|  |
| --- |
| **Упражнения для языка и щек**1. Дотягиваться языком до носа, до подбородка.
2. Облизывание намазанных сладким губ (каждую отдельно и по кругу).
3. Поглаживание щек изнутри, упираясь языком в слизистую оболочку.
4. Покусывание языка по всей поверхности, постепенно высовывая его и втягивая.
5. Пошлепывание кончика языка шпателем (расслабление языка)
6. Вылизывание тарелок и выпуклой стороны столовых ложек всей поверхностью кончика языка.
7. Слизывание капель с вогнутой поверхности ложки (размер ложки последовательно уменьшают от столовой до ложечки для горчицы – формирование более тонких и точных движений).
8. Почесывание кончика языка о верхние резцы; пересчитывание зубов, упираясь в каждый.
9. Поглаживание щек, надавливая с силой на внутреннюю сторону.
 |
| **Упражнение для губ**1. Поднимание и опускание верхней губы – ребенок закусывает нижнюю губу, а затем под счет поднимает и опускает верхнюю 5-6 раз подряд (другие органы лица не двигаются).2. Несмыкающиеся, вялые губы – удерживание кусочка сухаря, сахара, леденца (чем меньше, круглее и глаже кусочек, тем плотнее смыкаются губы), следить, чтобы губы не вытягивались хоботком.3. Вытягивание обеих губ в рот (если верхняя губа западает, под нее подкладывают продолговатый валик и стараются навернуть губу на резцы). |
| **Массаж губ**1. Подушечками большого и указательного пальцев (один палец изнутри, другой – снаружи) взять верхнюю губу и растирать рубец.
2. Подушечки больших и указательных пальцев поставить так же, но у уголков рта, сводить пальцы, нажимая на губу чуть выше красной каймы и оттягивая ее вперед (повторять 10-15 раз).
3. Движения языка в преддверии полости рта, сильно надавливая на уздечку.

Упражнения должны быть отобраны с учетом индивидуальных особенностей каждого ребенка, и носить строго целенаправленный характер. Не следует делать массаж языка трехлетнему ребенку, если язык еще не сместился к глотке и корень языка имеет нормальное строение и размеры. Рекомендуется избегать быстрых и резких артикуляционных движений.Полезно прерывать артикуляционную гимнастику кратковременными расслаблениями мышц лица, шеи, глотки. |
| **Развитие речевого дыхания**В норме в речевом выдохе активно участвуют брюшная полость и внутренние межреберные мышцы, которые обеспечивают удлинение выдоха, и достаточное давление воздушной струи. **I этап. Формирование усиленного глоточного выдоха при открытом рте**1. Нужное давление вызывают от имитации «поплевывания»: ребенок слегка высовывает кончик языка между зубами, а затем старается выплюнуть его. Язык при этом продвинут вперед. А кончик его высунут минимально, что вынуждает сильнее напрягать губы, и создает более тонкие движения. Внимание сосредотачивают на ощущении губ. Одновременно ребенок контролирует температуру, и направление воздушной струи тыльной стороной ладони. На первых занятиях можно пальцами зажимать крылья носа. Упражнение повторяют 6-8 раз подряд 3-4 раза в день.
2. Если «поплевывание» сопровождается напряжением мышц шеи и даже движением передней стенки глотки вперед (получается звук, сходный с к), то прибегают к тактильному контролю передней поверхности шеи, беззвучному «поплевыванию» или выплевыванию мелких крошек. Размер крошек постепенно уменьшается, а нужное движение постепенно усваивается.
3. Замедляя и продлевая «поплевывание», получают легкое дутье, которое закрепляется дыхательными упражнениями с комочком ваты, пухом, полосками бумаги.

До операции целесообразно применять упражнения, требующие повышенных усилий (катать карандаш выдуваемой струей, надувать шарик), т.к. они усиливают напряжение лицевой и глоточной мускулатуры, усиливают гримасы, ускоряют выдох. Главная цель в этот период – получение воздушной струи.**II этап. Дифференциация ротового и носового дыхания**Необходимо объяснить ребенку, что существуют различные виды вдоха и выдоха через нос, при открытом рте возможны различные сочетания вдоха и выдоха. Ребенку предлагают проделать конкретные дыхательные упражнения, последовательность их выполнения фиксируется рисунками в таблице в тетради ребенка:Цель этих упражнений – в процессе разучивания различных видов вдоха и выдоха закрепить диафрагмальный вдох и постепенный, спокойный выдох.Эти упражнения закладывают основы ритма речевого дыхания с паузой после вдоха. Формирование речевой паузы при дыхании происходит спонтанно, т.к. ребенок задерживает выдох, обращая внимание на то, как его надо осуществить: через нос или рот при переходе от вдоха к выдоху. При дальнейшем обучении произношению гласных и согласных звуков эта пауза будет постепенно увеличиваться и закрепляться.Во время этих упражнений необходимо приучать ребенка к ощущению проходящей по слизистым оболочкам ротовой и глоточной полости направленной струи воздуха во время вдоха и выдоха.Направление выдыхаемой через рот струи контролируется движением ватки, положенной на гладкую поверхность (лист бумаги, ладонь), чтобы ребенок мог видеть направление ее движения и корректировать это направление по указанию логопеда. Такой выдох ни в коем случае не отождествляемый с выдуванием, формирует направленность полного, спокойного ротового выдоха.Для организации правильного ротового выдоха необходимо изменить положение языка в полости рта: при ротовом выдохе кончик языка у нижних резцов, корень опущен, если корень не снижается, можно временно допустить высовывание языка между зубами или нажать на корень языка шпателем (в крайнем случае).Последовательность проведения упражнений:1. Упражнение проводиться лежа. Ребенок учится вдыхать через полный живот, плавно, долго выдыхая, точность выполнения контролируется ладонью.
2. То же самое, но полулежа.
3. Сидя.
4. Стоя.
5. В движении (различные комплексы физических и дыхательных упражнений).
 |
| **Упражнение назализации гласных звуков**Хотя известно, что именно гласные придают голосу назальный тембр, часто создается впечатление, что многие дети произносят их правильно. Однако язык при артикуляции сдвинут в глубину полости рта, а губы повышенно активны. Коррекция гласных предусматривает продвижение языка к нижним резцам и произнесении их на диафрагмальном выдохе в грудном регистре. Уменьшение участия головного резонанса в фонации сразу заметно уменьшает носовой оттенок голоса еще до операции.1. Протяженное произнесение гласных а-а-а, э-э-э на мягком выдохе в грудном регистре. Ребенок сидит, опираясь спиной на спинку стула, слегка опустив подбородок и положив ладонь на грудь тактильного контроля. Ступни ног параллельно стоят на полу. При правильном выполнении упражнения ощущается мелкая вибрация грудной клетки. Это упражнение выполняется по подражанию: логопед показывает, а потом выполняет вместе с ребенком. Начинают произнесение гласных с 2-3 раз и доводят до 5 повторений каждого звука 4-5 раз в день в течение месяца.Далее переходят к гласным о, и, у, ы. Эта последовательность основана на изменении силы, необходимой для удержания сегментов неба в горизонтальном положении, и на возрастании объема глоточной полости рта при артикуляции гласных, из которых у, и обладают наиболее выраженным носовым оттенком.2. Напевное, слитное произнесение сочетаний гласных, сочетания не начинают с у, и, ы, т.к. остается назализация в их произношении, но если поставлен функциональный глоточный обтуратор, то упражнения отрабатывают со всеми гласными:* сочетание двух гласных: **аэ, ао, ау; эа, эо, эу; оа, оэ, оу.**
* сочетание трех гласных: **аоа, аэа, ауа; эаэ, эао, эау; оаэ, оао, оау**

Сначала гласные произносят голосом средней высоты на одном тоне, затем расширяют диапазон. Упражнения произносят: низким голосом – «медведь»; средним голосом – «лиса»; высоким голосом – «белка». Но чаще обращаются к средним тонам, т.к. они наиболее естественны для ребенка. |
| **Дифференцирование звуков в слове**Более старшим предлагается распознавание слов, близких по слуховому составу (пол, вол, дол, кол); аппозиционных слогов. Слов (фа-ва, па-ба,бетон –бидон, дело – тело, дядя – тетя), определение листа звука в слове, определение звука перед или после выделенного звука, последовательность звуков в слове; определение количества звуков и слогов; выделение слова с нужным звуком из группы слов.Используют игры «Подскажи звук...», «Какой звук пропущен?». Все это обеспечивает условия для ориентировок исследовательской деятельности детей, развивает и закрепляет запас имеющихся представлений о звукобуквенной стороне слова, формирует умение поставить определенную задачу и решить ее самостоятельно. |

Учитель-логопед: В.А.Никифорова