

КОМПЛЕКС АРТИКУЛЯЦИОННОЙ ГИМНАСТИКИ ДЛЯ КОРРЕКЦИИ ЗВУКОВ [Л], [Л']

Рекомендации по выполнению упражнений в домашних условиях

Для получения устойчивого результата необходимы регулярные тренировки. При этом важно активное участие родителей, которые будут соблюдать следующие условия:

1. Перед началом занятий следует подготовить ребенка, рассказать о предстоящем мероприятии.
2. Малышу показывают каждое упражнение, а затем просят повторить его и контролируют выполнение.
3. Для визуализации изображения перед лицом устанавливают зеркало.
4. Занятие проводится в положении сидя, родитель размещается рядом. Тело должно быть расслаблено, а спина прямая.
5. На выполнение каждой техники выделяется от 5 до 15 секунд. В течение этого времени ребенку необходимо удерживать определенную артикуляционную позицию.
6. Упражнения выполняются плавно и точно, используя игровой подход.

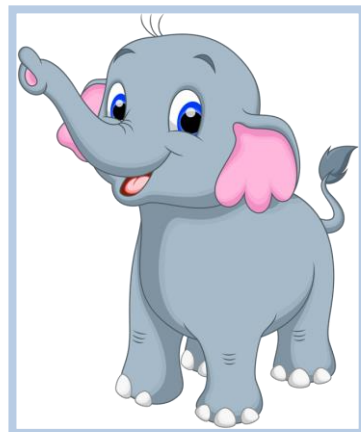
«Лягушка»



*Подражаем мы лягушкам:
Тянем губки прямо к ушкам!
Ты попробуй «и-и-и...» скажи
И улыбку покажи.*

Цель: развитие подвижности губ, формирование уклада губ, необходимого для произнесения некоторых звуков русской речи.
Выполнение: сомкнуть зубы, и растянуть губы в улыбке, показав все зубы, удерживать улыбку 10 секунд.

«Хоботок»



*Подражаю я слону –
Губы хоботом тяну.
А теперь их отпускаю,
И на место возвращаю.
Раз, два, три, четыре, пять –
Продолжаем мы играть!*

Цель: формирование уклада губ, необходимого для произнесения некоторых звуков русской речи.

Выполнение: Сомкнуть зубы, вытянуть губы вперед трубочкой, удерживать губы в таком положении.

ВВ! Следить, чтобы в процессе переключения зубы не размыкались и не сдвигались. Работают только губы.

«Лягушка» - «Хоботок»



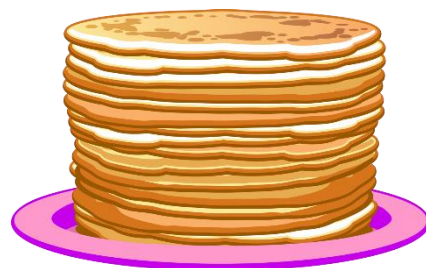
*Свои губы прямо кушам,
Растяну я, как лягушка.
А теперь слонёнок я,
Видишь – хобот у меня!
Мне понравилось играть,
Повторю-ка всё опять!*

Цель: развитие подвижности губ, формирование уклада губ, необходимого для многих звуков русской речи.

Выполнение: Сомкнуть зубы, растянуть губы в улыбке, показав все зубы, удерживать улыбку 3 – 5 секунд, вытянуть губы вперед трубочкой, удерживать губы в таком положении 3 – 5 секунд. Выполнять переключения с одной позиции на другую 5 – 7 раз.

ВВ! Следить, чтобы в процессе переключения зубы не размыкались и не сдвигались. Работают только губы.

«Блинчик»



*Язык как блинчик положи
И спокойно поддержи.
Мы гостей своих встречаем
И блинами угощаем!*

Цель: расслабление мышц языка, удерживание языка широким, распластанным.

Выполнение: открыть рот, расслабленный язык спокойно положить на нижнюю губу, удерживать его широким на нижней губе 3-7 сек.

ВВ! Нижнюю губу не следует подворачивать и натягивать на нижние зубы. Язык должен быть широким, края его касаются уголков рта. Губы не растягивать в улыбку слишком широко, чтобы не было избыточного напряжения.

«Остудим блинчик»



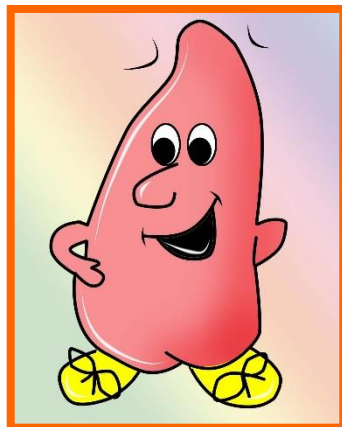
*Напечём блинов немножко,
И остудим на окошке.*

Цель: удерживание языка широким, распластанным, выработка плавной длительной струи воздуха, идущей посередине языка.

Выполнение: Улыбнуться, сделав блинчик, подуть на кончик языка, произнося длительно звук [Ф],

ВВ! Щеки не надувать.

«Наказать непослушный язычок»



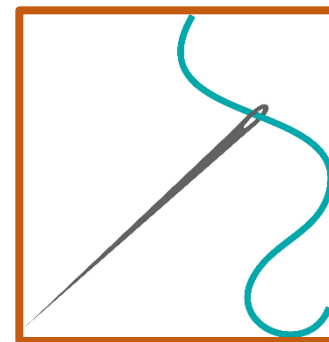
*Провинился язычок,
Ничего сказать не смог.
Мы его похлопаем,
Губками пошлепаем.*

Цель: расслабление мышц языка.

Выполнение: открыть рот, язык спокойно положить язычок на нижнюю губу и пошлепать по языку верхней губой, произнося «пя-пя-пя». Затем удерживать широкий язык в спокойном положении при открытом рте под счет от 1 до 10.

NB! Похлопывать язык губами надо несколько раз на одном выдохе. Выдыхаемый воздух не задерживать.

«Иголочка»



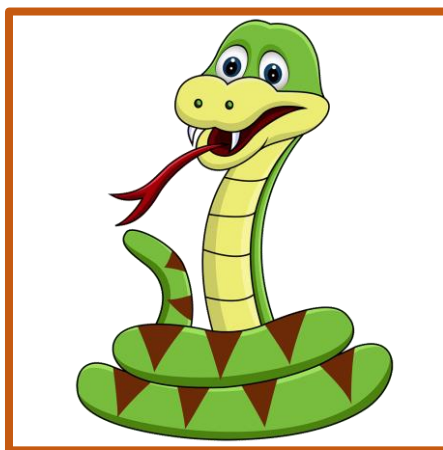
*Улыбаюсь: вот шутник –
Очень узким стал язык,
Меж зубами, как сучок,
Вылез длинный язычок.*

Цель: укрепление мышц языка, формирование умения напрягать мышцы языка и делать его узким, удерживать язык в этом положении.

Выполнение: открыть рот, язык высунуть как можно дальше, напрячь его, сделать узким и удерживать в таком положении при открытом рте под счет от 1 до 5 – 10.

NB! Язык максимально выдвигается вперед, но не лежит на губе. Челюсти неподвижны.

«Змейка»



*А у змейки язычок
Узок, тонок, как сучок,
Ходит – бродит взад - вперед
Как же он не устаёт?*



Цель: развитие силы мышц и подвижности языка, формирование умения напрягать мышцы языка и делать его узким.

Выполнение: открыть рот, язык высунуть как можно дальше, напрячь его, сделать узким и производить движение вперед – назад, не расслабляя язык («жало змейки»). Движения производятся в медленном темпе. Выполнять 5 – 7 раз.

ВВ! Язык не лежит на губе. Челюсти неподвижны.

«Чистим зубки - 2»



*Рот открою я немножко,
Губы сделаю «окошком».
Зубы верхние - смотри:
Чищу «щёткой» изнутри.*

Цель: развитие подвижности языка, формирование движения языка вверх.

Выполнение: открыть рот и кончиком языка «почистить» верхние зубы с внутренней стороны, делая движения языком из стороны в сторону. ↔

ВВ! Губы улыбаются, верхние и нижние зубы видны. Следить, чтобы кончик языка не высывался, не загибался внутрь, а находился у корней верхних зубов. Нижняя челюсть неподвижна, работает только язык.

«Малляр»



*Язычок стал маляром.
Аккуратно красит дом!
А это – кисточка моя,
И ею нёбо крашу я.*

Цель: развитие подвижности языка, формирование движения языка вверх.

Выполнение: Улыбнуться, открыть рот и погладить кончиком языка твердое нёбо, делая движения языком вперед-назад.

NB! Губы и нижняя челюсть должны быть неподвижны. Следить, чтобы кончик языка доходил до внутренней поверхности верхних зубов, когда он продвигается вперед, но не высывался изо рта.

«Качели»



*Эх, раз! Еще раз!
Мы качаемся сейчас.
Вверх, вниз мы летим,
Тормозить мы не хотим.*

Цель: развитие подвижности языка и отработка верхнего подъема языка.

Выполнение: улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот, положить широкий язык за нижние зубы (с внутренней стороны) и удерживать в таком положении под счет от 1 до 5. Потом поднять широкий язык за верхние зубы (тоже с внутренней стороны) и удерживать под счет от 1 до 5. Так поочередно менять положение языка 4 – 6 раз.

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

«Лошадка»



*Скачем, скачем на лошадке.
Очень цокать нам приятно.
Ритм копыта отбивают,
Язычок им помогает.*

Цель: укрепление мышц языка, отработка подъема языка вверх.

Выполнение: Улыбнуться, открыть рот, пощелкать кончиком языка (как лошадка цокает копытами).

ВВ! Упражнение выполняется медленно. Нижняя челюсть должна быть неподвижна, работает только язык. Следить, чтобы кончик языка не подворачивался назад и вверх.

«Вкусное варенье»



*Ох, и вкусное варенье!
Жаль осталось на губе.
Язычок я подниму
И остатки оближу.*

Цель: укрепление мышц языка, отработка движения широкой передней части языка вверх и положение языка, для звука [Ш].

Выполнение: Слегка приоткрыть рот и широким передним краем языка облизать верхнюю губу, делая движение языком сверху вниз, но не из стороны в сторону.

ВВ! Нижняя челюсть должна быть неподвижна, можно придерживать ее пальцем. Язык должен быть широким, боковые края языка касаются углов рта. Если упражнение не получается, нужно вернуться к упражнению «Наказать непослушный язычок», и распластанный язык можно шпателем приподнять на верхнюю губу.

«Индюк»



*Широко открыт мой рот,
Язычок – назад-вперед.
Лижет «чашечкой» губу
И болтает на бегу.*

Цель: развитие подвижности передней части языка, отработка подъёма языка вверх.

Выполнение: Приоткрыть рот, положить язык на верхнюю губу и производить движения широким передним краем языка по верхней губе вперед – назад, стараясь не отрывать язык от губы – как бы поглаживая её. Сначала делать медленные движения, потом ускорить темп и добавить голос, пока не послышится «бл-бл» (как индюк).

ВВ! Следить, чтобы язык был широким и не сужался. Движения языком должны быть вперед-назад, а не из стороны в сторону. Язык должен облизывать верхнюю губу, а не выбрасываться вперед.

«Пароход гудит»



*Пароходик небольшой,
Зато смелый он какой!
Ему волны не страшны,
Весело гудит он: «Ы – ы – ы»!*

Цель: вырабатывать подъем задней части спинки языка вверх, необходимый для произнесения звука [Л].

Выполнение: слегка улыбнуться, высунуть язык, зажать его зубами и петь звук [Ы]: «ы – ы – ы ...» (пароход гудит).

«Поймай мышку»



*Ловит кошка мышку,
Эту серую малышку,
Получается с трудом,
Помоги ей язычком!*

Цель: Выбатывать подъем задней части спинки языка вверх, произнося гласные звуки.

Выполнение: длительно произносить звук [А]: «А-А-А...», затем зажать широкий передний край языка передними зубами (поймали мышку за хвостик), и, в таком положении, продолжить произнесение звука [А]: «А-А-А...».

«Парус»



*Улыбаюсь, рот открыт:
«Парус» там уже стоит.
Прислоню язык, смотри,
К верхним зубкам изнутри*

Цель: укреплять мышцы языка, отрабатывать умение удерживать язык за верхними зубами.

Выполнение: улыбнуться, широко открыть рот, поставить язык за верхние зубы так, чтобы кончик языка крепко упирался в верхние зубы. Удерживать 5 – 10 секунд.

ВВ! Края языка могут не прилегать к верхним боковым зубам, как в упражнении «Лошадка». Если предложить ребёнку пропеть звук [Ы]: «ы – ы – ы», слегка надавливая кончиком языка на верхние зубы, то может получится звук [Л].

Артикуляционные упражнения для коррекции звуков [Л], [Л']

