр. Клоун). Выглянул он из домика, увидел ласковое солнышко и решил погреться, позагорать (Лопаточка, Блинчик). Позагорал и опять спрятался в домик.

Снова выглянул из домика, посмотрел направо, налево. Понравилось ему смотреть по сторонам и закачался он, как маятник старинных часов (Маятник). Покачался- покачался и в домик спрятался.

Снова непоседа-язычок высунулся. Увидел, как девочка на качелях качается: вверх-вниз. Сначала медленно, потом быстрее, быстрее (Качели). И язычок также покачался.

Вдруг услышал Язычок веселую дробь барабанщика, стучит он барабанными палочками по барабану: дддддддддд. И Язычок за ним: дддддддд (Барабанщик)

Увидел Язычок лошадку и вспомнил, что давно не катался. А лошадка хороша! Сел на лошадку и поскакал: цок-цок.....(Веселая лошадка). Вот какой неугомонный у нас Язычок.

2. Сказка о Веселом Язычке.

Жил-был Язычок в своем домике-ротике. Двери домика то открываются, то закрываются

(рот открыт – закрыт). Непоседливый Язычок не сидит на месте. Он часто выбегает из домика. Вот он испек блинчик и положил его на крылечко остудить (Блинчик). Подул ветерок, Язычок поежился (Иголочка), спрятался в домик, закрыл двери (язык убрать, закрыть рот). Но тут он услышал цоканье лошадки. Захотелось и ему поскакать.

Улыбнулся Язычок , открыл домик и поскакал(Лошадка). Тут он увидел котенка. Решил Язычок котенка угостить молочком. Сделал он чашечку, туда налил сметанку (Чашечка). Котенок сметанку полакал и Язычок с ним. Испачкал Язычок сметанкой верхнюю губку.

Язычок слизнул сметанку и в домик спрятался. А на дворе солнышко спряталось за тучки и забарабанил мелкий дождик. Язычок тоже забарабанил по крыше : ддддд (Барабанщик). Устал Язычок. Высунулся наружу, посмотрел на часы: тик-так, покачался как маятник часов, зевнул и сладко заснул в своем домике.

1. На арене цирка.

Язычку очень нравится Цирк, он любит в него играть. Вот он Клоун- самый веселый артист цирка. Пока Клоун на арене, он должен улыбаться.(*Клоун*). Закончил выступление Клоун, на арену вышел Слон. Слон тянет свой хобот и просит у детей угощение (*Хобот слона*). Съест угощение и снова просит у детей. А вот прибежала собачка. Она делала сложные трюки и очень устала, высунула язычок от усталости (*Собачка*). Надо ее напоить. Язычок ей сделал чашечку (*Чашечка*), а в чашечке водичка. Собачка стала лакать водичку (*Лакание*), напилась и ушла. Заиграла музыка, забили барабаны: ддддд (*Барабанички*). Под музыку выбежали Веселые лошадки, зацокали копытами.(*Веселая Лошадка*). Весело на арене, но пора прощаться. Пошлем артистам цирка воздушный поцелуй(*Воздушный поцелуй*).

которые не могли быть произнесены из-за ее отсутствия. Мы правильно произносим различные звуки, как изолированно, так и в речевом потоке, благодаря силе, хорошей подвижности и дифференцированной работе органов артикуляционного аппарата. Таким образом, произношение звуков речи - это сложный двигательный навык.

Уже с младенческих дней ребенок проделывает массу разнообразнейших артикуляционно-мимических движений языком, губами, челюстью, сопровождая эти движения диффузными звуками (бормотание, лепет). Такие движения и являются первым этапом в развитии речи ребенка; они играют роль гимнастики органов речи в естественных условиях жизни. Точность, сила и дифференцированность этих движений развиваются у ребенка постепенно.

Для четкой артикуляции нужны сильные, упругие и подвижные органы речи - язык, губы, небо. Артикуляция связана с работой многочисленных мышц, в том числе: жевательных, глотательных, мимических. Процесс голосообразования происходит при участии органов дыхания (гортань, трахея, бронхи, легкие, диафрагма, межреберные мышцы). Таким образом, говоря о специальной логопедической гимнастике, следует иметь в виду упражнения многочисленных органов и мышц лица, ротовой полости, плечевого пояса, грудной клетки.

Артикуляционная гимнастика является основой формирования речевых звуков - фонем - и коррекции нарушений звукопроизношения любой этиологии и патогенеза; она включает упражнения для тренировки подвижности органов артикуляционного аппарата, отработки определенных положений губ, языка, мягкого неба, необходимых для правильного произнесения, как всех звуков, так и каждого звука той или иной группы.

Цель артикуляционной гимнастики - выработка полноценных движений и определенных положений органов артикуляционного аппарата, необходимых для правильного произношения звуков.

Рекомендации по проведению упражнений артикуляционной гимнастики

1. Проводить артикуляционную гимнастику нужно ежедневно, чтобы вырабатываемые у детей навыки закреплялись. Лучше выполнять упражнения 3-4 раза в день по 3-5 минут. Не следует предлагать детям более 2-3 упражнений за раз.
2. Каждое упражнение выполняется по 5-7 раз.
3. Статические упражнения выполняются по 10-15 секунд (удержание артикуляционной позы в одном положении).
4. При отборе упражнений для артикуляционной гимнастики надо соблюдать определенную последовательность, идти от простых упражнений к более сложным. Проводить их лучше эмоционально, в игровой форме.
5. Из выполняемых двух-трех упражнений новым может быть только одно, второе и третье даются для повторения и закрепления. Если же ребенок выполняет какое-то упражнение недостаточно хорошо, не следует вводить новых упражнений, лучше отработать старый материал. Для его закрепления можно придумать новые игровые приемы.
6. Артикуляционную гимнастику выполняют сидя, так как в таком положении у ребенка прямая спина, тело не напряжено, руки и ноги находятся в спокойном положении.
7. Ребенок должен хорошо видеть лицо взрослого, а также свое лицо, чтобы самостоятельно контролировать правильность выполнения упражнений. Поэтому ребенок и взрослый во время проведения артикуляционной гимнастики должны находиться перед настенным зеркалом. Также ребенок может воспользоваться небольшим ручным зеркалом (примерно 9х12 см), но тогда взрослый должен находиться напротив ребенка лицом к нему.
8. Начинать гимнастику лучше с упражнений для губ.

Организация проведения артикуляционной гимнастики

1. Взрослый рассказывает о предстоящем упражнении, используя игровые приемы.
2. Взрослый показывает выполнение упражнения.
3. Упражнение делает ребенок, а взрослый контролирует выполнение.

Взрослый, проводящий артикуляционную гимнастику, должен следить за качеством выполняемых ребенком движений: точность движения, плавность, темп выполнения, устойчивость, переход от одного движения к другому. Также важно следить, чтобы движения каждого органа артикуляции выполнялись симметрично по отношению к правой и левой стороне лица. В противном случае артикуляционная гимнастика не достигает своей цели.

4. Если у ребенка не получается какое-то движение, помогать ему (шпателем, ручкой

чайной ложки или просто чистым пальцем).

5. Для того, чтобы ребенок нашел правильное положение языка, например, облизал верхнюю губу, намазать ее вареньем, шоколадом или чем-то еще, что любит ваш ребенок. Подходить к выполнению упражнений творчески.

Сначала при выполнении детьми упражнений наблюдается напряженность движений органов артикуляционного аппарата. Постепенно напряжение исчезает, движения становятся непринужденными и вместе с тем координированными.

Система упражнений по развитию артикуляционной моторики должна включать как статические упражнения, так и упражнения, направленные на развитие динамической координации речевых движений.

Прежде, чем приступить к выполнению упражнений, обязательно прочтите рекомендации по проведению артикуляционной гимнастики.

Упражнения для губ

1. Улыбка.

Удерживание губ в улыбке. Зубы не видны.

2. Хоботок (Трубочка).

Вытягивание губ вперед длинной трубочкой.

3. Заборчик.

Губы в улыбке, зубы сомкнуты в естественном прикусе и видны.

4. Бублик (Рупор).

Зубы сомкнуты. Губы округлены и чуть вытянуты вперед. Верхние и нижние резцы видны.

5. Заборчик - Бублик. Улыбка - Хоботок.

Чередование положений губ.

6. Кролик.

Зубы сомкнуты. Верхняя губа приподнята и обнажает верхние резцы.

Упражнения для развития подвижности губ

1. Покусывание и почесывание сначала верхней, а потом нижней губы зубами.

2. Улыбка - Трубочка.

Вытянуть вперед губы трубочкой, затем растянуть губы в улыбку.

3. Пятачок.

Вытянутые трубочкой губы двигать вправо-влево, вращать по кругу.

4. Рыбки разговаривают.

Хлопать губами друг о друга (произносится глухой звук).

5. Сжать большим пальцем и указательными пальцами одной руки верхнюю губу за носогубную складку и двумя пальцами другой руки нижнюю губу и растягивать их вверх-вниз.

6. Щеки сильно втянуть внутрь, а потом резко открыть рот. Необходимо добиться, чтобы при выполнении этого упражнения, раздавался характерный звук "поцелуя".

7. Уточка.

Вытянуть губы, сжать их так, чтобы большие пальцы были под нижней губой, а все остальные на верхней губе, и вытягивать губы вперед как можно сильнее, массируя их и стремясь изобразить клюв утки.

8. Недовольная лошадка.

Поток выдыхаемого воздуха легко и активно посылать к губам, пока они не станут вибрировать. Получается звук, похожий на фырканье лошади.

9. Рот широко открыт, губы втягиваются внутрь рта, плотно прижимаясь к зубам.

Если губы совсем слабые:

- сильно надувать щеки, изо всех сил удерживая воздух во рту,
- удерживая губами карандаш (пластмассовую трубочку), нарисовать круг (квадрат),
- удерживать губами марлевую салфетку - взрослый пытается ее выдернуть.

Упражнения для губ и щек

1. Покусывание, похлопывание и растирание щек.

2. Сытый хомячок.

Надуть обе щеки, потом надувать щеки поочередно.

3. Голодный хомячок.

Втянуть щеки.

4. Рот закрыт. Бить кулачком по надутым щекам, в результате чего воздух выходит с силой и шумом.

Статические упражнения для языка

1. Птенчики.

Рот широко открыт, язык спокойно лежит в ротовой полости.

2. Лопаточка.

Рот открыт, широкий расслабленный язык лежит на нижней губе.

3. Чашечка.

Рот широко открыт. Передний и боковой края широкого языка подняты, но не касаются зубов.

4. Иголочка (Стрелочка. Жало).

Рот открыт. Узкий напряженный язык выдвинут вперед.

5. Горка (Киска сердится).

Рот открыт. Кончик языка упирается в нижние резцы, спинка языка поднята вверх.

6. Трубочка.

Рот открыт. Боковые края языка загнуты вверх.

7. Грибок.

Рот открыт. Язык присосать к нёбу.

Динамические упражнения для языка.

1. Часики (Маятник).

Рот приоткрыт. Губы растянуты в улыбку. Кончиком узкого языка попеременно тянуться под счет педагога к уголкам рта.

2. Змейка.

Рот широко открыт. Узкий язык сильно выдвинуть вперед и убрать в глубь рта.

3. Качели.

Рот открыт. Напряженным языком тянуться к носу и подбородку, либо к верхним и нижним резцам.

4. Футбол (Спрячь конфетку).

Рот закрыт. Напряженным языком упереться то в одну, то в другую щеку.

5. Чистка зубов.

Рот закрыт. Круговым движением языка обвести между губами и зубами.

6. Катушка.

Рот открыт. Кончик языка упирается в нижние резцы, боковые края прижаты к верхним коренным зубам. Широкий язык выкатывается вперед и убирается в глубь рта.

7. Лошадка.

Присосать язык к нёбу, щелкнуть языком. Цокать медленно и сильно, тянуть подъязычную связку.

8. Гармошка.

Рот раскрыт. Язык присосать к нёбу. Не отрывая язык от нёба, сильно оттягивать вниз нижнюю челюсть.

9. Маляр.

Рот открыт. Широким кончиком языка, как кисточкой, ведем от верхних резцов до мягкого нёба.

10. Вкусное варенье.

Рот открыт. Широким языком облизать верхнюю губу и убрать язык вглубь рта.

11. Оближем губки.

Рот приоткрыт. Облизать сначала верхнюю, затем нижнюю губу по кругу.

Упражнения для развития подвижности нижней челюсти

1. Трусливый птенчик.

Широко открывать и закрывать рот, так чтобы тянулись уголки губ. Челюсть опускается примерно на расстояние ширины двух пальцев. Язычок-"птенчик" сидит в гнездышке и не высовывается. Упражнение выполняется ритмично.

2. Акулы.

На счет "один" челюсть опускается, на "два" - челюсть двигается вправо (рот раскрыт), на счет "три" - челюсть опущена на место, на "четыре" - челюсть даигается влево, на "пять" - челюсть опущена, на "шесть" - челюсть выдвигается вперед, на "семь" - подбородок в обычном удобном положении, губы сомкнуты. Делать упражнение нужно медленно и осторожно, избегая резких движений.

3. Имитация жевания с закрытым и открытым ртом.

4. Обезьяна.

Челюсть опускается вниз с максимальным вытягиванием языка к подбородку.

5. Сердитый лев.

Челюсть опускается вниз с максимальным вытягиванием языка к подбородку и мысленным произнесением звуков а или э на твердой атаке, сложнее - с шепотным произнесением этих звуков.

6. Силач.

Рот открыт. Представить, что на подбородке повешен груз, который надо поднять вверх, поднимая при этом подбородок и напрягая мускулы под ним. Постепенно закрыть рот. Расслабиться.

7. Поставить руки на стол, сложить ладони одна на другую, упереться подбородком в ладони. Открывая рот, давить подбородком на сопротивляющиеся ладони. Расслабиться.

8. Опустить челюсть вниз с преодолением сопротивления (взрослый держит руку под челюстью ребенка).

9. Открывать рот с откидыванием головы назад с преодолением сопротивления руки взрослого, лежащей на затылке ребенка.

10. Дразнилки.

Широко, часто открывать рот и произносить: па-па-па.

11. Беззвучно, протяжно (на одном выдохе) произнесите гласные звуки:

аааааааааааа

яяяяяяяяяяя (расстояние между зубами в два пальца);

оооооооооооо

ёёёёёёёёёёёё (расстояние между зубами в один палец);

иииииииииииии (рот слегка открыт).

12. Произнесите гласные звуки с голосом:

аааааааааааа

яяяяяяяяяяяя

оооооооооооо

ёёёёёёёёёёёё
иииииииииииии

13. Слитно и протяжно произнесите несколько гласных звуков на одном выдохе:

аааааэээээ
аааааеёеёеё
аааааииииии
иииииааааа
оооооаяяяяя
аааааииииииииооооо
иииииээээээааааа
аааааииииииээээээоооооо и т.д.

Следите за тем, чтобы при произнесении звуков раскрытие рта было достаточно полным.

14. Произнесите пословицы, поговорки, скороговорки, которые насыщены гласными звуками, требующими широкого раскрытия рта.

Мал, да удал.
Два сапога - пара.
Нашла коса на камень.
Знай край, да не падай.
Каков рыбак, такова и рыбка.
Под лежащий камень вода не течет.
У ужа ужата, у ежа ежата.

В процессе выполнения упражнений следите за тем, чтобы нижняя челюсть опускалась свободно вниз, гласные звуки сначала произносите немного подчеркнuto.

Тренировка мышц глотки и мягкого неба

1. Позевывать с открытым и закрытым ртом.
Позевывать с широким открыванием рта, шумным втягиванием воздуха.
2. Произвольно покашливать.
Хорошо откашляться с широко открытым ртом, с силой сжимая кулаки.
Покашливать с высунутым языком.
3. Имитировать полоскание горла с запрокинутой головой.
Полоскать горло тяжелой жидкостью (киселем, соком с мякотью, кефиром).
4. Глотать воду маленькими порциями (20 - 30 глотков).
Глотать капли воды, сока.
5. Надувать щеки с зажатым носом.
6. Медленно произносить звуки к, г, т, д.
7. Подражать:
- стону,
- мычанию,

- свисту.

8. Запрокидывать голову с преодолением сопротивления. Взрослый держит руку на затылке ребенка.

Опускать голову с преодолением сопротивления. Взрослый держит руку на лбу ребенка. Запрокидывать и опускать голову при сильном нажатии подбородком на кулаки обеих рук.

9. Выдвинуть язык к подбородку, втягивать его в рот с преодолением сопротивления. Взрослый пытается удержать язык ребенка вне рта.

10. Произносить гласные звуки а, э, и, о, у на твердой атаке.

11. Произносить, удерживая кончик высунутого языка пальцами, и-а. Звук "и" отделяется от звука "а" паузой.

12. Надувать резиновые игрушки, пускать мыльные пузыри.

Комплекс упражнений для выработки правильного произношения звука Р

1. Чьи зубы чище?

Цель: вырабатывать подъем языка вверх и умение владеть языком.

Описание: широко открыть рот и кончиком языка "почистить" верхние зубы с внутренней стороны, делая движения языком из стороны в сторону.

Внимание!

1. Губы в улыбке, верхние и нижние зубы видны.

2. Следить, чтобы кончик языка не высовывался, не загибался внутрь, а находился у корней верхних зубов.

3. Нижняя челюсть неподвижна; работает только язык.

2. Маляр

Цель: отрабатывать движение языка вверх и его подвижность.

Описание: улыбнуться, открыть рот и "погладить" кончиком языка нёбо, делая языком движения вперед-назад.

Внимание!

1. Губы и нижняя челюсть должны быть неподвижны.

2. Следите, чтобы кончик языка доходил до внутренней поверхности верхних зубов, когда он продвигается вперед, и не высовывался изо рта.

3. Кто дальше загонит мяч?

Цель: вырабатывать плавную, длительную, непрерывную воздушную струю, идущую посередине языка.

Описание: улыбнуться, положить широкий передний край языка на нижнюю губу и, как бы произнося длительно звук "ф", сдуть ватку на противоположный край стола.

Внимание!

1. Нижняя губа не должна натягиваться на нижние зубы.

2. Нельзя надувать щёки.

3. Следить, чтобы ребёнок произносил звук "ф", а не звук "х", т.е. чтобы воздушная струя была узкой, а не рассеянной.

4. Вкусное варенье.

Цель: вырабатывать движение широкой передней части языка вверх и положение языка, близкое к форме чашечки, которое он принимает при произнесении шипящих звуков.
Описание: слегка приоткрыть рот и широким передним краем языка облизать верхнюю губу, делая движение языком сверху вниз, но не из стороны в сторону.

Внимание!

1. Следить, чтобы работал только язык, а нижняя челюсть не помогала, не "подсаживала" язык наверх - она должна быть неподвижной (можно придерживать её пальцем).
2. Язык должен быть широким, боковые края его касаются углов рта.

5. Индюк.

Цель: вырабатывать подъем языка вверх, подвижность его передней части.

Описание: приоткрыть рот, положить язык на верхнюю губу и производить движения широким передним краем языка по верхней губе вперед и назад, стараясь не отрывать язык от губы - как бы поглаживать ее. Сначала производить медленные движения, потом убыстрить темп и добавить голос, пока не послышится бл-бл (как индюк болбочет).

Внимание! 1. Следить, чтобы язык был широким и не сужался.

2. Следить, чтобы движения языком были вперед-назад, а не из стороны в сторону.
3. Язык должен "облизывать" верхнюю губу, а не выбрасываться вперед.

6. Барабанщики.

Цель: укреплять мышцы кончика языка, вырабатывать подъем языка вверх и умение делать кончик языка напряженным.

Описание: улыбнуться, открыть рот и постучать кончиком языка по верхним альвеолам, многократно и отчетливо произнося звук, напоминающий английский звук "д". Сначала звук "д" произносить медленно, постепенно увеличивать темп.

Внимание!

1. Рот должен быть все время открыт, губы в улыбке, нижняя челюсть неподвижна; работает только язык.
2. Следить, чтобы звук "д" носил характер четкого удара, не был хлюпающим.
3. Кончик языка не должен подворачиваться.
4. Звук "д" нужно произносить так, чтобы ощущалась выдыхаемая воздушная струя. Для этого надо поднести ко рту кусочек ваты. При правильном выполнении упражнения она будет отклоняться.

© Источник: детский портал «Солнышко»

http://www.solnet.ee/parents/log_49.html