

Покорчим рожицы: артикуляционная гимнастика в картинках



Содержание:

1. Что и для чего нужны упражнения на артикуляцию?
2. Рекомендации по выполнению артикуляционной гимнастики для детей
3. Как организовать ее проведение?
4. Упражнения для губ
5. Для щек
6. Упражнения для языка
7. Для развития подвижности нижней челюсти
8. Тренировка мышц глотки и мягкого неба
9. Комплекс упражнений для выработки правильного произношения звука «Р»
10. Выработка правильного произношения звука «Л»
11. Комплекс упражнений для выработки правильного произношения шипящих звуков («Ш», «Ж», «Щ», «Ч»)
12. Нетрадиционные упражнения для совершенствования артикуляционной моторики

Что и для чего нужны упражнения на артикуляцию?

Гимнастика для рук, ног — дело нам привычное и знакомое. Понятно ведь, для чего мы тренируем мышцы, чтобы они стали ловкими, сильными, подвижными. А вот зачем язык тренировать, ведь он и так «без костей»? Оказывается, язык — главная мышца органов речи. И для него, как и для всякой мышцы, гимнастика просто необходима. Для развития этого «болтливого» органа существует артикуляционная гимнастика.

Недостатки произношения отягощают эмоционально-психическое состояние ребенка, мешают ему развиваться и общаться со сверстниками. Чтобы эта проблема не возникла у ребенка в дальнейшем, стоит начать заниматься упражнениями на артикуляцию как можно раньше. Детям двух, трех, четырех лет артикуляционная гимнастика в картинках поможет быстрее «поставить» правильное звукопроизношение. Дети пяти, шести лет и старше смогут при помощи артикуляционной гимнастики во многом преодолеть уже сложившиеся нарушения звукопроизношения.



Рекомендации по выполнению артикуляционной гимнастики для детей

1. Артикуляционные упражнения должны проводиться ежедневно в течение 5 мин, чтобы вырабатываемые у детей навыки закреплялись.
2. Каждое упражнение ребенок должен повторять 5-7 раз.
3. В конце каждого упражнения органы речевого аппарата должны вернуться в исходное положение.
4. Статические упражнения выполняются по 10-15 секунд (удержание артикуляционной позы в одном положении).

5. Во время работы перед зеркалом нужно следить за тем, чтобы у ребенка работали только те мышцы, которые тренируются в данном упражнении. Шея и плечи должны быть не напрягаемыми.
6. Во время выполнения упражнения целесообразно использовать свою ладонь и ладонь ребенка для имитации движений языка.
7. Каждое упражнение ребенок должен выполнять медленно, ритмично и четко, считая мысленно или под счет взрослого.
8. При отборе упражнений для артикуляционной гимнастики надо соблюдать определенную последовательность, идти от простых упражнений к более сложным.
9. Гимнастика не должна надоедать ребенку и вызывать его переутомление. Для это лучше проводить ее эмоционально, в игровой форме.
10. Упражнения выполняют сидя, так как в таком положении у ребенка прямая спина, тело не напряжено, руки и ноги находятся в спокойном положении.
11. Начинать гимнастику лучше с упражнений для губ.
12. Сначала при выполнении детьми упражнений наблюдается напряженность движений органов артикуляционного аппарата. Постепенно напряжение исчезает, движения становятся непринужденными и вместе с тем координированными.
13. Система упражнений по развитию артикуляционной моторики должна включать как статические упражнения, так и упражнения, направленные на развитие динамической координации речевых движений.



Как организовать ее проведение?

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.

Приступаем к занятиям!

Упражнения для губ

1. Улыбка

Удерживание губ в улыбке. Зубы не видны (можно без помощи рук =))

2. Хоботок (Трубочка)



Вытянуть сомкнутые губы вперед. Удерживать их в таком положении под счет от 1 до 5-10. Если ребенок не может самостоятельно произвольно вытянуть губы, можно

предложить ему дотянуться губками до конфеты. Можно пропеть вместе с ребенком звук У. В дальнейшем можно чередовать упражнения 1 и 2.

3. Улыбка (Заборчик)



Губы в улыбке, зубы сомкнуты в естественном прикусе и видны. Улыбнуться без напряжения, чтобы были видны передние верхние и нижние зубы. Удерживать 5-10 секунд. Следить, чтобы при улыбке губы не подворачивались внутрь.

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.

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

8. Пятачок.

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

9. Рыбки разговаривают.

Хлопать губами друг о друга (произносится глухой звук).

10. 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.

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

12. 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.

13. Недовольная лошадка.

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

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

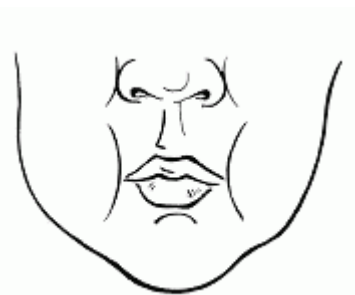
Если губы совсем слабые:

- 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.

Для 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.

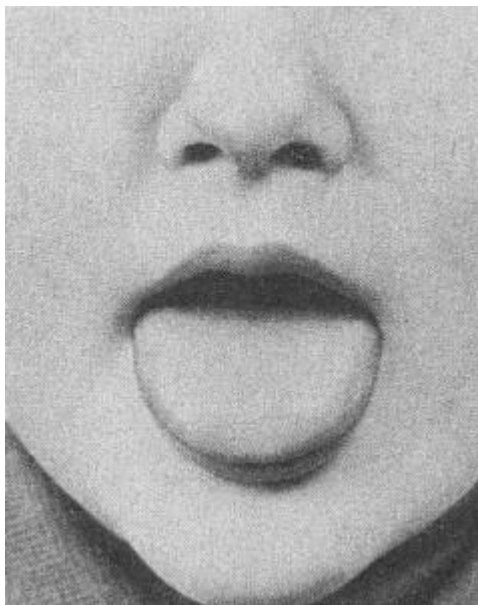
Упражнения для языка

Статические:

1. Птенчики

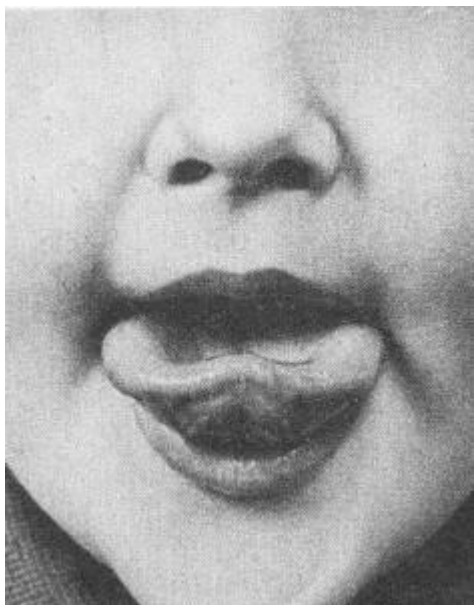
Рот широко открыт, язык спокойно лежит в ротовой полости.

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)



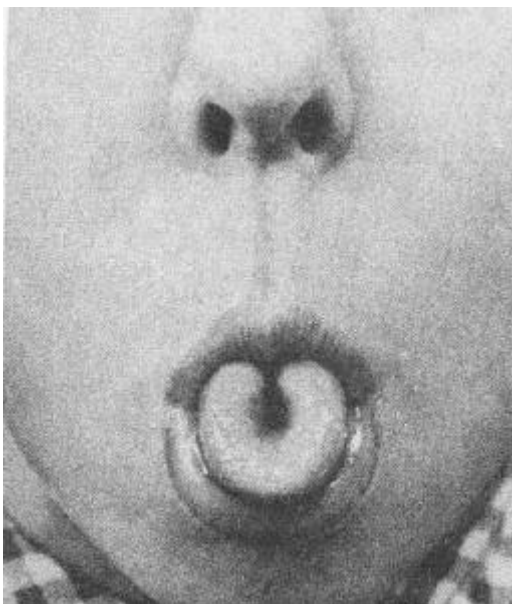
Рот открыт. Узкий напряженный язык выдвинут вперед.

5. Горка (Киска сердится)



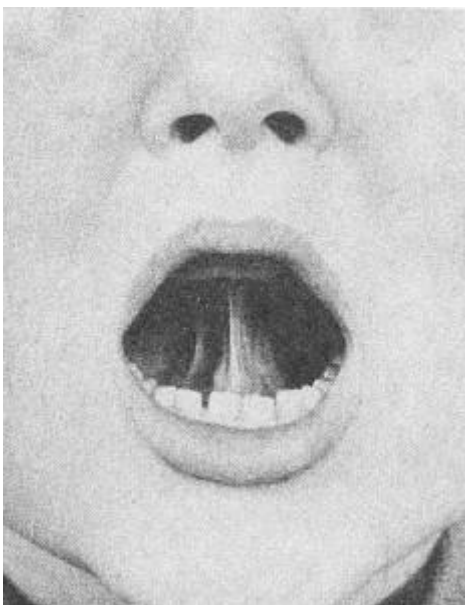
Рот открыт. Кончик языка упирается в нижние резцы, спинка языка поднята вверх.

6. Трубочка



Рот открыт. Боковые края языка загнуты вверх.

7. Грибок



Рот открыт. Язык присосать к нёбу.

Динамические:

1. Часики (Маятник)



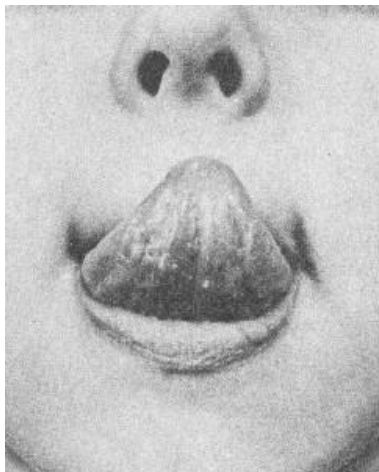
Рот приоткрыт. Губы растянуты в улыбку. Кончиком узкого языка попеременно тянуться под счет педагога к уголкам рта.

2. Змейка



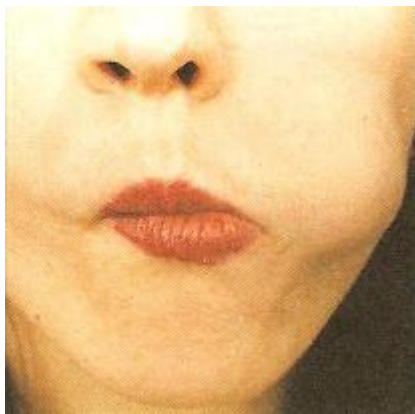
Рот широко открыт. Узкий язык сильно выдвинуть вперед и убрать в глубь рта.

3. Качели



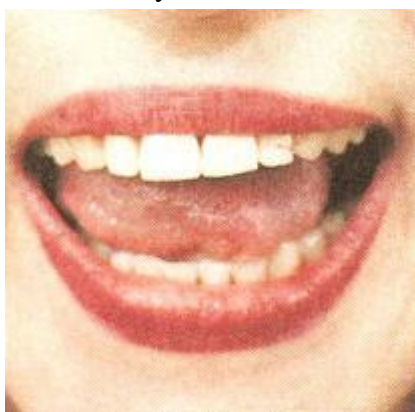
Рот открыт. Напряженным языком тянуться к носу и подбородку, либо к верхним и нижним резцам.

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. Катюшка



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

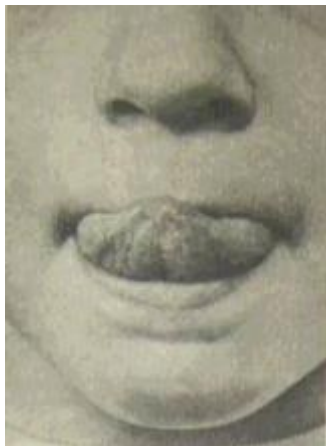


Рот раскрыт. Язык присосать к нёбу. Не отрывая язык от нёба, сильно оттягивать вниз нижнюю челюсть.

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.

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 гнздышке 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 двигается 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

яяяяяяяяяяяя (расстояние между зубами в два пальца);

оооооооооооооо

ёёёёёёёёёёёёёё (расстояние между зубами в один палец);

иинииниинииниини (рот слегка открыт).

12. Произнесите гласные звуки с голосом:

аааааааааааааа

яяяяяяяяяяяяяя

оооооооооооооо

ёёёёёёёёёёёёёё

иинииниинииниини

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

аааааэээээ

аааааеёеёеё

аааааииииии

иинииниааааа

оооооаяяяяя

аааааииииииииооооо

иинииниэээээааааа

аааааииииииииээээоооооо 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 подчеркнуто.



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.*

Выработка правильного произношения звука «Л»

1. Жуем блинчик

Цель: вырабатывать умение расслабив мышцы языка, удерживать его широким, распластанным.

Описание: немного приоткрыть рот, спокойно положить язык на нижнюю губу и, пошлёпывая его губами, произносить звуки пя-пя-пя... Удерживать широкий язык в спокойном положении, при открытом рте под счёт от одного до пяти-десяти.

Внимание!

1. Нижнюю губу не следует подворачивать и натягивать на нижние зубы.

2. Язык должен быть широким, края его касаются уголков рта.

3. Похлопывать язык губами надо несколько раз на одном выдохе. Следить, чтобы ребёнок не задерживал при этом выдыхаемый воздух.

Проконтролировать выполнение можно так: поднести ватку ко рту ребёнка, если тот делает упражнение правильно, она будет отклоняться. Одновременно это упражнение способствует выработке направленной воздушной струи.

2. Вкусное варенье

Цель: вырабатывать движение широкой передней части языка вверх и положение языка, близкое к форме чашечки.

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.

3. Если упражнение не получается, нужно вернуться к упражнению «Наказать непослушный язык». Как только язык станет распластанным, нужно поднять его наверх и завернуть на верхнюю губу.

3. Пароход гудит

Цель: вырабатывать подъем спинки языка вверх.

Описание: широкий кончик языка зажать между зубами, губы в улыбке, длительно произносить звук «ы» (как гудит пароход).

4. 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 болобочет).

Внимание!

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

2. Чтобы движения языком были вперед-назад, а не из стороны в сторону.

3. Язык должен «облизывать» верхнюю губу, а не выбрасываться вперед.

5. Качели

Цель: вырабатывать умение быстро менять положение языка, необходимое при соединении звука «л» с гласными «а», «ы», «о», «у».

Описание: улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот, положить широкий язык за нижние зубы (с внутренней стороны) и удерживать в таком положении под счет от одного до пяти. Так поочередно менять положение языка 4-6 раз.

Внимание!

Следить, чтобы работал только язык, а нижняя челюсть и губы оставались неподвижными.

6. Лошадка.

Цель: укреплять мышцы языка и вырабатывать подъем языка вверх.

Описание: улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот и пощелкать кончиком языка (как лошадка цокает копытами).

Внимание!

- 1. Упражнение сначала выполняется в медленном темпе, потом быстрее.*
- 2. Нижняя челюсть не должна двигаться; работает только язык.*
- 3. Следить, чтобы кончик языка не подворачивался внутрь, т.е. чтобы ребенок щелкал языком, а не чмокал.*

7. Лошадка едет тихо

Цель: вырабатывать движение языка вверх и помочь ребенку определить место языка при произнесении звука «л».

Описание: ребенок должен производить те же движения языком, что и в предыдущем упражнении, только беззвучно.

Внимание!

- 1. Следить, чтобы нижняя челюсть и губы были неподвижны: упражнение выполняет только язык.*
- 2. Кончик языка не должен загibasь внутрь.*
- 3. Кончик языка упирается в небо за верхними зубами, а не высовывается изо рта.*

8. Дует ветерок

Цель: вырабатывать воздушную струю, выходящую по краям языка.

Описание: улыбнуться, приоткрыть рот, прикусить кончик языка передними зубами и подуть. Наличие и направление воздушной струи проконтролировать ваткой.

Внимание!

Следить, чтобы воздух выходил не посередине, а из углов рта.

Комплекс упражнений для выработки правильного произношения шипящих звуков («Ш», «Ж», «Щ», «Ч»)

1. Жуем блинчик

Цель: вырабатывать умение, расслабив мышцы языка, удерживать его широким, распластанным.

Описание: немного приоткрыть рот, спокойно положить язык на нижнюю губу и, пошлёпывая его губами, произносить звуки пя-пя-пя... Удерживать широкий язык в спокойном положении, при открытом рте под счёт от одного до пяти-десяти.

Внимание!

1. Нижнюю губу не следует подворачивать и натягивать на нижние зубы.

2. Язык должен быть широким, края его касаются уголков рта.

3. Похлопывать язык губами надо несколько раз на одном выдохе. Следить, чтобы ребёнок не задерживал при этом выдыхаемый воздух.

Проконтролировать выполнение можно так: поднести ватку ко рту ребёнка, если тот делает упражнение правильно, она будет отклоняться. Одновременно это упражнение способствует выработке направленной воздушной струи.

2. Сделать язык широким

Цель: выработать умение удерживать язык в спокойном, расслабленном положении.

Описание: улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий передний край языка на нижнюю губу. Удерживать его в таком положении под счёт от одного до пяти-десяти.

Внимание!

1. Губы не растягивать в сильную улыбку, чтобы не было напряжения.

2. Следить, чтобы не подворачивалась нижняя губа.

3. Не высовывать язык далеко, он должен только накрывать нижнюю губу.

4. Боковые края языка должны касаться углов рта.

3. Приклей конфетку

Цель: укрепить мышцы языка и отработать подъём языка вверх.

Описание: положить широкий кончик языка на нижнюю губу. На самый край языка положить тоненький кусочек ириски, приклеить кусочек конфетки к нёбу за верхними зубами.

Внимание!

1. Следить, чтобы работал только язык, нижняя челюсть должна быть неподвижна.

2. Рот открывать не шире, чем на 1,5-2 см.

3. Если нижняя челюсть участвует в выполнении движения, можно поставить чистый указательный палец ребёнка сбоку между коренными зубами (тогда он не будет закрывать рот).

4. Выполнять упражнение надо в медленном темпе.

4. Грибок

Цель: вырабатывать подъём языка вверх, растягивая подъязычную связку (уздечку).

Описание: улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот и, прижав широкий язык всей плоскостью к нёбу, широко открыть рот. (Язык будет напоминать тонкую шляпку гриба, а растянутая подъязычная связка — его ножку.)

Внимание!

1. Следить, чтобы губы были в положении улыбки.
2. Боковые края языка должны быть прижаты одинаково плотно — ни одна половина не должна опускаться.
3. При повторении упражнения надо открывать рот шире.

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

6. 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.
3. Если упражнение не получается, нужно вернуться к упражнению «Наказать непослушный язык». Как только язык станет распластанным, нужно поднять его наверх и завернуть на верхнюю губу.

7. Гармошка.

Цель: укреплять мышцы языка, растягивать подъязычную связку (уздечку).

Описание: улыбнуться, приоткрыть рот, приклеить язык к небу и, не опуская языка, закрывать и открывать рот (как растягиваются меха гармошки, так растягивается подъязычная уздечка). Губы находятся в положении улыбки. При повторении упражнения надо стараться открывать рот всё шире и всё дольше удерживать язык в верхнем положении.

Внимание!

1. Следить, чтобы при открывании рта губы были неподвижны.
2. Открывать и закрывать рот, удерживая его в каждом положении под счёт от трёх до десяти.
3. Следить, чтобы при открывании рта не провисала одна из сторон языка.

8. Фокус

Цель: вырабатывать подъем языка вверх, умение придавать языку форму ковшика и направлять воздушную струю посередине языка.

Описание: улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий передний край языка на верхнюю губу так, чтобы боковые края его были прижаты, а посередине языка был желобок, и сдуть ватку, положенную на кончик носа. Воздух при этом должен идти посередине языка, тогда ватка полетит вверх.

Внимание!

1. Следить, чтобы нижняя челюсть была неподвижной.

2. Боковые края языка должны быть прижаты к верхней губе; посередине образуется щель, в которую идет воздушная струя. Если это не получается, можно слегка придержать язык.

3. Нижняя губа не должна подворачиваться и натягиваться на нижние зубы.

Нетрадиционные упражнения для совершенствования артикуляционной моторики

В дополнение к общепринятым артикуляционным упражнениям мы предлагаем нетрадиционные упражнения, которые носят игровой характер и вызывают положительные эмоции у детей.

Упражнения с шариком

Диаметр шарика 2-3 см, длина веревки 60 см, веревка продета через сквозное отверстие в шарике и завязана на узел.

1. Двигать шарик по горизонтально натянутой на пальцах обеих рук веревке языком вправо-влево.

2. Двигать шарик по вертикально натянутой веревочке вверх (вниз шарик падает произвольно).

3. Толкать языком шарик вверх-вниз, веревка натянута горизонтально.

4. Язык — «чашечка», цель: поймать шарик в «чашечку».

5. Ловить шарик губами, с силой выталкивать, «выплевывая» его.

6. Поймать шарик губами. Сомкнуть, насколько это можно, губы и покатать шарик от щеки к щеке.

7. Рассказывать скороговорки с шариком во рту, держа руками веревочку.

Примечание. Во время работы взрослый удерживает веревку в руке. Шарик с веревочкой после каждого занятия тщательно промывать теплой водой с детским мылом и просушивать салфеткой. Шарик должен быть строго индивидуальным.

Упражнения с ложкой

1. Чайную ложку зажать в кулак и приставить к углу рта, толкать языком в вогнутую сторону ложки влево и вправо, соответственно поворачивая руку с ложкой.

2. Толкать ложку в вогнутую часть вверх и вниз.

3. То же, но подталкивать ложку в выпуклую часть.

4. Язык — «лопаточка». Похлопывать выпуклой частью чайной ложки по языку.

5. Толчками надавливать краем ложки на расслабленный язык.
6. Ложку перед губами, сложенными трубочкой, выпуклой стороной плотно прижать к губам и совершать круговые движения по часовой и против часовой стрелки.
7. Губы растянуть в улыбку. Выпуклой частью чайной ложки совершать круговые движения вокруг губ по часовой стрелке и против часовой стрелки.
8. Взять по чайной ложечке в правую и левую руку и совершать легкие похлопывающие движения по щекам снизу вверх и сверху вниз.
9. Круговые движения чайными ложками по щекам (от носа к ушам и обратно).
10. Похлопывание чайными ложками по щекам обеими руками одновременно от углов растянутого в улыбке рта к вискам и обратно.

Упражнения для языка с водой «Не расплескай воду»

1. Язык в форме глубокого «ковша» с небольшим количеством воды (вода может быть заменена соком, чаем, компотом) сильно высунут вперед из широко раскрытого рта. Удерживать 10 — 15 секунд. Повторять 10 — 15 раз.
2. «Язык-ковш» с жидкостью плавно перемещается попеременно в углы рта, удерживая жидкость, не закрывая рта и не оттягиваясь назад в рот. Выполняется 10 раз.
3. «Язык-ковш», наполненный жидкостью, плавно двигается вперед-назад. Рот широко раскрыт. Выполняется 10 — 15 раз.

Упражнения для губ и языка и челюстей с бинтом

Бинт разового пользования, строго индивидуален, размеры: длина 25-30 см, ширина 4-5 см.

1. Сомкнутые и растянутые в улыбку губы плотно сжимают бинт. Взрослый пытается вытащить бинт, преодолевая сопротивление мышц губ. Выполняется в течение 10 — 15 секунд.
2. Выполняется по аналогии с упражнением 1, но бинт зажимается губами то в левом, то в правом углу рта поочередно. Выполняется 10 раз.
3. Зажатый губами в правом углу рта бинт без помощи рук перемещается в левый угол, затем, наоборот, из левого — в правый и т.д. Выполняется 10 раз.
4. В отличие от упражнения 1, бинт закусывается, крепко зажимается не губами, а передними зубами и удерживаются в течение 10-15 секунд, зажим ослабляется на несколько секунд. Зажим — расслабление чередуются 10 — 15 раз.
5. Бинт закусывается и зажимается не резцами, а коренными зубами, попеременно то левыми, то правыми. Выполняется 10 раз.
6. Бинт ко всей поверхности верхней губы плотно прижимает язык, поднятый вверх в форме широкого ковша или «лопатки» (блинчика). При этом рот широко раскрыт. Взрослый, как и в упражнении 1, пытается вытащить бинт, преодолевая сопротивление. Удерживать данную позицию 10-15 секунд. Повторяется до 10 раз.
7. В отличие от упражнения 6, бинт прижимается «языком-ковшом» («лопаткой», «блинчиком») не ко всей поверхности верхней губы, а то к левому, то к правому углу рта попеременно. Выполняется так же, как упражнения 1, 6.
8. Бинт крепко прижимается ко всей поверхности нижней губы широким мягким языком в форме «лопатки» («блинчика»).