|  |
| --- |
|  |

Прежде, чем приступить к выполнению артикуляционных упражнений, следует рассмотреть, какие органы вовлекаются в процесс произнесения звуков. Какое положение они принимают в процессе работы. Давайте сделаем это на примере наиболее часто нарушаемых в произношении звуков: С, СЬ, З, ЗЬ, Ц, Ш, Ж, Ч, Щ, Л, ЛЬ, Р, РЬ (Приложение 1).

Как видно из примеров для произнесения каждого звука требуется слаженная, согласованная, тщательно координированная работа различных органов (диафрагмы, легких, гортани, мягкого неба, губ, щек, языка и др.)

Теперь можно познакомиться с артикуляционными упражнениями. Наиболее часто используются следующие: «Лягушечка-хоботок», «Заборчик», «Лопаточка (Блинчик)», «Иголочка (Змейка)», «Качели», «Футбол (Орешки)», «Часики», «Чистим зубки», «Киска злится (Горка)», «Вкусное варенье», «Чашечка», «Лошадка», «Грибок», «Гармошка», «Барабан (Дятел)», «Маляр» (Приложение 2). Описанные традиционные, их названия стойко закрепились в специальной литературе, хотя в различных источниках могут быть некоторые расхождения.

Помимо традиционных, хорошие результаты в работе с детьми, страдающих сложными речевыми нарушениями (например, дизартрией), дают упражнения с элементами самомассажа: «Расческа», «Кусаем язычок», «Наказать непослушный язычок», «Месим тесто», «Почеши щечку о зубки».

Познакомившись с правильной артикуляционными укладами, становится понятным, какие упражнения необходимы для постановки того или иного звука, на что следует обратить внимание (№ 1-7 - основной комплекс, № 8-9 – дополнительные упражнения для свистящих звуков, № 10-11 – упражнения для шипящих звуков, № 12-16 – упражнения для звуков Р, РЬ).

Необходимо выработать у ребенка сильную, направленную воздушную струю. Это важно не только для постановки звука, но и для профилактики простудных заболеваний. Здесь помогут разнообразные пособия: вертушки, мыльные пузыри. Кроме того, дуть можно на листочки, снежинки, перышки, карандаш и многое другое (Приложение 3). При выполнении упражнений на дыхание следят, чтобы ребенок не поднимал плечи, не надувал щеки, помещение предварительно следует проветрить. Дыхательные упражнения достаточно выполнять 2-3 минуты.

После того как ребенок научился хорошо и правильно выполнять артикуляционные упражнения, сильно дуть, можно приступать к постановке звука. Смысл этого этапа в том, что ребенок должен научиться одновременно удерживать необходимую позицию языка, губ, выдыхая при этом воздух и добавляя голос при необходимости.

Поскольку этап подготовительных упражнений может быть достаточно длительным, то рекомендуются различные игры и упражнения. Можно совместно с ребенком изготовить картинки-символы к упражнениям, которые помогут в организации и проведении игр. Интересно проводить гимнастику, имитируя при этом движения языка с помощью рук. К упражнениям можно подобрать стихи, загадки, придумать для них новые названия (Приложение 4).

Помните, что новое упражнение можно вводить только тогда, когда хорошо усвоены предыдущие, занятие не должно превышать 15-20 минут, проводиться на фоне положительных эмоций. Придумывайте, фантазируйте, сочиняйте и успех не заставит себя долго ждать!

Приложение 1

**Правильные артикуляционные уклады свистящих, шипящих и сонорных звуков**

**Звук [с]**

При произнесении звука [с]:

а) губы в улыбке, зубы видны;

б) зубы сближены, но не сомкнуты;

в) широкий кончик языка находится за нижними резцами;

г) передняя часть спинки языка образует щель с верхними зу­бами или альвеолами;

д) боковые края спинки языка плотно прижаты к боковым зу­бам, и только посередине остается узкая щель в форме желобка;

е) посередине языка идет холодная струя воздуха, которая хо­рошо ощущается тыльной стороной руки, поднесенной ко рту;

ж) мягкое нёбо поднято, прижато к задней стенке глотки, за­крывает проход в носовую полость, воздушная струя идет через рот;

з) голосовые складки не напряжены, раздвинуты, голос не об­разуется.

**Звук [с']**

Артикуляция звука [с'] (мягкого) такая же, как и [с] твердого, только средняя часть спинки языка поднята к твердому нёбу.

**Звук [з]**

При произнесении звука [з]:

а) губы в улыбке, зубы видны;

б) зубы сближены, но не сомкнуты;

в) широкий кончик языка находится за нижними резцами;

г) передняя часть спинки языка образует щель с верхними зу­бами или альвеолами;

д) боковые края спинки языка плотно прижаты к боковым зу­бам, и только посередине остается узкая щель в форме желобка;

е) посередине языка идет воздушная струя, которая ощущается тыльной стороной руки, поднесенной ко рту;

ж) мягкое нёбо поднято, прижато к задней стенке глотки, закры­вает проход в носовую полость, воздушная струя идет через рот;

з) голосовые складки напряжены, сближены и колеблются, в результате чего образуется голос.

**Звук [з']**

Положение органов артикуляционного аппарата при произне­сении мягкого звука [з'] такое же, как и при произнесении [з] твер­дого, только средняя часть спинки языка поднимается к нёбу.

**Звук [ц]**

При произнесении звука [ц]:

а) губы в улыбке, зубы видны;

б) зубы сближены, но не сомкнуты;

в) широкий кончик языка опущен за нижние резцы;

г) передняя часть спинки языка сначала образует смычку с верхними зубами, которая незаметно переходит в щель между ними;

д) посередине языка идет сильная короткая воздушная струя, которая ощущается тыльной стороной руки, поднесенной ко рту, как толчок воздуха;

е) мягкое нёбо поднято к задней стенке глотки, закрывает про­ход в носовую полость, воздушная струя идет через рот;

ж) голосовые складки не напряжены, раздвинуты, голос не об­разуется.

**Звук [j]**

Звук [j] (йот) относится к сонорным согласным, занимающим особое положение в системе звуков русского языка: они характе­ризуются преобладанием голоса над шумом и с этой стороны сбли­жаются с гласными, но отличаются от последних наличием пре­грады в ротовой полости.

Артикуляция звука [j] почти такая же, как и [и]. Но [j] произно­сится с более сильной струей выдыхаемого воздуха и при большем подъеме средней части спинки языка к твердому нёбу.

При произнесении [j]:

а) губы приближены к зубам;

б) зубы сближены;

в) кончик языка находится за нижними резцами; боковые края языка прижаты с внутренней стороны к коренным зубам; средняя часть спинки языка поднимается к твердому нёбу и образует с ним щель, через которую проходит выдыхаемая струя воздуха;

г) мягкое нёбо поднято, прижато к задней стенке глотки, закры­вает проход в носовую полость, воздушная струя идет через рот;

д) голосовые складки напряжены, сближены и колеблются, в результате чего образуется голос.

**Звук [ш]**

При произнесении звука [ш]:

а) губы округлены и слегка выдвинуты вперед;

б) зубы сближены;

в) широкий кончик языка приподнят к альвеолам или к перед­нему краю твердого нёба и образует с ними щель; средняя часть спинки языка опускается, но края языка прижаты к боковым зу­бам; задняя часть спинки языка поднимается и оттягивается на­зад;

г) посередине языка идет теплая, широкая воздушная струя, которая легко ощущается ладонью руки, поднесенной ко рту;

д) мягкое нёбо поднято, прижато к задней стенке глотки, за­крывает проход в носовую полость так, что воздушная струя идет через рот;

е) голосовые складки не напряжены, раздвинуты, голос не об­разуется.

**Звук [ж]**

При произнесении звука [ж]:

а) губы округлены и слегка выдвинуты вперед;

б) зубы сближены;

в) широкий кончик языка приподнят к альвеолам или к перед­нему краю твердого нёба и образует с ним щель; средняя часть спинки языка опускается, но края языка прижаты к боковым зубам; задняя часть спинки языка поднимается и оттягивается назад;

г) посередине языка идет теплая воздушная струя, которая лег­ко ощущается ладонью руки, поднесенной ко рту;

д) мягкое нёбо поднято и прижато к задней стенке глотки, за­крывает проход в носовую полость; воздушная струя идет через рот;

е) голосовые складки напряжены, колеблются и дают голос.

**Звук [ч]**

При произнесении звука [ч]:

а) губы округлены и слегка выдвинуты вперед;

б) зубы не смыкаются;

в) кончик языка вместе со спинкой образует смычку с верхними зубами или альвеолами. Эта смычка незаметно переходит в щель между ними;

г) посередине языка идет короткая воздушная струя, которая ощущается ладонью руки, поднесенной ко рту, как толчок воз­духа;

д) мягкое нёбо поднято, прижато к задней стенке глотки, за­крывает проход в носовую полость, воздушная струя идет через рот;

е) голосовые складки не напряжены, раздвинуты, голос не об­разуется.

**Звук [щ]**

При произнесении звука [щ]:

а) губы выдвинуты вперед, зубы видны;

б) зубы сближены;

в) широкий кончик языка поднят к альвеолам и образует с ними щель;

г) посередине языка идет воздушная струя, которая легко ощущается ладонью руки, поднесенной ко рту;

д) мягкое нёбо поднято, прижато к задней стенке глотки, за­крывает проход в носовую полость, воздушная струя идет через рот;

е) голосовые складки не напряжены, раздвинуты, голос не об­разуется.

**Звук [л]**

При произнесении звука [л]:

а) губы в легкой улыбке, зубы видны;

б) зубы сближены;

в) кончик языка поднимается и образует смычку с альвеолами; передняя и средняя части спинки языка вместе с его краями опус­каются; задняя часть спинки языка приподнимается к мягкому нёбу;

г) воздушная струя идет по бокам языка, между языком и ще­кой, отчего звук [л] и называется боковым;

д) мягкое нёбо поднято, прижато к задней стенке глотки, за­крывает проход в носовую полость, воздушная струя идет через рот;

е) голосовые складки напряжены, сближены и колеблются, в результате чего образуется голос.

**Звук [л']**

Положение органов артикуляционного аппарата при произне­сении звука [л'] (мягкого) такое же, как и при произнесении [л] (твердого), только добавляется подъем средней части спинки язы­ка к нёбу.

**Звук [р]**

При произнесении звука [р]:

а) губы находятся в положении следующего гласного;

б) зубы на расстоянии нескольких миллиметров;

в) кончик языка поднят к альвеолам, напряжен и вибрирует; края языка прижаты к боковым зубам;

г) посередине языка идет воздушная струя, которую можно ощутить ладонью руки, поднесенной ко рту;

д) мягкое нёбо поднято, прижато к задней стенке глотки, закры­вает проход в носовую полость, воздушная струя идет через рот;

е) голосовые складки напряжены, сближены и колеблются, в результате чего образуется голос.

**Звук [р']**

Положение органов артикуляционного аппарата при произне­сении [р'] (мягкого) такое же, как и при произнесении [р] (твер­дого), только добавляется подъем средней части спинки языка к нёбу.

Приложение 2

**Артикуляционные упражнения**

**1.«Лягушечка-хоботок»**

Улыбнуться, показать сомкнутые зубки, как при звуке И, затем губы округлить и вытянуть вперед, как при звуке У.

**2.«Заборчик»**

Зубы сомкнуты. Губы в улыбке. Верхние и нижние резцы видны.

**3.«Лопаточка (Блинчик)»**

Рот открыт. Губы в улыбке. Положить широкий передний край языка на нижнюю губу и удерживать его в таком положении под счет от 1 до 5—10. Следить, чтобы губы не были напряжены, не растягивались в широкую улыбку, чтобы нижняя губа не под­ворачивалась и не натягивалась на нижние зубы. Язык не высо­вывается далеко: он должен только накрывать нижнюю губу. Бо­ковые края языка должны касаться углов рта.

**4.«Иголочка (Змейка)»**

Улыбнуться, открыть рот; высунуть острый язык изо рта, затем спрятать. Повторить 3-4 раза.

**5.«Качели»**

Рот открыт. Губы в улыбке. Движения языка:

а) широкий язык поднимается к носу и опускается к подбо­родку;

б) широкий язык поднимается к верхней губе, затем опус­кается к нижней губе;

**6.«Футбол (Орешки)»**

Рот закрыть, кончик языка с напряжением упирать то в одну, то в другую щёку так,  
чтобы под щекой надувались "мячики".

**7.«Часики»**

Улыбнуться, открыть рот. Тянуться языком попеременно то к левому углу рта, то  
к правому. Повторить 5-10 раз.

**8.«Чистим зубки»**

Рот открыт. Губы в улыбке. Широким кончиком языка погла­дить нижние зубы, делая движения языком вверх-вниз. Следить, чтобы язык не сужался, останавливался у верхнего края зубов и не выходил за него, губы находились в положении улыбки, ниж­няя челюсть не двигалась.

**9.«Киска злится (Горка)»**

Рот открыт. Губы в улыбке. Широкий кончик языка упирается в основания нижних резцов. Спинка языка выгибается, затем вы­равнивается. Следить, чтобы кончик языка не отрывался от зубов, язык не сужался, губы и нижняя челюсть были неподвижны.

**10.«Вкусное варенье»**

Рот открыт. Губы в улыбке. Широким передним краем языка облизать верхнюю губу, делая движение языком сверху вниз, затем втянуть язык в рот к центру нёба. Следить, чтобы язык не сужался, при втягивании его боковые края скользили по корен­ным зубам, а кончик языка был поднят. Губы не натягиваются на зубы, нижняя челюсть не «подсаживает» язык вверх — она должна быть неподвижной.

**11.«Чашечка»**

Рот открыт. Губы в улыбке. Язык высунут. Боковые края и кончик языка подняты, средняя часть спинки языка опущена, прогибается книзу. В таком положении язык удержать под счет от 1 до 5—10. Следить, чтобы губы не натягивались на зубы, нижняя челюсть была неподвижна.

**12.«Лошадка»**

Рот открыт. Губы в улыбке. Широкий лопатообразный язык прижать к нёбу (язык присасывается) и со щелчком оторвать. Следить, чтобы губы были в улыбке, нижняя челюсть не «подса­живала» язык вверх. Для фиксации челюсти ставится роторасши­ритель. Может использоваться пробка, которая вставляется в угол рта на коренные зубы, или большой палец ребенка (следить за чистотой рук!).

**13.«Грибок»**

Рот открыт. Губы в улыбке. Прижать широкий язык всей плоскостью к нёбу (язык присасывается) и удержать в таком положении под счет от 1 до 5—10. Язык будет напоминать тонкую шляпку грибка, а растянутая подъязычная уздечка — его ножку. Следить, чтобы боковые края языка были одинаково плотно при­жаты к нёбу (ни одна половина не должна провисать), чтобы губы не натягивались на зубы. При повторении упражнения рот надо открывать шире.

**14.«Гармошка»**

Рот открыт. Губы в улыбке. Широкий язык прижать к нёбу (язык присасывается) и. не опуская языка, раскрывать и закры­вать рот. При повторении упражнения надо стараться открывать рот все шире и дольше удерживать в таком положении. Следить, чтобы при открывании рта губы были в улыбке и оставались неподвижными, а язык не провисал.

**15.«Барабан (Дятел)»**

Рот открыт. Губы в улыбке. Широким кончиком языка посту­чать о нёбо за верхними зубами, многократно и отчетливо про­износя звук д-д-д. Сначала звук д произносить медленно, посте­пенно темп убыстрять. Следить, чтобы губы не натягивались на зубы, нижняя челюсть не двигалась, язык не сужался, кончик его не подворачивался, чтобы звук д носил характер четкого удара, а не был хлюпающим. Звук д произносится так, чтобы ощущалась выдыхаемая воздушная струя.

**16.«Маляр»**

Рот открыт. Губы в улыбке. Широким кончиком языка погла­дить нёбо, делая движения языка назад-вперед (от зубов к горлу И обратно). Следить, чтобы язык не сужался, доходил до внут­ренней поверхности верхних резцов и не высовывался изо рта, губы не натягивались на зубы, нижняя челюсть не двигалась.

**17.«Расческа»**

Закусить язык зубами и протаскивать его сквозь зубы с усилием.

**18.«Кусаем язычок»**

Губы в улыбке. Покусывать зубами кончик языка, или от кончика до средней части спинки языка.

**19.«Наказать непослушный язычок»**

Улыбнуться. Приоткрыть рот. Спокойно положить язык на нижнюю губу и, пошлепывая его губами, произносить звуки пя-пя-пя. Похлопать язык губами несколько раз на одном выдохе, затем удерживать широкий язык в спокойном положении при открытом рте под счет от 1 до 5—10. Следить, чтобы ребенок не задерживал выдыхаемый воздух. Нижняя губа не должна подворачиваться и натяги­ваться на нижние зубы. Боковые края языка касаются углов рта.

**20.«Месим тесто»**

Губы в улыбке. Покусать боковые края языка. Сначала с одной стороны, затем с другой.

**21.«Почеши щечку о зубки»**

Покусывать зубами то одну, то другую щеку.

\_\_\_\_\_\_

\* На обложке фотографии детей, выполняющих упражнения «Грибок», «Худышка», «Вкусное варенье», «Чашечка», «Горка».

Приложение 3

**Дыхательные упражнения**

**«Загнать мяч в ворота»**

Вытянуть губы вперед трубочкой и длительно дуть на ватный шарик, лежащий на столе, пытаясь загнать его в «ворота» между двумя кубиками. Загонять шарик следует на одном выдохе, не допуская, чтобы воздушная струя была прерывистой. Следить, чтобы щеки не надувались: для этого их можно слегка прижать ладонями.

**«Кто дальше загонит мяч»**

Рот открыт. Губы в улыбке. Язык высунут. Боковые края ло­патообразного языка подняты. Как бы произнося длительно звук ф, сдуть ватку на противоположный край стола.

**«Сдуть снежинку»**

Рот приоткрыт. Губы в улыбке. Широкий язык высунут. Кон­чик языка опушен. Боковые края языка прижаты к верхним зубам. На кончик языка положить бумажный квадратик размером 1x1 см и сдуть его. Следить, чтобы щеки не надувались и губы не натя­гивались на зубы, чтобы дети как бы произносили звук ф, а не х.

С неба падают зимою

И кружатся над землею

Легкие пушинки,

Белые снежинки.

**«Фокус»**

Рот открыт. Губы в улыбке. Язык высунут. Боковые края и кончик языка подняты, средняя часть спинки языка прогиба­ется книзу. Удерживая язык в таком положении, сдувать ватку с кончика носа. Следить, чтобы нижняя челюсть была непо­движной, губы не натягивались на зубы, ватка летела строго вверх.

**«Покатай карандаш»**

Вдохнуть через нос и, выды­хая через рот, прокатить по столу круглый карандаш.

**«Греем руки»**

Вдыхать через нос и дуть на озябшие руки, плавно выдыхая через рот, как бы согревая руки.

**«Мыльные пузыри»**

Победителем конкурса становится тот, кто выдует самый большой пузырь или у кого больше всего пузырей получится. Нужно точно дунуть в колечко, иначе пузырей не будет.

**«Новогодние трубочки-шутки»**

Под воздействием выдыхаемого воздуха раскручивается бумаж­ный язычок.

**«Одуванчик»**

Выполняется сидя на корточках, раскрытые ладони рук на уровне рта. Спокойно вдохнуть и выдох­нуть через рот на воображаемую головку одуванчика на ладонях.

Я шарик пушистый,

Белею в поле чистом,

А дунул ветерок —

Приложение 4

**Стихи к артикуляционным упражнениям**

**«Лягушечка-хоботок»**

Тянем губы мы к ушам,

Улыбнемся малышам.

А теперь сужаем губы,

Словно дуем, дуем в трубы.

**«Заборчик»**

Из зубов заборчик строй -

Ровный, белый, не косой.

Губки широко открой,

Чтоб заборчик видеть свой.

**«Лопаточка (Блинчик)»**

Язычок наш как лопатка -

Очень ровный, очень гладкий.

А такой лопаткой

И копать приятно.

**«Иголочка (Змейка)»**

Я иголку острую

Для шитья готовлю.

Крепко я ее держу,

Никого не уколю.

«**Качели**»

На качелях я качаюсь:

Вверх-вниз, вверх-вниз,

Я до крыши поднимаюсь,

А потом спускаюсь вниз.

«**Часики**»

Влево-вправо, влево-вправо

Мой язык скользит лукаво:

Словно маятник часов,

Покачаться он готов.

**«Чистим зубки»**

Чищу зубы чисто, чисто

И снаружи, и внутри;

Я хочу, чтобы всегда

Были белые они

**«Киска злится (Горка)»**

Горка длинная у нас!

Мы прокатимся сейчас.

Ты на горке удержись,

Плавно, медленно катись.

**«Вкусное варенье»**

Ох, и вкусное варенье!

Жаль, осталось на губе.

Язычок я подниму

И остатки оближу.

**«Чашечка»**

Мы чаек горячий

Будем пить на даче.

Чашечку мы держим

Крепче, крепче, крепче

**«Лошадка»**

Скачем, скачем на лошадке.

Очень цокать нам приятно.

Ритм копыта отбивают,

Язычок им помогает.

**«Грибок»**

Вырос гриб большой в лесу,

В садик гриб я принесу.

Раз, два, три, четыре, пять -

Гриб мне надо удержать.

**«Гармошка»**

На гармошке мы играем.

Рот пошире открываем,

Челюсть вверх, челюсть вниз,

Ты, смотри, не ошибись.

**«Барабан (Дятел)»**

В барабан мы бьем

Нашим язычком.

Громкий, громкий звук

Слышен звонкий стук.

**«Маляр»**

Красить потолок пора,

Пригласили маляра.

Челюсть ниже опускаем,

Язык к небу поднимаем,

Поведем вперед-назад –

Наш маляр работе рад!

**«Расческа»**

Необычная расческа

У меня всегда с собой.

Если хочешь, я секретом

Поделюсь сейчас с тобой.

Зубы верхние причешут

Мою нижнюю губу,

Зубы нижние причешут

Мою верхнюю губу.

Вот и славно причесались:

Все довольные остались.