

Артикуляционная гимнастика с функциональной нагрузкой

Т.А. Шистерова,
учитель-логопед ЦПМПК

Упражнение 1 «Забор»

Цель: подготовить артикуляцию для свистящих звуков, активизировать губы.

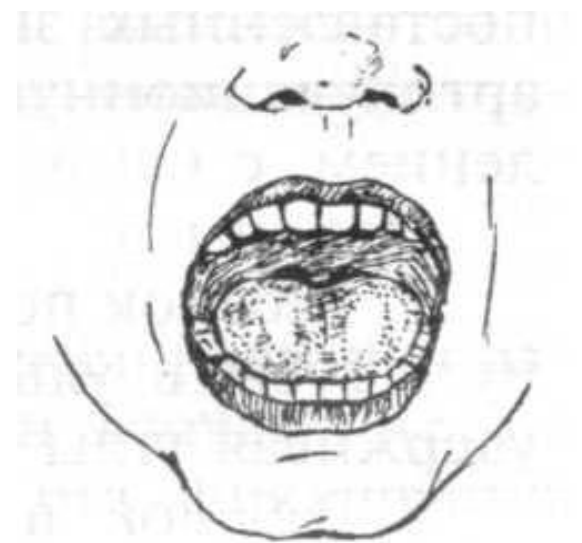
Методические рекомендации: перед зеркалом просим ребенка максимально растянуть губы (улыбнуться), показать верхние и нижние зубы. Верхние зубы должны находиться напротив нижних. Необходимо проверить наличие расстояния между ними (1 мм). Следить, чтобы ребенок не морщил нос. Удерживать под счет до 5.



Упражнение 2 «Окно»

Цель: уметь удерживать
открытым рот с
одновременным показом
верхних и нижних зубов.

Методические рекомендации:
из положения «Забор»
медленно открывать рот.
Зубы должны быть видны.
Удерживать под счет до 5.



Упражнение 3 «Мост»

Цель: выработать нижнее положение языка для подготовки к постановке свистящих звуков. Кончик языка упирается в нижние резцы.

Методические рекомендации: из положения «Забор» выполнить упражнение «Окно». Расположить язык за нижними резцами плоско. Удерживать под счет до 5.



Упражнение 4 «Парус»

Цель: подготовка верхнего подъема языка для звуков [р], [л].

Методические рекомендации: ребенок последовательно выполняет следующие упражнения: «Забор» — «Окно» — «Мост». Из положения «Мост» широкий язык поднимается к верхним резцам и упирается в альвеолы. Следить, чтобы язык не провисал, а был напряженным и широким, определялась подъязычная связка. Удерживать под счет до 5. Язык поднят кверху.



Упражнение 5 «Трубочка»

Цель: выработать активность и подвижность губ.

Методические рекомендации:

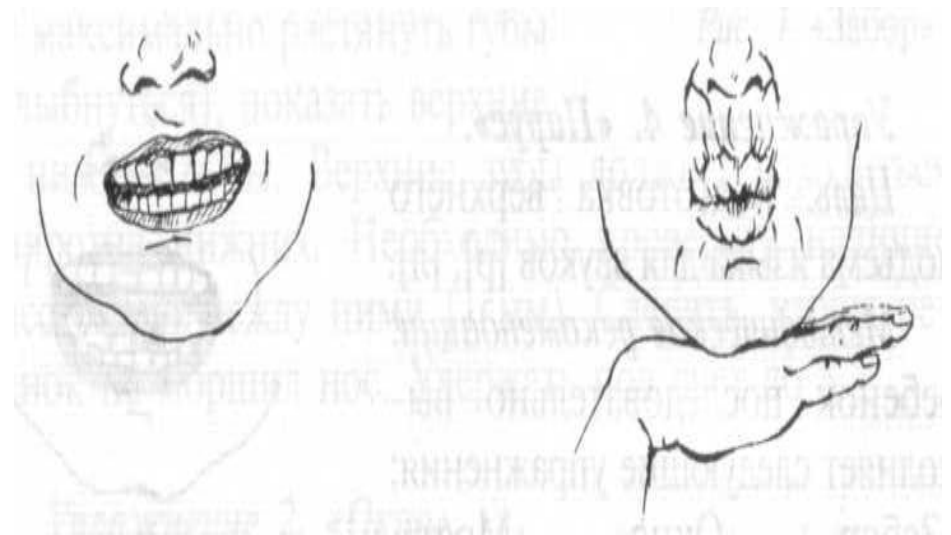
из положения «Забор» вытянуть губы вперед, плотно их сомкнуть, чтобы в центре не было дырочки. Круговая мышца собирается в морщинки.



Упражнение 6 Чередование: «Забор» — «Трубочка»

Цель: добиться ритмичного, точного переключения с одной артикуляции на другую.

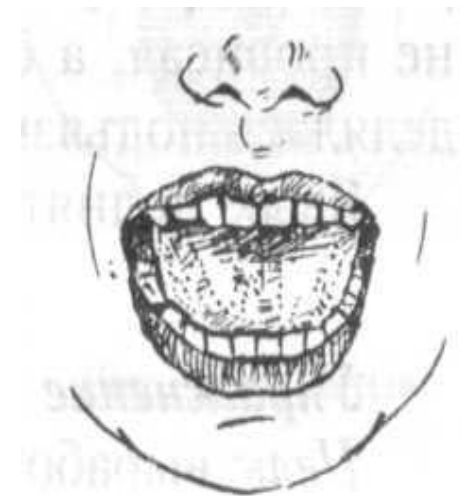
Методические рекомендации: из положения «Забор» выполнить движение «Трубочка». Такие переключения выполнить 5—6 раз в разном темпе, определяемом логопедом. Начинать в медленном темпе. Рука под подбородком, чтобы контролировать неподвижность подбородка.



Упражнение 7 «Лопата»

Цель: выработать широкое и спокойное положение языка, что необходимо для подготовки шипящих звуков.

Методические рекомендации: последовательно выполнять упражнения «Забор» — «Окно» — «Мост». Из положения языка «Мост» выдвинуть язык на нижнюю губу. Язык должен быть спокойным и широким. Нижняя губа не должна подворачиваться, верхняя должна обнажать зубы. Удерживать под счет до 5. Язык на губе.



Упражнение 8 «Лопата копает»

Цель: подготовить артикуляцию для шипящих звуков. Выполнение артикуляции «Чашечка».

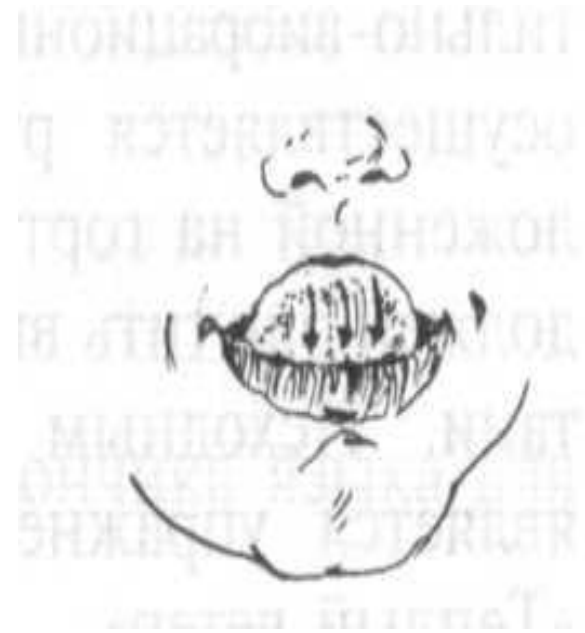
Методические рекомендации:
выполнить последовательно следующие упражнения: «Забор» — «Окно» — «Мост» — «Лопата». Из положения «Лопата» поднять широкий кончик языка немного вверх. Верхние зубы должны быть видны. Следить, чтобы язык при подъеме не убирался в ротовую полость. Выполнить упражнение в медленном темпе 3—4 раза. Кончик языка загибается вверх.



Упражнение 9 «Вкусное варенье»

Цель: сформировать: верхний подъем языка в форме «Чашечки», удерживание языка на верхней губе и выполнение облизывающего движения сверху вниз.

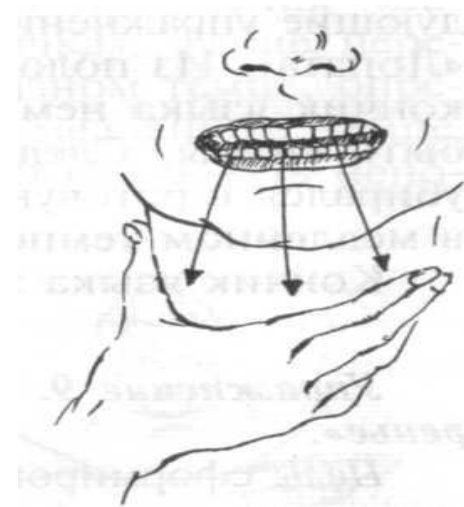
Методические рекомендации: из положения «Лопата копает» широкий язык поднять к верхней губе и выполнить облизывающие движения сверху вниз 2—3 раза в медленном темпе. Движения языка сверху вниз по верхней губе.



Упражнение 10-а «Теплый ветер»

Цель: вызывание шипящих звуков по подражанию.

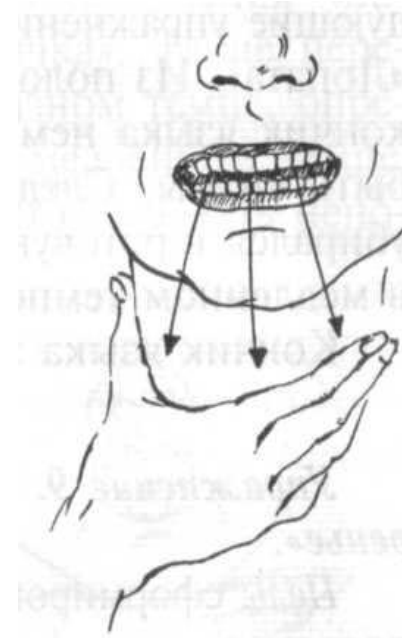
Методические рекомендации: из положения «Вкусное варенье» убрать язык за верхние зубы и образовать щель с альвеолами. Руку расположить у подбородка и попросить ребенка подуть на широкий язык. Растянуть губы в улыбке. Рука должна ощутить теплую воздушную струю. Если упражнение не получается, то проводят упражнения №18, №20. Подуть на язык. Кистью ощутить теплую струю воздуха.



Упражнение 10-б «Жук»

Цель: вызывание звука [ж] по подражанию.

Методические рекомендации: при выполнении упражнения «Теплый ветер» просят ребенка «включить» свой голос. Тактильно-вибрационный контроль осуществляется рукой, расположенной на гортани. Ребенок должен ощутить вибрацию гортани. Исходным положением является упражнение № 10-а «Теплый ветер». Кисть на гортани ощущает вибрацию голосовых связок.



Упражнение 11 «Цокает лошадка»

Цель: выработать тонкие дифференцированные движения кончиком языка для звука [р].

Методические рекомендации: из положения «Парус» при широко открытом рте цокать языком. Челюсть неподвижна. (Удерживается рукой. Выполнить 5-6 раз.) Язык за верхними зубами. Рука держит подбородок, чтобы он не двигался во время щелканья.



Упражнение 12 «Молоток»

Цель: подготовка артикуляции для звука [р] и вибрации кончика языка.

Методические рекомендации:

из положения «Парус» стучать языком и произносить звук [д]. Следить, чтобы кончик языка не опускался и не выглядывал изо рта.

Примечание: если исправляется горловой звук, то произносится звук [т]. Следить, чтобы не было назального оттенка, не напрягался голос и не поднималась нижняя челюсть. Постучать со звуком [д, т] 5—6 раз. Кончик языка стучит вверху по альвеолам со звуком [д] или [т].



Упражнение 13 «Дятел»

Цель: формировать вибрацию кончика языка для звука [р].

Методические рекомендации:

из положения «Парус» и «Молоток» произносить звук [д] в ускоренном темпе. Серии ударов языком по альвеолам напоминают стук дятла: «Д — ддд», «Д — ддд» (один удар и несколько ударов в быстром темпе). Выполняется 3— 5 таких серий.



Упражнение 14 «Пулемет»

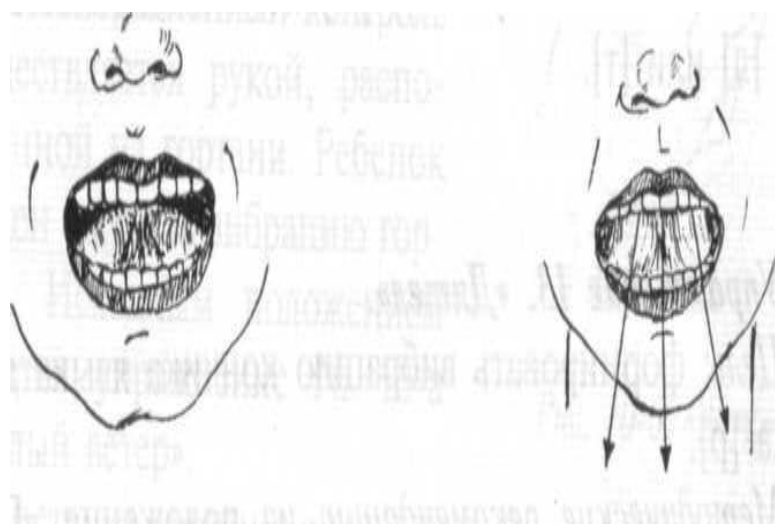
Цель: закрепить вибрацию кончика языка для звука [р].

Методические рекомендации: из положения «Парус» выполнять упражнение «Дятел» и добавлять воздушную струю, как толчок воздуха: «Д — ддд» + толчок сильной воздушной струи.

Возникает вибрация языка — «дрр». Выполнить интенсивно 5 раз. Если не получается по подражанию, то добавляют упражнение №20.

Язык вверху стучит по альвеолам со звуками «Д — **ДДД**».

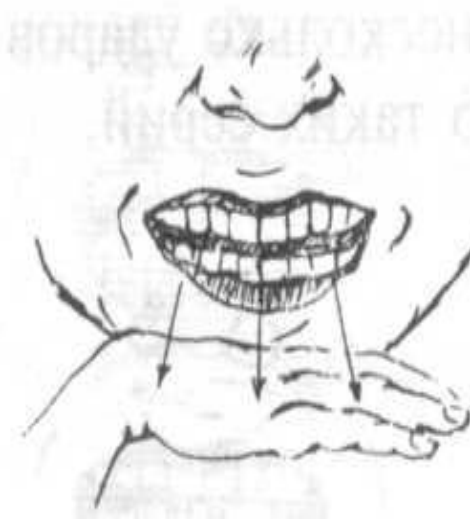
После произнесения «Д — ддд» — сильно подуть на язык.



Упражнение 15-а «Холодный ветер»

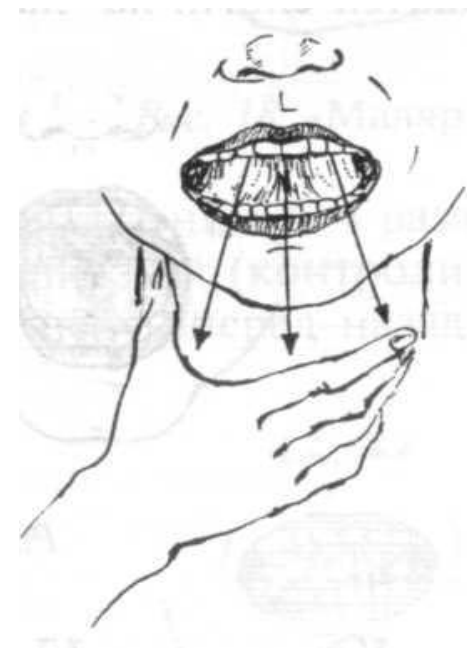
Цель: закрепить нижнее положение языка для свистящих звуков и выработать направленную воздушную струю по средней линии языка. Вызывание звука [с] по подражанию.

Методические рекомендации: из положения «Мост» вернуться к упражнению «Забор» и подуть на язык. Рука должна ощущать холодную струю воздуха. Выполнять 3—4 раза. Если по подражанию не получается, то применяют механическую помощь для вызывания звука [с]. Подуть на язык. Кисть под подбородком. Ощутить холодную струю воздуха.



Упражнение 15-б «Комар»

- *Цель:* вызывание звука [з] по подражанию.
- *Методические рекомендации:* при выполнении упражнения «Холодный ветер» просят ребенка «включить» свой голос. Тактильно-вибрационный контроль осуществляется рукой ребенка, расположенной на гортани. Ребенок должен ощутить вибрацию гортани. Исходным положением является упражнение № 15-а «Холодный ветер». Кисть на гортани ощущает вибрацию голосовых связок.



Упражнение 16-а «Пароход»

1-й вариант

Цель: подготовка артикуляции для звука [л].

Методические рекомендации: из положения «Мост» выполнить упражнение «Лопата». Закусить кончик языка (зубы должны быть видны) и длительно произносить звук [ы] 2—3 секунды. Кончик языка прикушен верхними и нижними резцами.



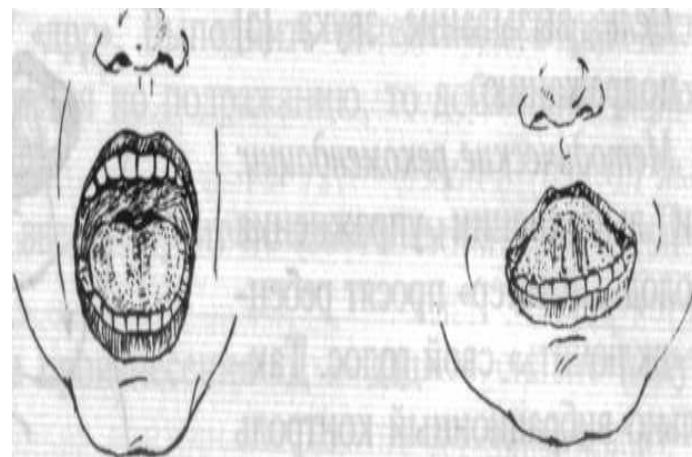
Упражнение 16-б «Пароход»

2-й вариант

Методические рекомендации:

из положения упражнения «Окно» произносить длительный звук [а] и неоднократно прижимать кончик языка к середине верхней губы (упражнение «Вкусное варенье»).

Слышатся слоги: ла—ла—ла. Повторить 5 раз.



Упражнение 17 «Пароход гудит»

Цель: вызвать звук [л]
смешанным способом.

Методические рекомендации:

выполнять упражнение
«Пароход». Попросить
ребенка открыть рот и
произнести звук [а].
Слышится слог «ла».
Повторить 3—4 раза.



Упражнение 18 «Маляр»

Цель:

растянуть подъязычную связку для звуков [р], [л], а для произнесения шипящих звуков найти место образования щели языка в форме чашечки у твердого нёба.

Методические рекомендации:

из положения «Парус» продвигать язык по нёбу в передне-заднем направлении 3-4 раза. Челюсть должна оставаться неподвижной (контролируется рукой). Язык движется по нёбу вперед-назад.



Упражнение 19 «Качели»

Цель: дифференцировать нижнее и верхнее положение языка, что необходимо для дифференциации свистящих и шипящих звуков.

Методические рекомендации: из положения «Парус» перейти к упражнению «Мост». Чередовать 5—6 раз в темпе, заданном логопедом.



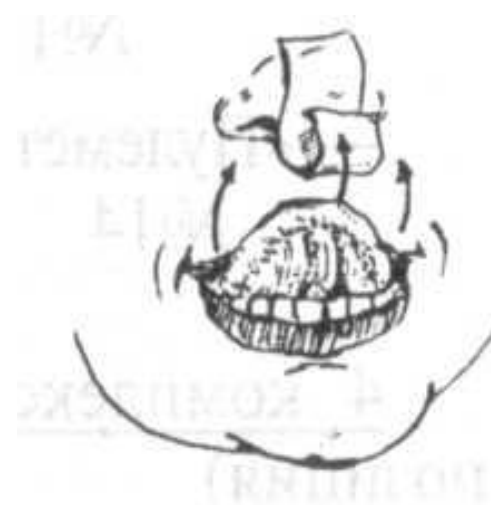
Упражнение 20 «Фокус»

Цель:

сформировать сильную правильно направленную воздушную струю для шипящих звуков и звука [p].

Методические рекомендации:

из положения «Вкусное варенье» сильно подуть на кончик носа, на котором приклеена узкая полоска бумаги (3 x 1 см) и сдуть ее. Выполнить 2—3 раза. Язык на верхней губе, дуть на кончик носа.





Комплексы упражнений

1 комплекс упражнений для свистящих (дорсальная позиция)
«Забор» — «Окно» — «Мост» — «Забор» — №1 №2 №3 №1
— «Холодный ветер» №15

2 комплекс упражнений для шипящих (какуминальная позиция)
«Забор» — «Окно» — «Мост» — «Лопата» — №1 №2 №3 №7
— «Лопата копает» — «Вкусное варенье» — №8 №9
— «Фокус» — «Теплый ветер» №20 №10

3 комплекс упражнений для «р» (альвеолярная позиция)
«Забор» — «Окно» — «Мост» — «Парус» — №1 №2 №3 №4
— «Цокает лошадка» — «Молоток» — «Дятел» — №11 №12 №13
— «Пулемет» №14

4 комплекс упражнений для «л» (альвеолярная позиция)
«Забор» — «Окно» — «Мост» — «Лопата» — №1 №2 №3 №7
— «Пароход» — «Пароход гудит» №16 №17