

УЛУЧШЕНИЕ ПОДВИЖНОСТИ РЕЧЕВЫХ ОРГАНОВ

При небольшом нарушении подвижности речевых мышц нужно выполнять только основной комплекс артикуляционной гимнастики. При более серьезном нарушении подвижности речевых — дополнительно комплексы упражнений, рассчитанные на постановку шипящих, свистящих и звука [р] (эти упражнения могут оказаться сложными для детей младшего возраста).

ОБЩИЙ КОМПЛЕКС АРТИКУЛЯЦИОННОЙ ГИМНАСТИКИ

Названия упражнений носят игровой характер. Если какое-то из названий вашему ребенку не знакомо, замените его другим.

«Заборчик». Зубы в положении правильного прикуса, обнажив верхние и нижние зубы, не слишком широко улыбнуться губами. Сохранять положение до пяти секунд.

«Трубочка». Зубы в положении правильного прикуса. Сомкнутые губы слегка вытянуть вперед. Нижняя челюсть остается неподвижной. Сохранять до пяти секунд.

«Заборчик — трубочка». Чередовать первое и второе упражнения. Нижняя челюсть неподвижна. Сохранять каждое из положений одну секунду.

«Блинчик». Широкий, распластанный и неподвижный язык положить передним краем на нижние зубы. Оставить в таком положении на пять секунд.

«Накажи непослушный язычок». Выполняется только при невозможности удержать позу предыдущего упражнения. Язык разместить так, как описано в четвертом упражнении и «пошлепать» его верхними губами и зубами одновременно произнося при этом «пя — пя — пя». После этого оставить неподвижно лежать на нижних зубах, сколько получится.

«Лопатка». Несильно высунуть широкий язык изо рта, расположив его между верхними и нижними зубами, при этом не прикусывая его. Сохранять положение пять секунд.

«Иголка». Округлый, острый язык несильно высунуть изо рта, не прикусывая его зубами. Сохранять положение до пяти секунд.

«Лопатка — иголка». Немного высунуть язык изо рта. Чередовать положения, описанные в двух предыдущих упражнениях. Нижняя челюсть неподвижна. Губы, насколько возможно, неподвижны, можно на первых порах придерживать их пальцами. Сохранять каждое положение около секунды.

«Маятник». Попеременно прикасаться округлым кончиком языка то к правому, то к левому углу рта. Нижняя челюсть неподвижна. Губы в положении полуулыбки. Сохранять каждое из положений в течение одной секунды.

«Качели». Попеременно прикасаться кончиком языка то к основанию верхних, то к основанию нижних резцов. Рот приоткрыт, как при произнесении звука [э]. Нижняя челюсть неподвижна. Сохранять каждое из положений в течение одной секунды.

«Маляр». Рот приоткрыт. Облизывать языком по кругу верхнюю, потом нижнюю губу, меняя направление движения. Нижняя челюсть неподвижна.

«Ванька-встанька» Рот приоткрыт. Максимально широкий язык, загибая вверх кончик, сначала прислонять к основанию верхних резцов затем, загибая вниз кончик — к основанию нижних резцов. Губы и нижняя челюсть неподвижны. Сохранять каждое положение по одной секунде.

УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ПОСТАНОВКИ ЗВУКА [Р]

Перед выполнением каждого упражнения немного потренируйте речевой выдох на фоне звука [д]. При выполнении всех упражнений рот приоткрыт, а нижняя челюсть неподвижна. Необходимо следить за воздушной струей, она должна немного шуршать между языком и альвеолами.

«Барабанщик». Ударяя кончиком языка о переднюю поверхность альвеол, звонко произносить звук [д]. Выстукивать, таким образом, различные мелодии. Как на барабане. Упражнение выполнять с голосом. Как можно быстрее. При этом может проскальзывать звук [р].

«Пулемет». Произносить звук [д] так же, как в предыдущем упражнении, изображая, как строчит пулемет: [д — д — д]. Произносить с силой, на одном выдохе, с голосом.

«Трещотка». Кончиком языка, прикасаясь к альвеолам, совершать очень быстрые движения вперед-назад, не отрывая языка от альвеол. Упражнение выполняется с голосом. После этого точно так же совершать движения вправо-влево. При выполнении упражнения слышится нечеткий звук [р]. Поэтому, если ваш ребенок произносит грассирующий звук [р], это упражнение ему нужно демонстрировать без голоса, иначе услышав похожий на [р] звук, он включит свое произношение. Скажите ему, что вы показываете ему выполнение упражнения без голоса, а он должен будет делать его с голосом.

УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ПОСТАНОВКИ СВИСТЯЩИХ ЗВУКОВ

«Желобок». Несильно высунуть широкий язык изо рта. Боковые края сильно загнуть вверх, чтобы образовался желобок. Подуть в него. При выполнении этого упражнения нужно помогать языку губами. Вытягивать их вперед, сворачивая ими язык.

«Фокус». На кончик носа положить кусочек ваты. Язык сильно высунуть изо рта, загнув его кончик вверх так, чтобы выдуваемая струя воздуха направлялась к носу. Сдуть ватку. Рот открыт ровно настолько, чтобы между зубами мог поместиться язык.

«Футболист». Широкий язык несильно просунуть между сближенными зубами. В таком положении нужно дуть на кусочек ватки, лежащий на столе, «загоняя» его в «ворота», ватка при этом изображает мяч. Воздушная струя проходит по желобку, по средней линии языка. Вначале допускается, чтобы верхняя губа касалась языка, это облегчает фокусировку воздушной струи, в дальнейшем язык должен соприкоснуться только с верхними зубами. Губы находятся в полуулыбке. При выполнении этого упражнения слышится свистящий звук, более или менее напоминающий [с].

УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ПОСТАНОВКИ ШИПЯЩИХ ЗВУКОВ

«Варенье». Рот приоткрыт. Широким языком облизывать верхнюю губу в направлении сверху вниз, как бы слизывая варенье.

«Чашечка». Рот приоткрыт. Несильно высунуть широкий язык и придать ему форму чашечки, слегка загнув вверх боковые края и кончик языка. Язык должен быть на уровне верхней губы. Такую форму язык принимает при произнесении звука [ш].

ПРАВИЛА ВЫПОЛНЕНИЯ УПРАЖНЕНИЙ

- Артикуляционную гимнастику нужно разучивать перед зеркалом. Ребенок должен копировать ваши движения. В дальнейшем, когда порядок действий будет усвоен, зеркало нужно убрать.
- Артикуляционная гимнастика выполняется не для того, чтобы «накачать» речевые мышцы, а для того, чтобы развить их подвижность и гибкость, повысить точность движений. Поэтому при ее выполнении не нужно прилагать лишние мышечные усилия, утрировать позы.

Просите ребенка, чтобы все движения он совершал «мягким» языком и «нежными» губами.

- При выполнении всех упражнений следите за тем, чтобы у ребенка работали только те мышцы, которые необходимы для совершения движения. Ребенок не должен делать лишних движений — округлять глаза, поднимать плечи и совершать синхронные движения другими речевыми мышцами.
- Абсолютной точности движений сразу добиваться не нужно. Если какое-то движение у ребенка с первого раза не получается, пусть выполняет его приблизительно. Со временем действия будут совершенствоваться.
- Когда какое-то упражнение совершается на выдохе, следите, чтобы этот выдох был направлен в самые зубы.
- Каждое упражнение нужно повторять не более пяти раз.