

Артикуляционная гимнастика

для различных групп звуков

Причинами нарушения произношения могут быть слабость мышц языка и губ или легкое расстройство координации движений (неумение выполнять языком и губами точные целенаправленные движения). Артикуляционная гимнастика поможет овладеть движениями для правильного произнесения звуков. Гимнастика бывает в виде сказок или стихов, которые сопровождаются определёнными действиями. Лучше её делать вместе с ребёнком и желательно перед зеркалом. Учитель-логопед предлагает вашему вниманию гимнастику для отдельных групп звуков.

КОМПЛЕКС УПРАЖНЕНИЙ (для шипящих звуков Ш, Ж, Ч, Щ)

Для произнесения шипящих звуков требуются сложные и тонкие движения языка: широкий передний край языка поднимается к передней части твёрдого нёба, при этом кончик языка образует щель с твёрдым нёбом (при Ч – сначала смычку, а потом щель), боковые края языка плотно прилегают к верхним коренным зубам, губы выдвигаются вперед и округляются, нижняя челюсть слегка опускается, воздушная струя идет посередине языка. Выработке необходимых движений языка и воздушной струи способствуют следующие упражнения.

1. Наказать непослушный язык

Цель - выработать умение, расслабив мышцы языка, удерживать его широким, распластанным. Краткое описание: немного приоткрыть рот, спокойно положить язык на нижнюю губу и, пошлепывая его губами, произносить звуки пя-пя-пя... Удерживать широкий язык в спокойном положении при открытом рте под счет от одного до пяти – десяти.

Методические указания:

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 ребенок не задерживал при этом выдыхаемый воздух. Проконтролировать выполнение можно так: поднести вату ко рту ребенка, 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. Краткое описание: улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий передний край языка на нижнюю губу. Удерживать его в таком положении под счет от одного до пяти – десяти.

Методические указания:

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.
5. Если это упражнение не получается, надо вернуться к упражнению «Наказать непослушный язык».

3. Приклей конфетку

Цель: укрепить мышцы языка и отработать подъем языка вверх. Краткое описание: положить широкий кончик языка на нижнюю губу. На самый край языка положить тоненький кусочек ириски, приклеить кусочек конфеты к нёбу за верхними зубами.

Методические указания:

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 ребенка сбоку между коренными зубами (тогда он не будет закрывать рот).

4. Выполнять упражнение надо в медленном темпе.

4. Грибок

Цель: вырабатывать подъем языка вверх, растягивать подъязычную связку (уздечку). Краткое описание: улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот и, прижав широкий язык всей плоскостью к нёбу, широко открыть рот. (Язык будет напоминать тонкую шляпку грибка, а растянутая подъязычная связка – его ножку.)

Методические указания:

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. Краткое описание: улыбнуться, положить широкий передний край языка на нижнюю губу и, как бы произнося длительно звук Ф, сдуть вату на противоположный край стола.

Методические указания:

1. Нижняя губа не должна натягиваться на нижние зубы.
2. Нельзя надувать щеки.
3. Следить, чтобы дети произносили звук Ф, а не звук Х, т. е., чтобы воздушная струя была узкая, а не рассеянная.

6. Вкусное варенье

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

Методические указания:

1. Следить, чтобы работал только язык, а нижняя челюсть не помогала, не «подсаживала» язык наверх – она должна быть неподвижной (можно придерживать ее 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 шпателем поднять его наверх и завернуть на верхнюю губу.

7. Гармошка

Цель: укреплять мышцы языка, растягивать подъязычную связку (уздечку). Краткое описание: улыбнуться, приоткрыть рот, приклеить язык к нёбу и, не отпуская 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 все шире и все дольше удерживать язык в верхнем положении.

Методические указания:

1. Следить, чтобы при открывании рта губы были неподвижны.
2. Открывать и закрывать рот, удерживая его в каждом положении под счет от трех 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. Краткое 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 вату, положенную на кончик носа. Воздух при этом должен идти посередине языка, тогда вата полетит вверх.

Методические указания:

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.

КОМПЛЕКС УПРАЖНЕНИЙ (для свистящих звуков С, З, Ц)

Для произнесения свистящих звуков требуются сложные и точные движения языка, в которых участвуют кончик языка (он находится за нижними зубами), боковые края языка (они плотно примыкают к верхним коренным зубам), спинка языка (передняя часть ее приподнимается к альвеолам и образует с ними щель, а при звуке Ц сначала смычку, потом щель), движения губ (в улыбке), нижняя челюсть (едва опущена) и наличие воздушной струи (достаточно сильной и направленной посередине языка). Выработке необходимых движений языка и воздушной струи способствуют следующие упражнения.

1. Загнать мяч в ворота

Цель: вырабатывать длительную, направленную воздушную струю. Краткое описание: вытянуть губы вперед трубочкой и длительно дуть на ватный шарик (лежит на столе перед ребенком), загоняя его между двумя кубиками.

Методические указания:

1. Следить, чтобы не надувались щеки, для этого их можно слегка придерживать пальцами.
2. Загонять шарик на одном выдохе, не допуская, чтобы воздушная струя была прерывистой.

2. Наказать непослушный язык

Цель: вырабатывать умение, расслабив мышцы языка, удерживать его широким, распластанным. Краткое описание: немного приоткрыть рот, спокойно положить язык на нижнюю губу и, пошлепывая его губами, произносить звуки пя-пя-пя... Удерживать широкий язык в спокойном положении при открытом рте под счет от одного до пяти – десяти.

Методические указания:

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 ребенок не задерживал при этом выдыхаемый воздух. Проконтролировать выполнение можно так: поднести вату ко рту ребенка, если тот делает упражнение правильно, она будет отклоняться. Одновременно это упражнение способствует выработке направленной воздушной струи.

3. Сделать язык широким

Цель: вырабатывать умение удерживать язык в спокойном, расслабленном положении. Краткое описание: улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий передний край языка на нижнюю губу. Удерживать его в таком положении под счет от одного до пяти – десяти.

Методические указания:

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.
5. Если это упражнение не получается, надо вернуться к упражнению «Наказать непослушный язык».

4. Кто дальше загонит мяч?

Цель: вырабатывать плавную, длительную, непрерывную воздушную струю, идущую посередине языка. Краткое описание: улыбнуться, положить широкий передний край языка на нижнюю губу и, как бы произнося длительно звук Ф, сдуть вату на противоположный край стола.

Методические указания:

1. Нижняя губа не должна натягиваться на нижние зубы.
2. Нельзя надувать щеки.
3. Следить, чтобы дети произносили звук Ф, а не звук Х, т. е., чтобы воздушная струя была узкая, а не рассеянная.

5. Почистим зубы

Цель: научить детей удерживать кончик языка за нижними зубами. Краткое описание: улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот и кончиком языка «почистить» нижние зубы, делая сначала движения языком из стороны в сторону, потом снизу вверх.

Методические указания:

1. Губы неподвижны, находятся в положении улыбки.
2. Двигая кончиком языка из стороны в сторону, следить, чтобы он находился у десен, а не скользил по верхнему краю зубов.
3. Двигая языком снизу вверх, следить, чтобы кончик языка был широким и начинал движение от корней нижних зубов.

КОМПЛЕКС УПРАЖНЕНИЙ (для звука Р)

Для произнесения звука Р необходима сложная работа всех мышц языка: кончик языка и его передняя часть подняты к альвеолам, напряжены, кончик языка вибрирует в проходящей воздушной струе. Средняя часть языка опущена, его боковые края прижаты к верхним коренным зубам; выдыхаемая воздушная струя должна быть сильной, направленной. Выработке необходимых движений языка и воздушной струи способствуют следующие упражнения.

1. Чьи зубы чище?

Цель: вырабатывать подъем языка вверх и умение владеть языком. Краткое описание: приоткрыть рот и кончиком языка «почистить» верхние зубы с внутренней стороны, делая движения языком из стороны в сторону.

Методические указания:

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 движения языка вверх и его подвижность. Краткое описание: улыбнуться, открыть рот и «погладить» кончиком языка твердое нёбо, делая движения языком вперед-назад.

Методические указания:

1. Губы и нижняя челюсть должны быть неподвижны.
2. Следить, 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. Краткое описание: улыбнуться, положить широкий передний край языка на нижнюю губу и, как бы произнося длительно звук Ф, сдуть вату на противоположный край стола.

Методические указания:

1. Нижняя губа не должна натягиваться на нижние зубы.
2. Нельзя надуть щеки.
3. Следить, чтобы дети произносили звук Ф, а не звук Х, т. е., чтобы воздушная струя была узкая, а не рассеянная.
4. Пощелкать кончиком языка

Цель: укреплять мышцы языка и вырабатывать подъем языка вверх. Краткое описание: улыбнуться, открыть рот и пощелкать кончиком языка (как лошадка цокает копытами).

Методические указания:

1. Упражнение сначала выполняется в медленном темпе, потом быстрее.
2. Нижняя челюсть не должна двигаться, работает только язык.
3. Если у ребенка пощелкивание не получается, нужно предложить ему выполнить упражнение «Приклей конфетку», а потом вернуть к этому упражнению.
4. Следить, чтобы кончик языка не подворачивался внутрь, т. е., чтобы ребёнок щёлкал языком, а не чмокал.
5. Приклей конфетку

Цель: укрепить мышцы языка и отработать подъем языка вверх. Краткое описание: положить широкий кончик языка на нижнюю губу. На самый край языка положить тоненький кусочек ириски, приклеить кусочек конфеты к нёбу за верхними зубами.

Методические указания:

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 ребенка сбоку между коренными зубами (тогда он не будет закрывать рот).
4. Выполнять упражнение надо в медленном темпе.
6. Вкусное варенье

Цель: вырабатывать движение широкого переднего края языка вверх. Краткое описание: слегка приоткрыть рот и широким передним краем языка облизать верхнюю губу, делая движение языком сверху вниз, но не из стороны в сторону.

Методические указания:

1. Следить, чтобы работал только язык, а нижняя челюсть не помогала, не «подсаживала» язык наверх – она должна быть неподвижной (можно придерживать ее 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 шпателем поднять его наверх и завернуть на верхнюю губу.

7. Индюк

Цель: вырабатывать подъем языка вверх и подвижности его передней части. Краткое 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 её). Сначала производить медленные движения, потом убыстрить темп и добавить голос, пока не послышится бл-бл (как индюк «болбочет»).

Методические указания:

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.

8. Барабанщики

Цель: укреплять мышцы кончика языка, вырабатывать подъем языка вверх и умение делать кончик языка напряженным. Краткое описание: улыбнуться, открыть рот и постучать кончиком языка за верхними зубами, многократно и отчетливо произнося звук Д: Д-Д-Д. Сначала звук Д произносить медленно, постепенно убыстрять темп.

Методические указания:

1. Рот должен быть всё 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 полоску бумаги. При правильном выполнении упражнения она будет отклоняться.