

Рекомендации родителям

При нарушениях устной речи

Общая артикуляционная гимнастика

Логопедический тренинг сводится к ежедневному выполнению (15 минут) артикуляционной гимнастики. Гимнастика проводится перед зеркалом при обязательном контроле со стороны родителей. Следите за тем, чтобы язык дрожал как можно меньше, движения выполнялись в полном объёме, удерживалась поза в течение 5-6 секунд (упр. «лопатка», «иголочка»). Каждое упражнение выполняется 7-10 раз.

1. «Улыбка»:

зубы стиснуть и обнажить; углы рта развести в стороны.

2. «Трубочка»:

вытянуть губы вперёд трубочкой, зубы стиснуть. Нижняя челюсть неподвижна.

3. «Лопатка» (широкий язычок):

улыбнуться, приоткрыть рот, широкий язык положить на нижнюю губу так, чтобы он своими боковыми краями касался углов рта. Если не получается: пошлёпать язык верхней губой, произнося «ПЯ-ПЯ-ПЯ».

4. «Иголочка» (узкий язычок):

открыть рот, показать узкий язычок. Если не удаётся: открыть рот и тянуться языком к отодвигаемому от него пальцу или к зеркалу.

5. «Качели»:

приоткрыть рот, кончиком языка попеременно доставать верхнюю и нижнюю губу (по инструкции взрослого).

6. «Часики» («маятник»):

приоткрыть рот, кончиком языка попеременно доставать правый и левый угол рта (по инструкции взрослого).

7. «Вкусное варенье»:

приоткрыть рот, широким кончиком языка плавно, в медленном темпе, облизывать губы вкруговую сначала по часовой, затем против часовой стрелки. Нижняя челюсть при этом не двигается.

8. «Чашечка»:

открыть рот, края широкого языка загнуть вверх, затем «поднять» чашечку за верхние зубы и многократно, в быстром темпе, произносить «НЫ-НЫ-НЫ».

9. «Маляр»:

«красить» кончиком языка нёбо, вперёд-назад.

10. «Индюк»:

а) приоткрыть рот, положить язык на верхнюю губу, производить движения широким краем языка по верхней губе вперёд и назад. Сначала медленно, затем быстро, добавляя голос: «БЛ-БЛ-БЛ»;

б) то же внутри рта.

11. «Лошадка»:

приоткрыть рот и «поцокать» языком, а затем «остановить лошадку», вибрируя губами и произнося «пррру».

12. «Грибок»:

приоткрыть рот и, прижав широкий язык всей плоскостью к нёбу, широко открыть рот.

13. «Гармошка» (для растягивания подъязычной связки):

открывать (как можно шире) и закрывать рот при сохранном во рту «грибке».

14. «Жвачка»:

покусывать коренными зубами боковые края и кончик языка.

15. «Шпион»:

протаскивать язык с силой сквозь стиснутые зубы.

Упражнения для развития дыхания

Роль дыхательной системы в обеспечении жизнедеятельности человека огромна. От дыхания зависят все жизненно важные процессы, происходящие в нашем организме. Это известно всем и с этим никто не будет спорить. Но не все задумывались о том, насколько важно для нормальной организации речи «правильно» дышать. Ведь источником образования звуков речи является воздушная струя, выходящая из легких. «Правильное» дыхание обеспечивает нормальное звукообразование, создает условия для поддержания нормальной громкости речи, четкого соблюдения пауз, сохранения плавности речи и интонационной выразительности.

В большинстве случаев, при неправильном произношении отмечаются различные несовершенства дыхания. Нередко дети с различными речевыми нарушениями имеют ослабленный вдох и выдох, говорят тихо, затрудняются в произнесении длинных фраз. При нерациональном расходовании воздуха нарушается плавность речи, так как дети на середине фразы вынуждены добирать воздух. Часто такие дети не договаривают слова и нередко в конце фразы произносят их шепотом. Иногда, чтобы закончить длинную фразу, они вынуждены говорить на вдохе, отчего речь становится нечеткой, судорожной, с захлебыванием. Укороченный выдох заставляет произносить предложения в ускоренном темпе, без соблюдения логических пауз.

Поэтому одно из основных направлений работы логопеда является работа по формированию правильного дыхания. Научив ребёнка «правильно» дышать, воспитав длительный речевой выдох, мы, тем самым, создадим необходимую базу для овладения правильным звукопроизношением.

Для начала, на 1 этапе, нужно научить ребёнка дифференцировать носовой и ротовой выдох. С этой целью предлагаются 4 простых упражнения, которые не только подготовят детей к правильному речевому дыханию, но и будут хорошим профилактическим средством от простуды.

1. Вдох ртом, выдох носом.
2. Вдох ртом, выдох ртом.
3. Вдох носом, выдох ртом.
4. Вдох носом, выдох носом.

После того как Ваш ребёнок научился различать носовой и ротовой вдох и выдох, можно приступить к воспитанию диафрагмального дыхания. Диафрагма - это самая большая мышца в организме. Медики часто называют диафрагму венозным сердцем, так много она значит для кровообращения, она разделяет грудную и брюшную полости, охраняя сердце и легкие от случайных повреждений, например, если человек встанет на голову.

Чтобы сказать на дыхании фразу, нужен достаточный объем воздуха, который проходя постепенно, струей через связки, заставит наш "голосовой инструмент" звучать. Это и обеспечивает диафрагмальное дыхание. Дыхание же наших детей, в основном, верхнеключичное, поверхностное, а, значит, объёма воздуха, которой вдохнул Ваш ребёнок будет недостаточно для нормального речеобразования. Выход один: научить ребёнка дышать не «плечами» (обратите внимание, как вздрагивают плечи Вашего малыша при вдохе), а животом. На начальном этапе упражнения по воспитанию диафрагмального дыхания лучше проводить лёжа.

1. Лечь на спину, на живот положить плоский небольшой груз. Сделать глубокий, но не слишком длинный вдох через нос и ЖИВОТОМ (груз

при этом должен слегка приподняться), затем длительный выдох через рот (груз опускается).

2. Это же упражнение, но без груза.

3. Это же упражнение, но без груза и сидя.

После воспитания диафрагмального дыхания, можно приступить непосредственно к развитию речевого дыхания. Эти приёмы широко представлены и в литературе и на страницах Интернета. Мы же здесь предлагаем Вам те упражнения, которые, с нашей точки зрения, являются, с одной стороны, наиболее эффективными, с другой стороны, не требуют каких-либо специальных пособий, не занимают много времени и могут проводиться в домашних условиях.

1. «Катись, карандаш». На столе на расстоянии 20 см от ребенка положить карандаш. Сначала показать, как с силой дуть на карандаш, чтобы он укатился на противоположный конец стола. Затем предложить ребенку самому подуть.

2. «Устроим бурю». В стакан, наполовину наполненный водой, опустить трубочку для коктейля и подуть в нее - пузыри с громким бульканьем будут подниматься на поверхность. Сначала использовать трубочки с широким диаметром, затем более тонкие.

3. «Подуй на полоску». Полоску бумаги (примерно 1 см на 4 см) приклеить слюной ребёнка к его носу. Высунуть язык и дуть на полоску.

4. На одном выдохе произносить скороговорку: «Как на горке, на пригорке, стояли 33 Егорки. Раз Егорка, два Егорка, три Егорка, 4 Егорка, 5 Егорка...»

На начальных этапах постановки звуков эти упражнения желательно выполнять ежедневно, поскольку тем самым Вы создадите предпосылки для успешного, качественного и более быстрого овладения Вашим ребёнком правильным произношением.

При нарушениях письменной речи

1. Перед выполнением любых домашних заданий проводим комплекс упражнений направленных на развитие межполушарных взаимодействий:

- «колечко»: поочерёдно и как можно быстрее перебирайте пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т. д. в направлении к мизинцу и обратно.

Сначала на одной руке, затем на обеих одновременно;

- «кулак- ладонь-ребро». Сначала правой, потом левой, затем двумя руками вместе. Выполняется на поверхности стола;

- «домик»: соедините концевые фаланги выпрямленных пальцев рук. Пальцами прав. руки с усилием нажмите на пальцы лев., затем наоборот.

Отработайте эти движения для каждой пары пальцев отдельно;

- «лезгинка»: левую руку сложите в кулак, большой палец отставьте в сторону, кулак разверните пальцами к себе. Правой рукой прямой ладонью в горизонтальном положении прикоснитесь к мизинцу левой. После этого одновременно смените положение правой и левой рук. повторите 6-8 раз.

- «ухо- нос»: левой рукой возьмитесь за кончик носа, а правой рукой - за противоположное ухо. Одновременно отпустите ухо и нос, хлопните в ладоши, поменяйте положение рук «с точностью до наоборот»;

- «змейка» - скрестите руки ладонями друг к другу, сцепите пальцы в замок, выверните руки к себе. Двигайте определённым пальцем (например, правым указательным). Палец должен двигаться точно и чётко.

2. Учим анализировать слова, сначала простые по составу (типа «дом»), затем более сложные («шуба», «котик», «гном», «доски» , «персик», и т. д.). Различные игры:

- из вторых (третьих, первых) звуков слов составь слог (крем-аист=ри);

- прочитай слог наоборот (на слух) про - орп;

- придумай слово из 5 звуков и т. д.;

- придумай слово так, чтобы звук [С'] стоял на 3 месте (посёлок) и т.

3. Развиваем звуковой синтез:

- отгадай слово по звукам: [к,л', э,т,к,а] = клетка;

- загадай мне слово по звукам.

4. Учим составлять схему слова (делим слова на слияния и замочки).

Слияние - это согласный+гласный. Обозначается дугой, над которой пишется гласный. Всё остальное (гласные и согласные вне слияния) - «замочки». Обозначается точкой. Сначала строится схема и только потом записывается слово с опорой на схему

5. Учим составлять схему предложения. Количество слов соответствует количеству черточек. Предлог обозначаем галочкой. Запись предложения строго под схемой.

6. Учим работать со слоговыми таблицами (если ребёнок путает акустически схожие звуки: о-у, п-б, д-т, ж-ш, к-г, в-ф, з-с, с-ш, з-ж, р-л, ч-ц, т-ц, ч-щ, ш-щ). Родители чертят различные варианты таблиц (сначала из 9 квадратов, затем из 16 квадратов), в которые вписывают слоги с неразличаемыми звуками. Виды работ по таблицам:

- мама называет, ребёнок находит, показывает, и тут же прочитывает;

- мама показывает, ребёнок прочитывает.

Аналогично ведётся работа, если ребёнок путает на письме оптически сходные буквы (б-д, п-т, и-у, л-м, в-д, о-а), с той лишь разницей, что в таблицу вписываются строчные буквы, а не печатные.