

Муниципальное дошкольное образовательное бюджетное учреждение  
«Детский сад № 4 с.Екатеринославка «Алёнушка»

## **Комплекс упражнений для улучшения подвижности речевых органов**

Учитель- логопед  
С.А.Пантелеенко

с.Екатеринославка 2020 г

## Комплекс упражнений для улучшения подвижности речевых органов

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

**При выполнении упражнений артикуляционной гимнастики следует помнить:**

1. Необходимо соблюдать определенную последовательность – от простых упражнений к более сложным.
2. На начальном этапе упражнения выполняются в медленном темпе и перед зеркалом.
3. Количество повторов каждого упражнения от 2 до 15 раз. **Главное, чтобы упражнение выполнялось правильно.**
4. Зеркало можно убрать, когда ребенок научится правильно выполнять движения.
5. Выполняйте рекомендованный логопедом комплекс артикуляционной гимнастики **каждый день.**
6. Если для ребенка утомительно выполнять все упражнения подряд, можно разбить гимнастику на блоки и выполнять их в течение дня.
7. Можно использовать механическую помощь, если у ребенка не получится какое-либо движение. Ручкой чайной ложки или чистым пальцем можно помочь ребенку принять нужное положение языка.

Занятия дадут наилучший результат, если они проводятся в игровой форме.

### **«Заборчик»**

Растянуть губы в улыбке, обнажив верхние и нижние зубы, которые стоят друг на друге, как заборчик. Про себя говорить

«И». Удерживать так под счет от 5 до 10.

### **«Трубочка»**

Сомкнуть зубы, сделав «Заборчик». Округлить губы и вытянуть вперед, как при произнесении звука «О». Удерживать под счет от 1 до 10. Расслабить губы и повторить упражнение несколько раз.

### **Чередовать «Заборчик» - «Трубочка».**

### **«Массаж десен и щек (маляр красит домик язычка)»**

Круговые движения языка между зубами и губами внутри рта. Затем при этом движении погладить щеку с одной стороны, затем с другой стороны.

### **«Помидорчик»**

Одновременно надуть обе щеки.

### **«Огурчик»**

Одновременно втянуть обе щеки.

#### **«Орешек»**

Языком дотронуться до правой щеки и удерживать положение, затем до левой.

#### **«Покатай орешек»**

Языком дотронуться до правой щеки и «покатать орешек», затем дотронуться до левой и также «покатать орешек».

#### **«Накажем непослушный язычок»**

Немного приоткрыть рот, спокойно положить язык на нижнюю губу и, пошлепывая его губами, произносить звуки: «пя-пя-пя», а потом покусать зубами: «тя-тя-тя».

#### **«Часики»**

Приоткрыть рот, кончик языка скользит по верхней губе, затем по нижней (по кругу). За пределы губ не выходить. Губы не поджимать, челюсть не двигать.

#### **«Крестик»**

Рот приоткрыть, поднять узкий язык на верхнюю губу, затем на нижнюю, потом в левый и в правый угол рта.

#### **«Качели»**

Кончиком языка упираться поочередно то в верхние, то в нижние зубы. Челюсть не двигать.

#### **«Кошечка лакает молоко»**

Лакательные движения языком (голова не опускается, работает только язычок).

#### **«Лошадка»**

Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот и пощелкать кончиком языка (как лошадка цокает копытами). Повторить упражнение неоднократно, губы улыбаются.

#### **«Почистим верхние и нижние зубки»**

Улыбнуться, приоткрыть рот, кончиком язычка двигать влево – вправо по верхним зубам, а затем за нижними зубами. Челюсть не двигать (зубы можно чистить и снаружи, и внутри).

1. **«Цоканье»**. Предложите ребенку отправиться вместе с Вами в путешествие. Но необычное – на конях!!! Мы щелкаем языком, подражая цоканью копыт (т.е. происходит поочередное присасывание и отрыв языка от твердого нёба). Можно устроить соревнование – кто громче цокает или чей конь быстрее скачет (пробуем освоить быстрый темп цоканья).

2. **«Индюк»**. На конях мы прискакали на птичий двор. Какие домашние птицы там живут? (Выслушайте предположения ребенка). На нашем птичьем дворе живут курицы, утки, гуси а еще – индюки!!! Которые говорят вот так!!! (даём образец выполнения артикуляционного упражнения – быстрое выбрасывание языка между зубами и губами наружу – получается звук похожий на «бл-бл-бл»). А ты так сможешь? (Ребенок пробует подражать индюку).

Если ребенку трудно выполнить упражнение, то предложите ему приоткрыть рот, положить язык на верхнюю губу и делать движения широким передним краем языка по верхней губе – вверх – вниз (погладить верхнюю губу). Нужно стараться не отрывать язык от губы. Также следите, чтобы язык «облизывал» верхнюю губу, а не делал движения из стороны в сторону. Сначала выполняются медленные движения, потом темп постепенно убыстряется и добавляется голос, пока не послышится разговор индюка – блблбл.

**3. «Прыжки».** Для проведения этого упражнения руки ребенка должны быть чистыми. Вам понадобится зеркало. Какой сердитый индюк!!! Лучше зайдём в дом! А в доме живёт. Догадался кто? (заинтриговать ребенка, выслушать его предположения). В нём живёт Весёлый Язычок! И его домик называется – рот! Он очень любит... прыгать!!! И прыгает он до потолка! Посмотри в зеркало и открой ротик. Найди, где в доме Язычка пол, а где потолок (ребенок находит небо-потолок). А на потолке есть бугорки внутри рта за зубами. Попробуй пальчиком их найти (ребенок пальчиком находит альвеолы за зубами, термин «альвеолы» ребенку не говорится). Многим детям нравится, когда альвеолы-бугорки называют «диванчики на потолке», и они смеются тому, как необычно устроен дом Язычка – даже мебель у него не на полу, а на потолке!!! А теперь Весёлый Язычок начинает прыгать от пола до «диванчиков на потолке» т.е. щелкать по альвеолам. Обратите внимание – язык должен быть именно на бугорках – «диванчиках», а не за зубами.

**4. Дыхательное упражнение «Буря».** Пока мы путешествовали, поднялась очень сильная буря. Поставь язычок вверх на бугорки – диванчики (т.е. на альвеолы) и сильно подувай как ветер. Вот так. Взрослый показывает упражнение - резко дует на ватку или лепесток цветка или тонкую бумажку (заранее их приготовьте), губы в улыбке!!! (получается дрожание языка и глухой звук похожий на ТРРРР). Образец звука даёт взрослый, ребенку пока достаточно просто дуть на ватку и пробовать. При этом чем сильнее выдыхаемая струя, тем дальше улетит ватка или другой предмет. Попробуйте устроить соревнование на дальность полёта – это весело и всегда нравится детям!!! Главное в этом упражнении – попробовать добиться дрожания кончика языка у альвеол. Если у ребенка получается шипение – значит язык «убегает» с бугорков, надо его вернуть на место.

*Советы по первому занятию:*

- Если упражнения артикуляционной гимнастики для звука Р легко получаются у ребенка, можно переходить к следующей игре-занятию.
- Если нет – то нужно повторять их раз в день в течение нескольких дней (можно выделить одно и то же время, например, 5-10 минут перед ужином). Особое внимание уделяйте сложным для ребенка упражнениям.
- Хвалите ребенка за усердие и за каждую даже очень маленькую победу.

- Никогда не сравнивайте его с другими детьми, а сравнивайте с ним же вчерашним (говорите, что конкретно у него сегодня получается лучше, быстрее и т.д.)

- Однообразное повторение упражнений надоедает ребенку, поэтому меняйте сюжет. Например, можно придумать историю о индюке, который подружился с Веселым язычком. Или историю о лепестке цветочка, путешествующем к разным персонажам занятия.

### **Новые артикуляционные упражнения для постановки звука**

**р:**

**1. Упражнение «Кучер».** Быстро скачет наша лошадка. Как её остановить? Ты знаешь, кто такой кучер? Как он останавливает лошадь? Он говорит «тпр». Попробуешь остановить лошадку? При произношении губного р губы вибрируют, звук получается глухим.

**2. Упражнение «Блинчик».** Кучер проголодался. Давай его угостим блинчиком.

Мама на заметку: Произношение звука Р требует, чтобы передний край языка был широким. Но многие детям это трудно сделать, их язык всегда узкий. Для того, чтобы помочь ребенку научиться делать язык широким и служит это упражнение.

Взрослый показывает перед зеркалом, как широкий язычок лежит на нижней губе. «Сделай язычок блинчиком, пусть он лежит на тарелке».

Если всё равно ребенку трудно выполнить упражнение, то тогда взрослый предлагает положить язык на нижнюю губу и пошлёпать язычок губами, чтобы он стал ровным. При этом получается звук «пя-пя-пя», и язык ребенка без всяких усилий становится широким. Во время всего упражнения язык спокойно лежит на нижней губе. Вот какой блинчик, теперь он готов. Давай его положим на тарелку. Ребенок кладет широкий язык на нижнюю губу.

Мамам на заметку: иногда это упражнение называют «накажи язычок», но лично мне такое название не нравится, и я его никогда не использую – зачем же наказывать язычок, который так старается и так трудится. Лучше угостить его вкусным блинчиком!

**3. Упражнение «Любопытный язычок».** Устал язычок и решил в свой домик – рот – спрятаться. Покажи еще раз, какой язычок стал широкий. И теперь широкий язычок медленно подними вверх и отодвинь за зубы в глубь рта (широкий язык поставить за зубы на альвеолы – «бугорки»). Отдохнул язычок в домике и снова решил выглянуть из домика. Ребенок снова плавно выводит широкий язык на верхнюю губу. Мимо собака бежала, испугался язычок и спрятался снова в дом (медленно убираем широкий язык за зубы). Убежала собака, язычок вышел из домика – плавно выводим широкий язык на верхнюю губу.

При выполнении этого упражнения губы должны быть в улыбке. Просто попросите ребенка улыбаться Вам и веселому язычку!

**4. Упражнение «Барабанщик».** Любит наш язычок играть в прятки, а еще он любит барабанить. Предложите ребенку побарабанить кончиком

языка за верхними зубами по альвеолам со звуком д (д-д-д...). При этом губы в улыбке, а широкий передний край языка находится за верхними зубами. Нижняя челюсть неподвижна.

Давай проверим, громко ли барабанит наш язычок. Поднесите полоску бумаги ко рту ребенка – при правильном выполнении упражнения она будет колебаться при каждом ударе языка.

**5. Упражнение «Сорока».** Прилетела сорока, села на забор и затрещала «трррррррр». (Язык у альвеол. Язычок широкий как блинчик. Звук произносится сначала шепотом с сильным задуванием воздуха на широкий кончик языка. Потом громче).

Если уже на втором занятии у ребенка получился звук похожий на Р (р проторный) – это здорово! Если нет – не расстраивайтесь, это произойдет уже совсем скоро! Не забывайте хвалить ребенка. Но мой опыт показывает, что просто слов: «Молодец! Постарался!» недостаточно пятилетнему ребенку. Чтобы вызвать у него желание заниматься нужно каждый раз называть его конкретные достижения: «Уже язычок широкий получился. Скоро язычок научится и вверх подниматься»