

Комплексы артикуляционной гимнастики при различных нарушениях звукопроизношения

Артикуляционная гимнастика – это совокупность специальных упражнений, направленных на укрепление мышц артикуляционного аппарата, развитие силы, подвижности и дифференцированности движений органов, участвующих в речевом процессе.

Рекомендации для выполнения активной традиционной артикуляционной гимнастики:

- ☐ ☐ При выполнении упражнений необходимо соблюдать определенную последовательность: от простых упражнений к более сложным, от статических упражнений к динамическим.
- ☐ ☐ На начальном этапе упражнения выполняются в медленном темпе.
- ☐ ☐ Артикуляционную гимнастику выполняют сидя, так как в таком положении у ребенка прямая спина, тело не напряжено, руки и ноги находятся в спокойном положении.
- ☐ ☐ Ребенок должен хорошо видеть лицо взрослого, а также свое лицо, чтобы самостоятельно контролировать правильность выполнения упражнений. Поэтому ребенок и взрослый во время проведения артикуляционной гимнастики должны находиться перед настенным зеркалом.
- ☐ ☐ Количество повторов каждого упражнения от 2 до 10–15 раз. **Главное, чтобы упражнение выполнялось правильно!**
- ☐ ☐ Не вводите более одного-двух новых упражнений на одном занятии. Воздержитесь от новых упражнений, пока не будут отработаны старые.
- ☐ ☐ Зеркало можно убрать, когда ребенок научится правильно выполнять все движения.
- ☐ ☐ Выполняется данный комплекс гимнастики несколько раз в день. Не следует выполнять гимнастику сразу же после еды.
- ☐ ☐ Если для ребенка утомительно выполнять все упражнения подряд, можно разбить гимнастику на блоки по два-три упражнения и выполнять их в течение занятия (если оно проводится специалистом) или в течение дня.
- ☐ ☐ Можно использовать механическую помощь, если у ребенка не получается какое-либо движение. Ручкой чайной ложки, шпателем, зондом или чистым пальцем помогите ребенку поднять язык вверх. Для малышей можно использовать варенье или шоколад для отработки нужного движения языка (например, намазать верхнюю губу вареньем, чтобы отработать подъем языка вверх).
- ☐ ☐ После освоения ребенком начального комплекса гимнастики рекомендуется постепенно добавлять упражнения с учетом индивидуальных дефектов произношения (или исходя из речевого нарушения у ребенка).

Основной комплекс артикуляционной гимнастики

Это базовый комплекс артикуляционной гимнастики. Он включает самые основные упражнения.

1. Лягушка



Улыбнуться, с напряжением обнажив сомкнутые зубы.
Удерживать данное положение на счет до 5.
Прикус должен быть естественным, нижняя челюсть
не должна выдвигаться вперед.
Вот понравится лягушкам,
Тянем губы прямо к ушкам.
Потяну, перестану
И нисколько не устану.

2. Хоботок



Губы и зубы сомкнуты. С напряжением вытянуть губы
вперед трубочкой. Удерживать их в таком положении на
счет до 5.
Подражаю я слону.
Губы «хоботком» тяну.
А теперь их отпускаю
И на место возвращаю.

3. Лягушка – хоботок

На счет один, два чередовать упражнения «Лягушка» и «Хоботок».

Свои губы прямо к ушкам

Растяну я, как лягушка.

А теперь слоненок я,

Хоботок есть у меня.

4. Лопаточка



Улыбнуться, открыть рот. Положить широкий язык на
нижнюю губу. Удерживать в спокойном состоянии на
счет до 5. В этом упражнении важно следить, чтобы
нижняя губа не напрягалась и не натягивалась на
нижние зубы.
Язык «лопаткой» положи
И под счет его держи:
Раз, два, три, четыре, пять!
Язык надо расслаблять!



5. Иголочка

Улыбнуться, открыть рот. Высунуть язык наружу острым, как «жало». Следить, чтобы кончик языка не загибался вверх.

Маленького роста я,
Тонкая и острая.
Носом путь себе ищу,
За собою хвост тащу.

6. Лопаточка – иголочка

На счет один, два чередовать упражнения «Лопаточка» и «Иголочка».

Язык «лопаткой» положи
И спокойно поддержи.

Язык «иголочкой» потом
Потянем тонким острием.



7. Часики

Улыбнуться, открыть рот. Кончик языка переводить на счет один, два из одного уголка рта в другой. Нижняя челюсть при этом остается неподвижной.

Наш Веселый Язычок.
Повернулся на бочок.
Смотрит влево, смотрит вправо...



8. Качели

Улыбнуться, открыть рот. На счет один, два поочередно упираться языком то в верхние, то в нижние зубы.

Нижняя челюсть при этом неподвижна.
На качелях я качаюсь
Вверх – вниз, вверх – вниз.
Я все выше поднимаюсь,
А потом – вниз.

9. Лошадка

Улыбнуться, открыть рот. Пощелкать кончиком языка, как цокают лошадки. Рот при этом открыт, язык должен быть широким. Следить, чтобы кончик языка не подворачивался внутрь, а нижняя челюсть оставалась неподвижной.

Едем, едем на лошадке

По дорожке гладкой.

В гости нас звала соседка,

Кушать пудинг сладкий.

Мы приехали в обед,

А соседки дома нет.

Комплекс упражнений, вырабатывающий правильный артикуляционный уклад звуков с-сь-з-зь-ц

Первым упражнением должно быть обязательно упражнение на развитие речевого дыхания, чтобы ребенок научился направлять выдыхаемый воздух посередине языка. Это необходимо для правильного произношения свистящих звуков .

1. «Загнуть мяч в ворота»

Вытянуть губы вперед трубочкой и длительно дуть на ватный шарик, загоняя его между кубиками.

Я люблю играть в футбол,

Забивать в ворота гол!

Мяч футбольный мне купили,

И насос не позабыли.

2. «Кто дальше загонит мяч»

(Вырабатываем плавную, непрерывную воздушную струю, идущую посередине языка.)

Улыбнуться, положить широкий передний край языка на нижнюю губу. И, как бы произнося длительно Ф , сдуть ватку на противоположный край стола.

3. Лягушка – хоботок (см. выше).

4. Лопаточка (см. выше).

5. Накажем непослушный язычок (2-й вариант)

Положить широкий язык между губами и «пошлепать» его «пя-пя-пя».



6. Киска сердится (Горка)

Улыбнуться, открыть рот. Кончиком языка упереться в нижние зубы. На счет один – выгнуть язык горкой, упираясь кончиком в нижние зубы. На счет два – в исходное положение. Кончик языка при этом не должен отрываться от нижних зубов, рот не закрывается.

На скамейке у окошка

Улеглась и дремлет кошка.

Кошка глазки открывает,

Кошка спинку выгибает.

7. Упрямый ослик



Губы в улыбке, рот приоткрыть. С силой произносить сочетание ИЕ. Кончик языка при этом упирается в нижние зубы.

Если ослик скажет – стоп,
Вы забудьте про галоп,
Потому что средь вреднюшек
Ослик – главный из зверюшек!

9. Чистим нижние зубки



Улыбнуться, приоткрыть рот. Кончиком языка «почистить» нижние зубы с внутренней стороны, делая движения языком вправо-влево. Нижняя челюсть при этом не двигается.

Чисти зубы, чисти зубы
И снаружи,
И внутри,
Не болели чтоб они.

10. Качели (см. выше).

11. Посчитай нижние зубки

Улыбнуться, приоткрыть рот. Кончиком языка упираться по очереди в каждый нижний зуб с внутренней стороны. Следить, чтобы нижняя челюсть была неподвижна.

С языком случилось что-то,
Он толкает зубы!
Будто хочет их за что-то
Вытолкнуть за губы!

Комплекс упражнений, вырабатывающий правильный артикуляционный уклад звуков ш-ж-щ-ч

1. Лягушка (см. выше).

2. Хоботок (см. выше).

3. Лягушка – хоботок (см. выше).

4. Лопаточка (см. выше).

5. Накажем непослушный язычок (см. выше).

6. Чашечка



Улыбнуться, открыть рот, положить широкий язык на нижнюю губу, боковые края языка загнуть в форме чашечки. Удерживать на счет до 5. Нижняя губа не должна обтягивать нижние зубы.

Язык широкий положи,
А края приподними.
Получилась чашка,
Кругленькая чашка.

7. Бублик



Выполнить упражнение «Хоботок». Затем округлить губы так, чтобы были видны зубы. Следить, чтобы зубы были сжаты. Удержать губы в таком положении на счет до пяти.

Купили два бублика
Маленькой Ирочке
У каждого бублика
Было по дырочке
Два бублика Ирочка съест с молоком
А дырочки пусть полежат на потом.

8. Фокус



Положить на самый кончик языка маленький кусочек ватки. Язык в форме чашечки плотно примыкает к верхним губам. Сдуть вверх ватку с кончика носа. Кто из шляпы достает
Зайца всем на удивление?
Это фокусник дает
В цирке представление.

9. Лошадка (см. выше).

10. Маляр

Улыбнуться, открыть рот. Широким кончиком языка погладить небо от зубов к горлу. Нижняя челюсть не должна двигаться.

Красить комнаты пора.
Пригласили маляра.
Челюсть ниже опускаем,
Маляру мы помогаем.

11. Вкусное варенье



Улыбнуться, открыть рот. Языком в форме чашечки облизывать верхнюю губу сверху вниз (можно помазать ее вареньем). Нижняя губа не должна обтягивать зубы (можно оттянуть ее вниз рукой).

Всем друзьям на удивленье

Я из слив варю варенье.

А с вареньем вкусный чай.

Сладкоежки, налетай!

12. Грибок



Улыбнуться, открыть рот. Присосать широкий язык к небу. Это шляпка гриба, а подъязычная связка – ножка. Кончик языка не должен подворачиваться, губы – в улыбке. Если ребенку не удастся присосать язык, то можно пощелкать языком, как в упражнении «Лошадка». В пощелкивании улавливается нужное движение языка.

Я стою на ножке тонкой,

Я стою на ножке гладкой,

Под коричневую шляпкой

С бархатной подкладкой.

13. Гармошка

Положение языка как в упражнении «Грибок», губы в улыбке. Не отрывая языка, открывать и закрывать рот.

На гармошке я играю,

Рот пошире открываю,

К небу язычок прижму,

Ниже челюсть отведу.

Комплекс упражнений, вырабатывающий правильный артикуляционный уклад звуков л-ль

1. *Лягушка – хоботок* (см. выше).

2. *Лопаточка* (см. выше).

3. *Накажем непослушный язычок* (см. выше).

4. *Вкусное варенье* (см. выше).

5. *Качели* (см. выше).

6. Пароход гудит

Приоткрыть рот и длительно на одном выдохе произносить звук «Ы-Ы-Ы». Необходимо следить, чтобы кончик языка был опущен и находился в глубине рта.

Паровоз без колес!

Вот так чудо-паровоз!

Не с ум ли он сошел –

Прям по морю пошел!

7. Самолет гудит

Рот приоткрыт. Губы растянуты, при длительном произнесении звука «Ы» проталкиваем кончик языка между верхними и нижними резцами, удерживаем его в этом положении. Слышится *Л*.

Самолет построим сами,
Понесемся над лесами.
Понесемся над лесами,
А потом вернемся к маме.

А. Барто

8. Индюк

Приоткрыть рот, положить язык на верхнюю губу и производить движения широким передним краем языка по верхней губе вперед и назад, стараясь не отрывать язык от губы, как бы поглаживая ее. Темп упражнения постепенно убыстрять, затем добавить голос, чтобы слышалось «бл-бл-бл».

Следите, чтобы язык не сужался, он должен быть широким.

Индюку и лучший друг

Честно скажет:

– Ты – индюк!

Б. Заходер

9. Маляр (см. выше).

10. Чистим верхние зубки (см. упр. «Чистим нижние зубки»)

В этом комплексе «чистим» верхние зубы.

11. Посчитай зубки (см. выше)

В этом комплексе «считаем» верхние зубы.

12. Поймаем звук «л»

Улыбнуться. Во время произнесения звука *а* широкий кончик языка закусить зубами. Постепенно убыстрять темп движения, вы услышите звук *л*.

Комплекс упражнений, вырабатывающий правильный артикуляционный уклад звуков р-рь

Первое упражнение – любое одно или два упражнения на развитие речевого дыхания, так как для звука *р* необходим сильный направленный выдох.

1. Качели (см. выше).

2. Маляр (см. выше).

3. Чистим верхние зубки (см. выше).

4. Посчитай верхние зубки (см. выше).

5. Лошадка (см. выше).

6. Грибок (см. выше).

7. Гармошка (см. выше).



8. Барабан

Улыбнуться, открыть рот. Многократно и отчетливо произносить звук *д-д-д*. Язык упирается в верхние зубы при произнесении этого звука, рот не должен закрываться. Очень часто при выполнении этого упражнения рот у ребенка закрывается. Чтобы этого не происходило, можно зажать зубами палочку шириной примерно 1 см или ручку детской зубной щетки прямоугольной формы (ручка не должна быть толстой, она должна быть прямой как линейка).

В барабан мы сильно бьем

И все вместе мы поем: «Д-д-д-д-д!»»

9. Комарик

Улыбнуться, открыть рот. Поднять язык за верхние зубы, длительно произнести звук *з* (если ребенок умеет его правильно произносить). Если у ребенка закрывается рот при выполнении этого упражнения, можно воспользоваться механической помощью, как и в упражнении «Барабан».

Вдруг откуда ни возьмись

Маленький комарик,

И в руке его горит

Маленький фонарик.

К. Чуковский



10. Моторчик

Основное упражнение. Во время длительного произнесения звука *Д-Д-Д* или *З-З-З* (язык в положении – за верхними зубами) быстрыми движениями плоской ручки чайной ложки, деревянным шпателем, постановочным зондом, соской или просто чистым прямым указательным пальцем самого ребенка производить частые колебательные движения из стороны в сторону.

Язычок у нас – мотор!

Заводи его, шофер!

Дыхательная гимнастика как важный этап логопедического занятия

Когда вы совершенствуете дыхание,
вы совершенствуете свою судьбу.

Свами Вивекананда

Рекомендации по выполнению дыхательной гимнастики:

- Проводить упражнения в хорошо проветренном помещении или при открытой форточке.
- Занятия проводить до еды.
- Заниматься в свободной, не стесняющей движения одежде.
- Воздух необходимо набирать через нос, плечи не поднимать.
- Выдох должен быть длительным, плавным.
- Необходимо следить, чтобы не надувались щеки (на начальном этапе можно прижимать их ладонями).
- В процессе речевого дыхания не напрягать мышцы в области шеи, рук, груди, живота.
- Упражнения можно выполнять как в положении сидя, так и стоя.

- Достаточно трех-пяти повторений. Многократное выполнение дыхательных упражнений может привести к **гипервентиляции**! Наступление гипервентиляции можно определить по следующим признакам: побледнение лица, жалобы на головокружение, отказ от занятий.
- Дозировать количество и темп проведения упражнений.
- После выдоха перед новым вдохом сделать остановку на 2–3 секунды.

Дыхательные игровые упражнения

Футбол

Цель: развитию длительного непрерывного ротового выдоха; активизация губных мышц.

Оборудование: два кубик или карандаша, ватный шарик или легкий маленький мячик.

Ход игры. Из кусочка ват скатайте шарик. Это мяч. Ворота – два кубика или карандаша – размещаются на столе для занятий.

Вариант № 1. Ребенок дует на «мяч», пытаясь «забить гол». Вата должна оказаться между кубиками. Необходимо следить, чтобы ребенок при выполнении упражнения не поднимал плечи, дул на одном выдохе, не добирая воздух, не надувал щеки, а губы слегка выдвигал вперед.

Мой веселый, звонкий мяч,

Ты куда пустился вскачь,

Желтый, красный, голубой,

Не угнаться за тобой.

С.Я. Маршак

Вариант № 2. Через несколько занятий усложните упражнение: пусть ребенок дует на шарик, положив распластанный язык на нижнюю губу. Воздушная струя должна проходить посередине языка. Под воздействием воздушной струи посередине языка образуется желобок. Упражнение хорошо подготавливает артикуляционный аппарат к вызыванию свистящих звуков.

Подуем на султанчики

Цель: развитие длительного непрерывного ротового выдоха; активизация губных мышц.

Оборудование: бумажные султанчики (метелочки).

Можно использовать готовые султанчики или самостоятельно изготовить пособие. Для этого необходимо взять тонкий листок бумаги или фольги (5х10 см) и нарезать 10–12 узких полосок. Полоски привязываются к палочке или карандашу. Упражнение может выполняться как стоя, так и сидя. Ребенку предлагают подуть на получившийся султанчик. Необходимо следить, чтобы ребенок стоял прямо, при выполнении упражнения не поднимал плечи, дул на одном выдохе, не добирая воздух, не надувал щеки, а губы слегка выдвигал вперед.

Ветряная мельница

Цель: развитие длительного непрерывного ротового выдоха; активизация губных мышц.

Оборудование: для этой игры необходима игрушка – мельница из песочного набора или вертушка.

Ход игры. Мельницу размещают на столе. Ребенок дует на лопасти игрушки, взрослый сопровождает его действия стихотворным текстом:

Ветер, ветер, ты могуч,

Ты гоняешь стаи туч!

А.С. Пушкин

Необходимо следить, чтобы ребенок при выполнении упражнения не поднимал плечи, дул на одном выдохе, не добирая воздух, не надувал щеки, а губы слегка выдвигал вперед.

Снегопад

Цель: развитие длительного непрерывного ротового выдоха; активизация губных мышц.

Оборудование: рыхлые ватные комочки.

Ход игры. Упражнение выполняется стоя. Сделайте снежинки из ваты (рыхлые комочки). Предложите ребенку устроить снегопад у себя дома. Положите «снежинку» на ладошку ребенку. Пусть он сдует ее. Необходимо следить, чтобы ребенок стоял прямо, при выполнении упражнения не поднимал плечи, дул на одном выдохе, не добирая воздух, не надувал щеки, а губы слегка выдвигал вперед.

Снег, снег кружится,

Белая вся улица!

Собрались мы в кружок,
Завертелись как снежок.
А.Л. Барто

Листопад

Цель: развитие длительного непрерывного ротового выдоха; активизация губных мышц.

Оборудование: разноцветные листья из цветной бумаги (осенью можно использовать настоящие листья деревьев).

Ход игры. Вырежьте из тонкой цветной бумаги желтого и красного цветов осенние листья: дубовые, кленовые, березовые. Предложите ребенку устроить листопад, сдувая листочки аналогично снежинкам с ладони.

Листопад, листопад,
Листья кружатся, летят!
Разноцветные, резные,
Словно кистью расписные...
А.Рябинка

Бабочка

Цель: развитие длительного непрерывного ротового выдоха; активизация губных мышц.

Оборудование: бумажные бабочки.

Ход игры. Вырежьте из бумаги несколько бабочек. К каждой бабочке привяжите нитку. Закрепите бабочек на уровне лиц ребенка. Произнесите вместе с малышом русскую народную поговорку:

Бабочка-коробочка,
Полети на облачко,
Там твои детки –
На березовой ветке!

(Русская народная поговорка)

Затем предложите подуть на бабочку длительным плавным выдохом, «чтобы она полетела».

Необходимо следить, чтобы ребенок стоял прямо, при выполнении упражнения не поднимал плечи, дул на одном выдохе, не добирая воздух, не надувал щеки, а губы слегка выдвигал вперед.

Кораблик

Цель: развитие длительного непрерывного ротового выдоха; активизация губных мышц.

Оборудование: бумажный кораблик.

Ход игры. Пуская бумажный кораблик в тазу с водой, объясните малышу, что для того чтобы кораблик двигался, на него нужно дуть плавно и длительно, щеки не надувать. Заканчивая игру, произнесите вместе с ребенком:

Ветер, ветерок,
Натяни парусок!
Кораблик гони
До Волги-реки!

(Русская народная поговорка)

Живые предметы

Цель: развитие длительного непрерывного ротового выдоха; активизация губных мышц.

Оборудование: карандаш или деревянная катушка.

Ход игры. Возьмите любой карандаш или деревянную катушку от использованных ниток. Положите выбранный вами предмет на ровную поверхность (например, поверхность стола). Предложите ребенку плавно подуть на карандаш или катушку. Предмет покатится по направлению воздушной струи.

Необходимо следить, чтобы ребенок при выполнении упражнения не поднимал плечи, дул на одном выдохе, не добирая воздух, не надувал щеки, а губы слегка выдвигал вперед.

Шторм в стакане

Цель: развитие сильного ротового выдоха; обучение умению дуть через трубочку; активизация губных мышц.

Оборудование: соломинка для коктейля и стакан с водой.

Ход игры. Посередине широкого языка кладется соломинка, конец которой опускается в стакан с водой. Вдох делается через нос и слегка приоткрытые в улыбке губы. Выдох совершается через трубочку для коктейля, конец которой опущен в наполовину заполненный водой стакан. Ребенок дует через соломинку, чтобы вода забулжила. Следите, чтобы щеки не надувались, а губы были неподвижны.

В море волны, как русалки
Все играют в догонялки.
Шумно брызгают хвостами,
Сереблятся волосами.

С.Птица

В начале занятий диаметр трубочки должен быть 5–6 мм, в дальнейшем можно использовать более тонкие трубочки.

Задуй свечу

Цель: развитие сильного ротового выдоха; активизация губных мышц.

Оборудование: свеча, хорошо закрепленная в подсвечнике.

Ход игры. Перед упражнением предложите ребенку отгадать загадку:

Таять может, да не лед,
Не фонарь, а свет дает.

(Свеча)

Затем предложите ребенку задуть горящую свечу одним сильным выдохом. Во время выполнения им упражнения необходимо следить за плавностью выдоха и вместе с тем его достаточной интенсивностью.

Ребенку предоставляется несколько попыток, в каждую из которых дуть можно только один раз. Если свеча не потухла, снова набираем в грудь воздух и пробуем еще раз.

Чей пароход лучше гудит?

Цель: развитие сильного ротового выдоха; формирование направленной воздушной струи посередине языка; активизация губных мышц.

Оборудование: чистые стеклянные пузырьки (высота пузырька около 7 см, диаметр горлышка 1–1,5 см).

Ход игры. Взрослый один пузырек берет себе, а другой дает ребенку. Взрослый показывает, как можно погудеть в пузырек. Надо слегка высунуть кончик языка так, чтобы он касался края горлышка, пузырек в это время касается подбородка. Струя воздуха должна быть длительной и идти посередине языка.

После показа взрослый предлагает изобразить гудок ребенку. Если гудок не получается, значит, ребенок не соблюдает одно из данных требований.

Снова в плаванье выходят

Пароход и пароходик,

И спешит за пароходом

Пароходик полным ходом,

А устанет – Пароход

На буксир его берет.

Бегущий лыжник

Цель: развитие сильного ротового выдоха; активизация губных мышц.

Оборудование: бумажная фигурка лыжника.

Ход игры. Лыжи можно вырезать из не очень плотной бумаги (длина лыж, сложенных вместе – 7,5 см, ширина 2,5 см). Передняя часть лыж (1,5 см) загибается. Посередине карандашом проводится черта, которая как бы отделяет одну лыжу от другой. В центре лыж приклеивается силуэт человека, которого можно вырезать из такой же бумаги (высота 5,5 см), предварительно ему придается соответствующее положение (полусогнутое: согнуть лист с силуэтом человека в двух местах). Когда фигурка будет готова, ее размещают на столе для занятий. Взрослый предлагает ребенку подуть на нее.

Во время выполнения упражнения ребенком логопед читает стихотворение:

На лыжах еду с горки,

От радости кричу.

Тряхнуло на пригорке,

И я лечу, лечу.

А. Толстоброва

Необходимо следить, чтобы при выполнении упражнения ребенок не поднимал плечи, дул на одном выдохе, не добирая воздух, не надувал щеки, а губы слегка выдвигал вперед.

Фокус

Цель: выработка сильной направленной воздушной струи.

Оборудование: небольшой кусочек ваты.

Ход игры. На кончик носа ребенка логопед кладет маленький кусочек ватки. Затем предлагает ребенку высунуть изо рта язык, придать ему форму «чашечки» и подуть на кончик носа так, чтобы ватка подлетела высоко вверх (воздушная струя при этом направляется вверх).

Во время выполнения упражнения ребенком логопед читает стихотворение:

Кто из шляпы достает

Зайца всем на удивление?

Это фокусник дает

В цирке представление.

Упражнения для работы над дифференцированным дыханием

Нырятьщики

Цель: учить ребенка делать вдох ртом, а выдох носом, выработка дифференцированного дыхания.

Ребенок, разводя руки в стороны, делает вдох ртом. Обхватывая себя руками и приседая («опускаясь под воду»), делает выдох носом. Упражнение выполняется не больше двух-трех раз.

Надуй игрушку

Цель: учить ребенка делать вдох носом, а выдох ртом, выработка дифференцированного дыхания.

Для упражнения понадобится небольшая надувная игрушка, которую можно надуть за 3–4 выдоха.

Логопед показывает ребенку, как надо надувать игрушку: набирает воздух через рот и медленно выдыхает его через рот в отверстие игрушки. Затем педагог предлагает ребенку самостоятельно надуть игрушку.

Упражнения и игры для выработки фонационного дыхания

В приведенных ниже упражнениях основное внимание детей направляется не на вдох, а на звучание голоса в процессе выдоха.

Веселые звуки

Цель: развитие правильного выдоха, пропевание на одном выдохе гласных звуков А, О, У, И, Э.

Ход игры: сначала логопед предлагает детям вместе с ним спеть «песенки» гласных звуков. Вот первая песенка: «А-А-А». Наберите побольше воздуха, вдохните воздух (вдох выполняется полукрытым ртом). Песенка должна получиться длинная». Во время игры логопед следит за четким произношением и утрирует артикуляцию звуков. Сначала поем звуки А, У, постепенно количество «песенок» можно увеличивать. Звуки можно пропевать по одному. Можно объединять их в сочетания.

Например: «АУ», «УА», «АОУ» и т.д.

Сдуй шарик

Цель: развитие правильного речевого дыхания – длительное произнесение на одном выдохе согласного звука Ф.

Ход игры: Исходное положение: стоя на ковре, руки расставлены широко в стороны. Логопед предлагает детям произнести длительно звук Ф, одновременно сводя руки перед собой – шарик сдувается. В конце произнесения звука дети должны обнять себя за плечи – шарик сдулся. Добирать воздух нельзя. Занимая исходное положение, дети делают произвольный вдох.

Упражнение можно сопровождать стихотворением:

Надуваем быстро шарик –

Он становится большой (дети разводят руки в стороны).

Шарик лопнул, воздух вышел

(дети сводят руки перед собой, произнося звук Ф),

Стал он тонкий и худой (дети обнимают себя за плечи).

Змейка

Цель: развитие правильного речевого дыхания – длительное произнесение на одном выдохе согласного звука Ш (упражнение выполняется при условии правильного произнесения звука Ш ребенком).

Ход игры: логопед предлагает детям поиграть в змеек. Вылезли змейки из нор, греются на солнышке и шипят: «Ш-Ш-Ш». Игра может проводиться как стоя, так и сидя. Логопед напоминает детям, что следует вдохнуть побольше воздуха носом и шипеть долго. Во время длительного произнесения звука Ш воздух добирать нельзя.

Жуки

Цель: развитие правильного речевого дыхания – длительное произнесение на одном выдохе согласного звука Ж (упражнение выполняется при условии правильного произнесения звука Ж ребенком).

Ход игры: Исходное положение: ребенок стоит, руки на поясе. Логопед предлагает поиграть ребенку в жуков. Поворачивая корпус то вправо, то влево, ребенок длительно произносит звук: «Ж-Ж-Ж».

Занимая исходное положение, дети делают непроизвольно вдох.

Логопед произносит рифмовку:

Мы жуки, мы жуки, мы живем у реки,

Мы летаем и жужжим, соблюдаем свой режим.

Насос

Цель: развитие правильного речевого дыхания – длительное произнесение на одном выдохе согласного звука С (упражнение выполняется при условии правильного произнесения звука С ребенком).

Ход игры: логопед предлагает детям накачать шину насосом. Упражнение проводится стоя и сопровождается движениями, имитирующими накачивание колеса машины при помощи насоса.

Логопед показывает детям движения насоса и объясняет, что воздух необходимо выдыхать постепенно и плавно, произнося звук С. Добирать воздух во время произнесения звука нельзя. Насос может продолжать работать после паузы, когда ребенок сделает следующий вдох. Занимая исходное положение, дети делают непроизвольно вдох.

Веселая песенка

Цель: развитие правильного речевого дыхания – произнесение на одном выдохе нескольких одинаковых слогов: «ЛЯ-ЛЯ».

Оборудование: кукла.

Ход игры: логопед предлагает ребенку спеть вместе с куклой веселую песенку: «Сегодня к нам в гости пришла кукла Катя. Кукла танцует и поет песенку: “Ля-ля-ля! Ля-ля-ля!” Давайте споем вместе с Катей». Во время пения логопед следит, чтобы дети делали вдох через полуоткрытый рот и произносили подряд три слога на одном выдохе. Постепенно можно научиться петь на одном выдохе более длинные песенки – подряд 6–9 слогов.

Волшебные слоги

Цель: развитие правильного речевого дыхания – произнесение нараспев слога на выдохе.

Речевой материал: используются слоги, состоящие из звуков, хорошо произносимых детьми (МА, МО, МУ, МЫ, МИ; НА, НО, НУ, НЫ, НИ и др.).

Ход игры: Дети принимают исходное положение: стоя, подбородок слегка приподнят, руки опущены, ноги почти на ширине плеч. Логопед предлагает детям произнести слогиб: «Сейчас мы будем произносить волшебные слоги. Волшебные они потому, что из них образуются слова. Послушайте, как я произнесу волшебный слог (логопед выполняет вдох через полуоткрытый рот с одновременным быстрым движением руки вверх, затем на выдохе, медленно опускает руку, нараспев произносит слог, например, “МА”). А теперь произносим вместе».

Волшебные слова

Цель: развитие правильного речевого дыхания – произнесение нараспев слова на выдохе.

Речевой материал: используются слова: МАМА, МИЛА, МЫЛА, НОТЫ, КОНИ, ДЕТИ и т.д.

Ход игры: Дети принимают исходное положение: стоя, подбородок слегка приподнят, руки опущены, ноги почти на ширине плеч. Логопед предлагает детям составлять из волшебных слогов слова и произносить их: «Послушайте, как у меня это получится (логопед выполняет вдох через полуоткрытый

рот с одновременным быстрым движением руки вверх, затем на выдохе, опуская руку, нараспев произносит слово, например, “МА-А-МА-А”). А теперь произносим вместе». В течение одного занятия каждое слово пропеваётся 4–5 раз.

Активная гимнастика для развития мелкой моторики

Упражнения без речевого сопровождения

Эти упражнения рекомендуется выполнять до пальчиковых игр, синхронизированных с речью. Однако это не значит, что они должны проходить в полном молчании. Все положения пальцев должны объясняться ребёнку. Это поможет разобраться ему со сложными понятиями «сверху», «снизу», «вперед», «левый», «правый» и пр., выучить названия пальцев.

Упражнения рекомендуется выполнять сначала ведущей рукой (если ребёнок правша – правой рукой, левша – левой рукой), затем отрабатывается упражнение другой рукой. Следующий этап – выполнение упражнения обеими руками.

Упражнение «Зайчик»

Указательный и средний пальцы выпрямлены – это «ушки» зайчика. Остальные пальчики сжаты в кулак.

Упражнение «Человечек»

Указательный и средний палец, как ножки человека, «бегает» по столу. Остальные пальчики сжаты в кулак.

Упражнение «Слоненок»

Средний палец выставлен вперед – это «хобот». Указательный и безымянный «идут» по столу. Большой палец лежит на мизинце.

Упражнение «Ёжик»

Руки сцепить в замок. Пальцы одной руки и большой палец другой руки выпрямить.

Упражнение «Очки»

Пальцы правой и левой рук сложить колечками. Поднести их к глазам.

Упражнение «Ковшик»

Сложить из обеих ладоней ковшик. При этом все пальцы должны быть плотно прижаты друг к другу.

Упражнение «Стул»

Поставить левую ладонь вертикально вверх – это «спинка» стула. Правую ладонь сжать в кулак – «сиденье» и приставить к нижней части левой ладони.

Упражнение «Стол»

Левую руку сжать в кулачок. Сверху опустить правую ладошку с выпрямленными пальцами.

Упражнение «Мячик»

Пальцы обеих рук соединить попарно. Придать им форму шара.

Упражнение «Собака»

Правую ладонь развернуть к себе ребром. Поднять большой палец вверх. Указательный, средний и безымянный пальцы прижать друг к другу. Мизинец движется вверх-вниз («собака лает»).

Упражнение «Кошка»

Соединить средний и безымянный пальцы с большим. Указательный и мизинец скруглены – это «уши» и подняты вверх.

Упражнение «Гусь»

Опереться указательным пальцем на большой. Средний, безымянный и мизинец прижать друг к другу и к указательному – получился «клюв».

Упражнение «Замок»

Сплести пальцы обеих ладоней в замок.

Упражнение «Ёлка»

Ладони развернуть от себя, пальчики пропустить между собой (ладони расположить под углом друг к другу). Пальчики выставить вперед, локти к телу не прижимать.

Упражнение «Корзинка»

Ладони развернуть к себе, пальчики переплести, а локти развести в стороны. Большие пальчики образуют «ручку» корзинки.

Упражнение «Силач»

Ритмично (под счет до 5, 10, 15 и т.д.) сжимать в руке резиновую игрушку или кистевой эспандер.

Упражнения с речевым сопровождением

Братья

(Русская народная потешка)

Ивану – большаку – дрова рубить,

Ваське – указке – воду носить,

Мишке – середке – печку топить,

Тишке – сиротке – кашу варить,

А крошке Тимошке – песенки петь.

Песни петь и плясать,

Родных братьев потешать.

Упражнение выполняется ведущей рукой ребенка.

Загибая по одному пальцы,

начиная с большого,

проговаривают потешку.

Братцы

(Русская народная потешка)

Идут четыре брата

Навстречу старшему.

– Здравствуй, большак! – говорят.

– Здорово, Васька-указка,

Гришка - сиротка,

Мишка - середка

Да крошка Тимошка.

Данное упражнение сначала выполняют пальцами ведущей руки, а затем пальцами другой руки.

Усложненный вариант: упражнение выполняется обеими руками.

Соединяют большой палец

одной руки с другими

пальцами по очереди.

Варежка

Маша варежку надела:

«Ой, куда я пальчик дела?

Нету пальчика, пропал,

В свой домишко не попал».

Маша варежку сняла:

«Поглядите, я нашла!

Ищешь, ищешь – и найдешь!

Здравствуй, пальчик, как живешь?»

Сжать пальцы в кулак.

Все пальцы разжать, кроме большого пальчика.

Разогнуть оставшийся согнутым большой палец.

Сжать все пальцы в кулачок.

Кто приехал?

(Болгарская народная потешка)

Кто приехал?

Пальцы обеих рук складываются кончиками вместе. Быстро хлопнуть кончиками

Мы, мы, мы!

Мама, мама, это ты?
Да, да, да!
Папа, папа, это ты?
Да, да, да!
Братец, братец, это ты?
Да, да, да!
Ах, сестричка, это ты?
Да, да, да!
Все мы вместе!
Да, да, да!

Моя семья

Этот пальчик – дедушка,
Этот пальчик – бабушка,
Этот пальчик – папочка,
Этот пальчик – мамочка,
Этот пальчик – я.
Вот и вся моя семья!

Белка

(Русская народная потешка)

Сидит белка на тележке,
Продает она орешки.
Лисичке - сестричке,
Воробью, синичке,
Мишке толстопятому,
Заиньке усатому.
Кому в платок,
Кому в зобок,
Кому в лапочку.

Пальчики на прогулке

(Русская народная потешка)

Раз, два, три, четыре, пять!
Вышли пальчики гулять!
Этот пальчик гриб нашел.
Этот пальчик чистит стол.
Этот резал.
Этот ел.
Ну а этот лишь глядел!

Апельсин

(Л.В. Зубкова)

Мы делили апельсин.
Много нас, а он один.
Эта долька – для ежа.
Эта долька – для стрижа.
Эта долька – для утят.
Эта долька – для котят.
Эта долька – для бобра.
А для волка кожура.
Он сердит на нас – беда!!!
Разбегайтесь – кто куда!

больших пальцев.

*Кончики больших пальцев прижаты друг
к другу, а кончики остальных одновременно
быстро хлопают.*

Хлопать кончиками больших пальцев.

Хлопать кончиками указательных пальцев.

Хлопать кончиками больших пальцев.

Хлопать кончиками средних пальцев.

Хлопать кончиками больших пальцев.

Хлопать кончиками безымянных пальцев.

Хлопать кончиками больших пальцев.

Хлопать мизинцами.

Хлопать всеми пальцами.

*Руку сжать в кулак, поочередно
разжимать, пальцы, начиная с большого.*

Энергично сжать руку в кулак несколько раз.

*Хлопки ладонями и удары кулаками
попеременно.*

Загибать пальчики, начиная с большого.

*Ритмичные хлопки ладонями и удары
кулачками друг о друга.*

*Поочередно разгибать пальцы, сжатые
в кулак, начиная с большого.*

Загнуть мизинец.

Загнуть безымянный палец.

Загнуть средний палец.

Загнуть указательный палец.

Загнуть большой палец.

*Дети сжимают и разжимают пальцы
обеих рук в кулаки.*

*По очереди загибают пальцы,
начиная с большого.*

*Сжимают пальцы обеих рук в кулаки.
Резко разжимают пальцы сжатые в кулак.*

