**Логопедические упражнения на**

**каждый день для выработки**

**четкой речи.**

Предлагаемые рекомендации предназначены для родителей детей, у которых имеются нарушения речевого развития в виде неразборчивости речи, недостатков звукопроизношения. Логопедические упражнения рассчитаны на детей разного возраста. Предполагается, что пользующиеся пособием сами будут отбирать те слова и фразы, которые считают доступными.

То, как следует пользоваться пособием, дано в комментариях к каждому разделу или упражнениям, которые следует от начала до конца читать и говорить каждый день. Я надеюсь, что оно будет полезно родителям, желающим помочь своим детям с нарушениями речи обрести способность разборчиво и красиво говорить.

**Логопедический массаж**

1. Воротниковой зоны

2. Лицевых мышц

3. Губ

4. Языка

5. Мягкого неба

Массаж воротниковой зоны, лицевых мышц, включая губы, выполняется по тем же правилам, что и обычный косметический массаж.

Массаж языка проводится от его корня к кончику специальным зондом или другим предметом, например, закругленной пластмассовой ручкой зубной щетки. Используются практически все виды массажных движений: поглаживающие, разминающие, похлопывающие, вибрационные и др.

Массаж мягкого неба и дужек проводится сверху вниз. Необходимо соблюдать при этом важное правило: если массируемые мышцы вялые, расслабленные, то массаж должен быть активный, интенсивный; если же мышцы напряжены, то следует начинать с расслабляющего массажа, выполняемого легкими поглаживающими движениями, и только по мере расслабления мышц пытаться проникнуть в глубь.

**Логопедическая гимнастика**

(Выполняется перед зеркалом; обучающий и обучаемый сидят так, чтобы оба были видны каждому. Дозировка и темп движений увеличиваются постепенно, по мере того, как оно осваивается.)

**Губы:**

1. Вытянуть — растянуть.

Инструкция: Растянуть губы в улыбку так, чтобы были видны все зубы, и вытянуть в трубочку, чтобы получился хоботок.

2. Сжать — отпустить.

Инструкция: Крепко сжать губы («рот на замок»), а затем плавно их распустить.

3. Сложить рупором.

Инструкция: Нужно сделать так, как я, чтобы получился «рупор».

4. Покусать верхними зубами нижнюю губу.

Инструкция: Нужно сделать так, как я.

5. Покусать нижними зубами верхнюю губу.

Инструкция: та же.

**Язык:**

1. Распластать по нижней губе и удерживать, постепенно продлевая время удержания.

**Инструкция:** «Нужно чтобы язык лежал так, как у меня». Если мышцы языка остаются напряженными, надо слегка похлопать по языку шпателем.

**Способ выполнения:** Распластать язык по верхней губе и удерживать, не поддерживая нижней губой, постепенно продлевая время удержания.

Если ребенок неспособен поднять язык сам, можно поддерживать его специальным зондом (ватной палочкой, кончиком ложки, закругленным кончиком зубной щетки). Для облегчения задачи держать рот открытым, можно что-нибудь закусить с боков, например, кусочки сахара.

Постепенно пациент должен научиться удерживать рот открытым без посторонней помощи.

Совершать языком круговые движения (облизать губы).

2. Двигать языком от одного угла губ к другому (по воздуху, а не по нижней губе),постепенно продлевая время удержания.

**Инструкция:** «Нужно двигать язык от одного уголка рта до другого так, чтобы язык скользил не по губе, а по воздуху».

**Способ выполнения:** Если малыш не может выполнять упражнение самостоятельно, следует зажать кончик языка специальным шпателем или своими пальцами и передвигать его (пассивный вариант выполнения задания).

3. Цоканье (присасывание языка).

Выполняется по подражанию.

4. Щелканье (подражание цоканью копыт лошади).

Выполняется по подражанию.

5. Поднять язык к альвеолам и энергично произносить «Д, Д, Д...», удерживая рот в открытом состоянии (на ширину 2 см).

**Инструкция:** «Нащупай(те) языком за верхними зубами бугорки и ударяй(те) в них копчиком языка». Для детей это упражнение можно обозначить как «Молоток» или «Забиваем гвозди».

**Способ выполнения:** При открытом рте кончик языка произносит альвеолярное (зазубное) «Д» или «ДА, ДА, ДА...». Чтобы рот не закрывался можно зафиксировать щель (см. упражнение 1).

6. Удерживая язык у альвеол верхних зубов, дуть на него, подключая голос, чтобы получился звук средний между «3» и «Ж».

**Инструкция:** «Нащупай(те) языком за верхними зубами бугорки, поднимите язык и дуйте на язык, как я. Для детей это упражнение можно обозначить как «Пчелка».

**Способ выполнения:** При открытом рте кончик языка должен вибрировать от

попадающей на него струи воздуха. Чтобы рот не закрывался, можно зафиксировать щель

(см. упражнение 1).

7. Вести язык по верхнему небу — упереть в зубы и сопротивляться попытке

протолкнуть его назад специальным шпателем или каким-либо другим предметом,

например, чайной ложкой.

**Инструкция:** «Упри(те) язык в верхние зубы и дави(те) на них. Я буду толкать его обратно, а ты (Вы) не давайте, сопротивляйтесь мне».

**Способ выполнения:** При открытом рте кончик языка должен упереться в верхние зубы. Обучающий шариковым зондом, чайной ложечкой или пальцем пытается отодвинуть его назад, в глубь рта.

**Коррекция звукопроизношения**

**1. Имитация неречевых шумов, сопоставимых с гласными звуками:**

Вой ветра — УУУ...

Плач младенца — УА, УА, УА...

Перекличка, заблудившихся в лесу: АУ, АУ, АУ...

Писк поросенка или мышонка: И, И, И...

**2. Имитация неречевых шумов, сопоставимых с согласными звуками**

**утрированное произнесение):**

Мычание коровы — МУ, МУ, МУ...

Мяуканье кошки: МЯУ, МЯУ, МЯУ...

Лай собаки: АВ, АВ, АВ...

Кваканье лягушки: КВА, КВА, КВА...

Кудахтанье курицы — КО, КО, КО...

Гоготанье гусей — ГА, ГА, ГА...

Пение песенки — ЛЯ, ЛЯ, ЛЯ...; ПА, ПА, ПА...; ДУ, ДУ, ДУ...

Звук воздушного шарика, который проткнули: ССС...

Звук подлетающего комара: ЗьЗьЗь...

Шуршание листьев: Ш ШШ...

Звук подъезжающего поезда — ЧУК, ЧУК, ЧУК...

Уханье филина — УФ, УФ, УФ...

Рычание дикого зверя: РРР...

Крик петуха — КУКАРЕКУ...

Если звуки вызваны путем имитации, то можно приступать к автоматизации их в слогах. Для этого ниже приведены слоговые таблицы, в которых звуки систематизированы по способу и месту образования. Таблицы составлены таким образом, чтобы автоматизируемый звук находился в разных фонетических контекстах: прямые слоги — твердые и мягкие; обратные слоги; слоги с разделительным мягким знаком.

**Слоговые таблицы**

**ГУБНЫЕ**

**Прямые:**

MA МЯ МЬЯ ПА ПЯ ПЬЯ БА БЯ

МО МЁ МЬЁ ПО ПЁ ПЬЁ БО БЁ БЬЁ

МУ МЮ МЬЮ ПУ ПЮ ПЬЮ БУ БЮ БЬЮ

МЫ МИ МЬИ ПЫ ПИ ПЬИ БЫ БИ БЬИ

**Обратные:**

AM ЯМ ЯМЬ АП ЯП ЯПЬ АБ ЯБ ЯБЬ

УМ ЮМ ЮМЬ УП ЮП ЮПЬ УБ ЮБ ЮБЬ

ЫМ ИМ ИМЬ ЫП ИП ИПЬ ЫБ ИБ ИБЬ

**ПЕРЕДНЕЯЗЫЧНЫЕ**

**Прямые**

ТА ТЯ ТЬЯ ДА ДЯ ДЬЯ НА НЯ НЬЯ

ТО ТЕ ТЬЁ ДО ДЁ ДЬЁ НО НЕ НЬЁ

ТУ ТЮ ТЬЮ ДЮ ДЮ ДЬЮ НУ НЮ НЬЮ

ТЫ ТА ТЬИ ДИ ДИ ДЬИ НЫ НИ НЬИ

**Обратные**

AT ЯТ – АД ЯД – АН ЯН –

ОТ ЁТ – ОД ЁД – ОН ЁН –

УТ\_ЮТ – УД ЮД – УН ЮН –

ЫТ ИТ – ЫД ИД – ЫН ИН –

**ЗАДНЕЯЗЫЧНЫЕ**

**Прямые**

КА КЯ КЬЯ ГА ГЯ ГЬЯ ХА ХЯ ХЬЯ

КО КЁ КЬЁ ГО ГЁ ГЬЁ ХО ХЁ ХЬЁ

КУ КЮ КЬЮ ГУ ГЮ ГЬЮ ХУ ХЮ ХЬЮ

КЫ КИ КЬИ ГЫ ГИ ГЬИ ХЫ ХИ ХЬИ

**Обратные**

АК ЯК – АГ ЯГ – АХ ЯХ –

ОК ЁК – ОГ ЁГ – ОХ ЁХ –

УК ЮК – УГ ЮГ – УХ ЮХ –

ЫК ИК – ЫГ ИГ – ЫХ ИХ –

**ГУБНО-ЗУБНЫЕ ШИПЯЩИЕ ДИФТОНГИ С«Й»**

**Прямые**

ВА-ВЯ-ВЬЯ ФА-ФЯ-ФЬЯ ША ЖА ЧА Е (Й+Э) ЙЭ

ВО-ВЁ-ВЬЁ ФО-ФЁ-ФЬЁ ШО ЖО ЧО Ё (Й+О) ЙО

ВУ-ВЮ-ВЬЮ ФУ-ФЮ-ФЬЮ ШУ ЖУ ЧУ Ю (Й+У) ЙУ

ВЫ-ВИ-ВЬИ ФЫ-ФИ-ФЬИ ШИ ЖИ ЧИ Я (Й+А) ЙА

**Обратные**

АВ-ЯВ АФ-ЯФ АШ АЖ АЧ ЭЙ –

ОВ-ЁВ ОФ-ЁФ ОШ ОЖ ОЧ ОЙ –

УВ-ЮВ УФ-ЮФ УШ УЖ УЧ УЙ –

ЫВ-ИВ ЫФ-ИФ ЫШ ЫЖ ЫЧ АЙ –

**СВИСТЯЩИЕ**

**Прямые**

СА СЯ СЬЯ ЗА ЗЯ ЗЬЯ ЦА

СО СЁ СЬЁ ЗО ЗЁ ЗЬЁ ЦО

СУ СЮ СЬЮ ЗУ ЗЮ ЗЬЮ ЦУ

СЫ СИ СЬИ ЗЫ ЗИ ЗЬИ ЦЫ

**Обратные**

АС ЯС – A3 ЯЗ – АЦ

ОС ЁС – ОЗ ЁЗ – ОЦ

УС ЮС – УЗ ЮЗ – УЦ

ЫС ИС – ЫЗ ИЗ – ЫЦ

СОНОРНЫЕ

**Прямые**

РА РЯ РЬЯ ЛА ЛЯ ЛЬЯ

РО РЁ РЬЁ ЛО ЛЁ ЛЬЁ

РУ РЮ РЬЮ ЛУ ЛЮ ЛЬЮ

РЫ РИ РЬИ ЛЫ ЛИ ЛЬИ

**Обратные**

АР ЯР – АЛ ЯЛ –

ОР ЁР – ОЛ ЁЛ –

УР ЮР – УЛ ЮЛ –

ЫР ИР – ЫЛ ИЛ –

Если же таким путем получить правильно произносимые звуки не удалось, то следует обратиться к специалисту-логопеду, который поставит их, а затем уже автоматизировать.