

Рекомендации родителям по проведению артикуляционной гимнастики



- При выполнении упражнений необходимо соблюдать определенную последовательность — от простых упражнений к более сложным.
- На начальном этапе упражнения выполняются в медленном темпе, перед зеркалом.
- Количество повторов каждого упражнения от 2 до 10—15 раз.

Главное, чтобы упражнение выполнялось правильно.

- Зеркало можно убрать, когда ребенок научится правильно выполнять движения.
- Выполняется данный комплекс гимнастики несколько раз в день.
- Если для ребенка утомительно выполнять все упражнения подряд, можно разбить гимнастику на блоки по 2—3 упражнения и выполнять их в течение занятия (если оно проводится специалистом) или в течение дня.
- Можно использовать механическую помощь, если у ребенка не получается какое-либо движение. Ручкой чайной ложки, шпателем или чистым пальцем помогите ребенку поднять язык вверх.
- После освоения ребенком начального комплекса гимнастики рекомендуется постепенно добавлять упражнения с учетом индивидуальных дефектов произношения.

ПАССИВНАЯ АРТИКУЛЯЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА

Эта гимнастика рекомендуется:

- на начальном этапе детям с ограниченной подвижностью артикуляционных органов и с тенденциями к нарушениям функций речи (специалист выявляет эту особенность в процессе обследования органов артикуляции);
- детям раннего возраста для профилактики речевых нарушений (по рекомендации специалиста).

Пассивная гимнастика предполагает проведение следующих ниже упражнений.

1. *Собирание губ в «трубочку»*
2. *Растягивание губ в улыбку*
3. *Полнимание верхней губы с обнажением верхних десен*
4. *Опускание нижней губы с обнажением десен*
5. *Приподнимание кончика языка*
6. *Подтягивание языка вперед*

Начальный комплекс артикуляционной гимнастики при стертой дизартрии

1.Окошко. На счет «раз» широко открыть рот (окошко открыто), на счет «два» закрыть рот (окошко закрыто).

2.Лягушка. Улыбнуться, с напряжением обнажив сомкнутые зубы. Удерживать данное положение на счет до пяти. Прикус должен быть естественным, нижняя челюсть не должна выдвигаться вперед.

Вот понравится лягушкам,
Тянем губы прямо к ушкам.
Потяну, перестану
И нисколько не устану*.

3.Хоботок. Губы и зубы сомкнуты. С напряжением вытянуть губы вперед трубочкой. Удерживать их в таком положении на счет до пяти.

Подражаю я слону.
Губы хоботком тяну.
А теперь их отпускаю
И на место возвращаю.

4.Лягушка — хоботок. На счет «раз-два» чередовать упражнение «Лягушка» и упражнение «Хоботок».

Свои губы прямо к ушкам
Растяну я как лягушка.
А теперь слоненок я,
Хоботок есть у меня.

5.Лопаточка. Улыбнуться, открыть рот. Положить широкий язык на нижнюю губу. Удерживать в спокойном состоянии на счет до пяти. В этом упражнении важно следить, чтобы нижняя губа не напрягалась и не натягивалась на нижние зубы.

Язык лопаткой положи
И под счет его держи:
Раз, два, три, четыре, пять!
Язык надо расслаблять!

6.Трубочка. Улыбнуться, открыть рот. Положить широкий язык на нижнюю губу. Удерживать в спокойном состоянии на счет до пяти. В этом упражнении важно следить, чтобы нижняя губа не напрягалась и не натягивалась на нижние зубы.

Язык лопаткой положи
И под счет его держи:
Раз, два, три, четыре, пять!
Язык надо расслаблять!

7.Гостячок.

1.Надувание обеих щек одновременно.

2.Надувание правой и левой щек попеременно (перегонка воздуха из одной щеки в другую).

8.Худышка. Втягивание щек в ротовую полость при опущенной нижней челюсти и сомкнутых губах.

9.Накажем непослушный язычок. Губы в улыбке. Легко покусывать язык по всей длине от кончика до корня, попеременно высовывая и снова втягивая.

10.Причешем язычок. Губы в улыбке, зубы сомкнуты. Широкий язык протискивается наружу между зубами так, что верхние резцы скоблят по верхней поверхности языка.

11.Часики. Улыбнуться, открыть рот. Кончик языка переводить на счет «раз-два» из одного уголка рта в другой. Нижняя челюсть при этом остается неподвижной.

Наш веселый язычок
Повернулся на бочок
Смотрит влево,
Смотрит вправо.

12.Качели. Улыбнуться, открыть рот. На счет «раз-два» поочередно упираться языком то в верхние, то в нижние зубы. Нижняя челюсть при этом неподвижна.

На качелях я качаюсь
Вверх-вниз, вверх-вниз.
Я все выше поднимаюсь,
А потом — вниз.

Комплекс упражнений, вырабатывающий правильный артикуляционный уклад звуков *С-СЬ-З-ЗЬ*

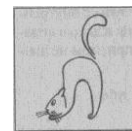
1.Лягушка — хоботок

2.Лопаточка

3.Накажем непослушный язычок

4.Киска сердится. Улыбнуться, открыть рот. Кончиком языка упереться в нижние зубы. На счет «раз» — выгнуть язык горкой, упираясь кончиком в нижние зубы. На счет «два» вернуться в исходное положение. Кончик языка при этом не должен отрываться от нижних зубов, рот не закрывается.

На скамейке у окошка,
улеглась и дремлет кошка.
Кошка глазки открывает,
кошка спинку выгибает.



5.Упрямый ослик. Губы в улыбке, рот приоткрыть. С силой произносить звукосочетание *ИЕ*. Кончик языка при этом упирается в нижние зубы

6.Трубочка. (Хоботок) см.выше

7.Чистим нижние зубы. Улыбнуться, открыть рот. Кончиком языка «почистить» нижние зубы с внутренней стороны, делая движения языком вправо-влево, нижняя челюсть при этом не двигается.

8. Качели. см. выше. Улыбнуться, приоткрыть рот. Кончиком языка упираться по очереди в каждый нижний зуб с внутренней стороны. Следить, чтобы нижняя челюсть была неподвижна.

С языком случилось что-то,
Он толкает зубы!
Будто хочет их за что-то
Вытолкнуть за губы.

9. Посчитай нижние зубки. Улыбнуться, приоткрыть рот. Кончиком языка упираться по очереди в каждый нижний зуб с внутренней стороны. Следить, чтобы нижняя челюсть была неподвижна.

С языком случилось что-то,
Он толкает зубы!
Будто хочет их за что-то
Вытолкнуть за губы.

Комплекс упражнений, вырабатывающий правильный артикуляционный уклад звуков *Ш-Ж-Щ-Ч*

1. Лягушка — хоботок.

2. Лопаточка.

3. Накажем непослушный язычок. (с произнесением «ня-ня-ня»)

4. Чашечка. Улыбнуться, открыть рот, положить широкий язык на нижнюю губу, боковые края языка загнуть в форме чашечки. Удерживать на счет до пяти. Нижняя губа не должна обтягивать нижние зубы.

Язык широкий положи, А края приподними. Получилась чашка, Кругленькая чашка.

5. Бублик. Выполнить упражнение «Хоботок». Затем округлить губы так, чтобы были видны зубы. Следить, чтобы зубы были сомкнуты. Удержать губы в таком положении на счет до пяти.

6. Фокус. Положить на самый кончик носа маленький кусочек ватки. Язык в форме чашечки плотно примыкает к верхним губам. Нужно сдуть ватку с кончика носа.

7. Лошадка. Улыбнуться, открыть рот. Пощелкать кончиком языка, как цокают лошадки. Рот при этом открыт, кончик языка не вытянут и не заострен. Следить, чтобы он не подворачивался внутрь, а нижняя челюсть оставалась неподвижной.

Едем, едем на лошадке по дорожке гладкой.
В гости нас звала соседка кушать пудинг сладкий.
Мы приехали к обеду, а соседки дома нету.

8. Маляр. Улыбнуться, открыть рот. Широким кончиком языка погладить нёбо от зубов к горлу. Нижняя челюсть не должна двигаться.

Красить комнаты пора.

Пригласили маляра.
Челюсть ниже опускаем,
Маляру мы помогаем.

9. Вкусное варенье. Улыбнуться, открыть рот. Языком в форме чашечки облизывать верхнюю губу сверху вниз (можно помазать ее вареньем). Нижняя губа не должна обтягивать зубы (можно оттянуть ее вниз рукой).

10. Грибок. Улыбнуться, открыть рот. Присосать широкий язык к нёбу. Это шляпка гриба, а подъязычная связка — ножка. Кончик языка не должен подворачиваться, губы — в улыбке. Если ребенку не удастся присосать язык, то можно пощелкать языком, как в упражнении «Лошадка». В пощелкивании тренируется нужное движение языка.

Я стою на ножке тонкой,
Я стою на ножке гладкой,
Под коричневую шляпкой
С бархатной подкладкой.

11. Гармошка (Пружинка). Положение языка как в упражнении «Грибок», губы в улыбке. Не отрывая языка, открывать и закрывать рот.

На гармошке я играю, Рот пошире открываю, К нёбу язычок
прижму, Ниже челюсть отведу.
Я пружинку разжимаю, Рот пошире открываю, К нёбу язычок
прижму, Ниже челюсть отведу.
Подержу немного так, а потом сожму назад (улыбка-заборчик).

Комплекс упражнений, вырабатывающий правильный артикуляционный уклад звуков К-Г-Х

1. Лягушка — хоботок. (чередовать)

2. Лопатка (Блинчик) – Иголочка. Улыбнуться, открыть рот. На счет «раз» положить широкий язык на нижнюю губу. На счет «два» высунуть язык наружу острым как жало.

Язык лопаткой положи и спокойно подержи. Язык иголочкой потом потянем тонким острием.

3. Киска сердится.

4. Чистим нижние зубки.

5. Посчитай нижние зубки.

6. Катюшка. Улыбнуться, открыть рот. Широким кончиком языка упереться в основание нижних резцов. Боковые края языка прижать к верхним коренным зубам. Широкий язык «выкатывать» вперед и убирать вглубь рта. Кончик языка не отрывать от резцов, губы и нижняя челюсть не должны двигаться

7. Качели. см. выше

Комплекс упражнений, вырабатывающий правильный артикуляционный уклад звуков Л-Ль

1.Лягушка — хоботок.

2.Лопаточка.

3.Накажем непослушный язычок.

4.Вкусное варенье

5.Качели.

6.Пароход. Приоткрыть рот и длительно на одном выдохе произносить звук *Ы-Ы-Ы*. Необходимо следить, чтобы кончик языка был опущен и находился в глубине рта.

Паровоз без колес!
Вот так чудо паровоз!
Не с ума ли он сошел —
Прямо по морю пошел!

7.Индюк. Приоткрыть рот, положить язык на верхнюю губу и производить движения широким передним краем по верхней губе вперед и назад, стараясь не отрывать язык от губы, как бы поглаживая ее. Темп упражнения постепенно убыстрять, затем добавить голос, чтобы слышалось «бл-бл-бл». Следить, чтобы язык не сужался, он должен быть широким.

Индюку и лучший друг честно скажет: — Ты — индюк

8.Маляр. см. выше

9.Чистим верхние зубы. Улыбнуться, приоткрыть рот. Кончиком языка «почистить» верхние зубки с внутренней стороны, двигая языком вправо-влево.

10.Посчитаем верхние зубки. см.выше

11.Поймаем звук Л 1. Улыбнуться. Во время произнесения звука *А-А-А* широкий кончик языка закусить зубами. Постепенно увеличивая темп движения, вы услышите звук *Л*.

2. Улыбнуться. Произнести звук *Ы-Ы-Ы* широкий кончик языка поднять к верхним зубам, слегка прижать и произнести *Л-Л-Л-*

Комплекс упражнений, вырабатывающий правильный артикуляционный уклад звуков *Р-РЬ*

1.Качели

2.Маляр

3.Чистим верхние зубки

4.Считаем верхние зубки

5.Лошадка

6.Грибок

7.Гармошка (Пружинка)

8.Барабан Улыбнуться, открыть рот. Многократно и отчетливо произносить звук *Д-Д-Д*. Язык при произнесении этого звука упирается в верхние зубы, рот не закрывать. Очень часто при выполнении этого упражнения ребенок закрывает рот. Чтобы этого не происходило, можно зажать зубами палочку шириной примерно 1 см

или ручку детской зубной щетки прямоугольной формы (ручка не должна быть толстой, она должна быть прямой, как линейка).

В барабан мы сильно бьем
И все вместе мы поем: «Д — д — д — д!»

9. Комарик. Улыбнуться, открыть рот. Поднять язык за верхние зубы; длительно произнести звук *з* (если ребенок умеет его правильно произносить). Если у ребенка закрывается рот при выполнении этого упражнения, можно воспользоваться механической помощью, как в упражнении «Барабан».

Вдруг откуда ни возьмись
Маленький комарик,
И в руке его горит
Маленький фонарик

10. Моторчик Основное упражнение. Во время длительного произнесения звука *д-д-д* или *з-з-з* (за верхними зубами, см. упр. «Барабан» или «Комарик») быстрыми движениями плоской ручки чайной ложки, деревянным шпателем, соской или просто прямым указательным пальцем самого ребенка производить частые колебательные движения из стороны в сторону.

Язычок у нас — мотор! Заводи его, шофер!

Комплекс артикуляционной гимнастики для развития подъязычной уздечки

1. Маляр

2. Барабан

3. Лошадка

4. Грибок

5. Гармошка

6. Дотянись до носа

Улыбнуться, открыть рот. Широкий кончик языка поднять к носу и опустить к верхней губе.

Следить, чтобы язык не сужался, а губы и нижняя челюсть были неподвижны.

Успехов Вам и терпения!

**Материалы подготовила логопед
поликлиники № 1 ГБУЗ КО «НГДКБ № 4»
И.А.Биличенко**

