

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

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.

«ОКОШКО» раскрыто - закрыто



*Рот открою я немножко,
Губы сделаю окошком.
Жарко нам – окно откроем,
Будет холодно – закроем.*

Цель: научить удерживать рот широко открытым. Активизировать круговую мышцу рта и подвижность верхней губы. Научить расслаблять корень языка и продвигать язык вплотную к зубам.

Выполнение: Рот открыть. Губы в улыбке, чтобы были видны все зубы. Язык спокойно лежит за нижними зубами. Удерживать губы в таком положении 3 – 5 секунд. Открывать и закрывать рот, держа губы в улыбке, чтобы были видны все зубы. Выполнять переключения с одной позиции на другую 5 – 7 раз.

ВВ! Следить, чтобы губы были слегка растянуты, зубы должны быть видны, корень языка расслаблен и опущен, язык спокойно лежит и располагается в полости рта симметрично.

«Лягушка»

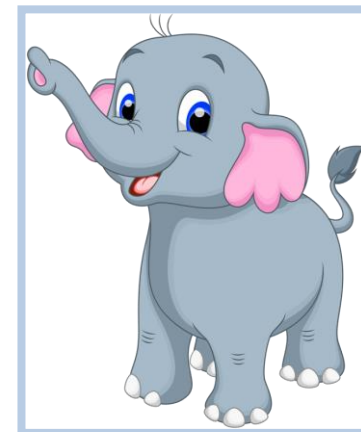


*Подражаем мы лягушкам:
Пянем губки прямо к ушкам!
Ты попробуй «и-и-и...» скажи
И улыбку покажи.*

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»



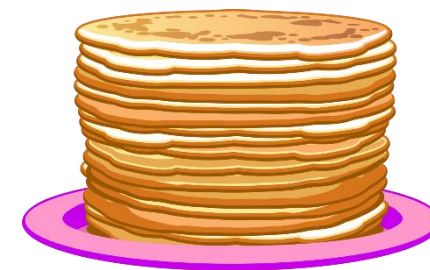
*Свои губы прямо кушам,
Растяну я, как лягушка.
А теперь слонёнок я,
Видишь – хобот у меня!
Мне понравилось играть,
Повторю-ка всё опять!*

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»



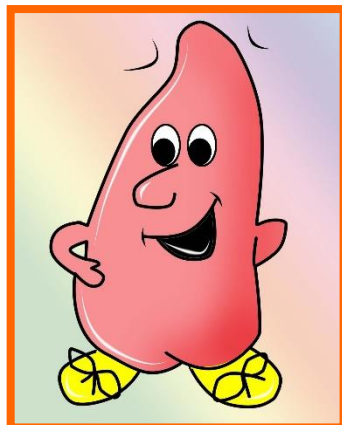
*Язык как блинчик положи
И спокойно поддержи.
Мы гостей своих встречаем
И блинами угощаем!*

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.

«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.

«Чистим зубки - 2»



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

NB! 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.

ВВ! 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.

«Грибок»



*Вырос гриб большой во рту,
Но его я удержу!
Раз, два, три, четыре, пять -
Гриб мне можно отпускать.*

Цель: укрепление мышц языка, отработка верхнего подъема языка и растягивание подъязычной связки.

Выполнение: Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот, и прижав широкий язык всей плоскостью к нёбу, широко открыть рот. Тогда язык будет напоминать тонкую шляпку гриба, а растянутая подъязычная связка – его ножку.

ВВ! Следить, чтобы губы улыбались. Боковые края языка должны быть прижаты одинаково плотно – ни одна половина не должна опускаться. При повторении упражнения надо шире открывать рот.

«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).

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

«Гармошка»



*На гармошке мы играем.
Рот пошире открываем,
Челюсть вверх, челюсть вниз,
Ты, смотри, не ошибись.*

Цель: укрепление мышц языка, растягивание подъязычной связки.

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

NB! Следить, чтобы при открывании рта губы были неподвижны. Следить, чтобы при открывании рта не провисала одна из сторон языка.

«Индюк»



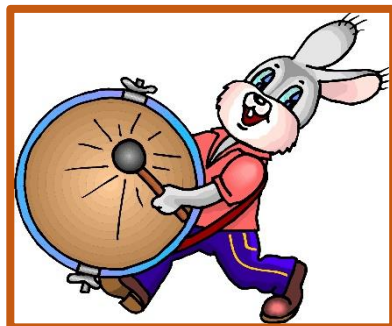
*Широко открыт мой рот,
Язычок – назад-вперед.
Лижет «чашечкой» губу
И болтает на бегу.*

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).

NB! 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.

«Барабанщик»



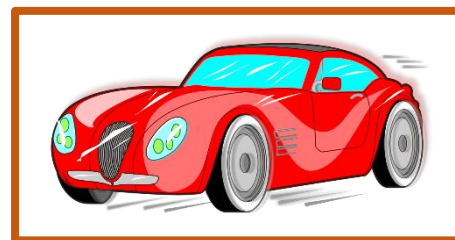
*В барабан мы бьем
Нашим язычком.
Громкий, громкий звук
Слышен звонкий стук.*

Цель: отрабатывать подвижность языка в верхнем положении.

Выполнение: Улыбнуться, приоткрыть рот (достаточно широко), поставить язычок за верхние зубы, стучать языком по небу за верхними зубами со звуком «Д-Д-Д». Стучать язычком 7 – 15 секунд (на весь выдох).

NB! Произносить «д-д-д» часто («как пулемет»), с усилием, напрягая мышцы языка.

«Заведи мотор»



*По шоссе машина мчит,
Во все стороны рычит.
За рулём лихой шофёр,
«Дын – дын – дын» -
Гудит мотор!*

Цель: Вырабатывать подъём языка, гибкость и подвижность кончика языка.

Выполнение: Рот широко открыт. Губы в улыбке. Напряженным кончиком языка постучать в бугорки за верхними зубами, многократно и отчётливо произнося «дын – дын – дын» - сначала медленно, постепенно убыстряя темп. Стучать язычком 7 – 15 секунд (на весь выдох).

NB! Следить, чтобы губы и нижняя челюсть были неподвижны, звуки «дын» носят характер чёткого удара, а не хлюпают, кончик языка не подворачивается, ощущается выдыхаемая воздушная струя воздуха. Для проверки ко рту поднести полоску бумаги: при правильном выполнении упражнения она будет отклоняться.

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

