**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮЖДЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №10**

**Логопедические упражнения на каждый день для выработки четкой речи**

Предлагаемые методические рекомендации предназначено не только и не столько для специалистов, сколько для педагогов общего профиля и родителей детей, у которых имеются нарушения рече­вого развития в виде неразборчивости речи, недостатков звуко­произношения.

То, как следует пользоваться рекомендациями, дано в комментариях к каждому разделу или упражнениям, которые следует от начала до конца читать и говорить каждый день. Предполагается, что пользующийся рекомендациями сам будет отбирать те слова и фразы, которые считает доступными.

**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 вглубь.

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.

1. 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».*

1. Покусать верхними зубами нижнюю губу.  
   *Инструкция: Нужно сделать так, как я.*
2. Покусать нижними зубами верхнюю губу.  
   *Инструкция: та же.*

2. 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 пациент неспособен поднять язык сам, можно поддержи­вать его специальным зондом. 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 пациент не может выполнять уп­ражнение самостоятельно, следует зажать кончик языка специаль­ным шпателем или своими пальцами и передвигать его (пассивный вариант выполнения задания).*

1. Цоканье (присасывание языка).  
   Выполняется по подражанию.
2. 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 кончиком 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 сопротив­  
ляться 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, У А....

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

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

2. Имитация неречевых шумов, сопоставимых с согласными звуками (четкое, 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 Ш Ш...

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

3. Слоговые таблицы:

Таблицы составлены таким образом, чтобы автоматизируемый звук находился в разных фонетических контекстах: прямые сло­ги — твердые и мягкие; обратные слоги; слоги с разделительным мягким знаком.

**ГУБНЫЕ**

**Прямые**

МА МЯ МЬЯ ПА ПЯ ПЬЯ БА БЯ БЬЯ

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**

АМ ЯМ ЯМЬ АП ЯП ЯПЬ АБ ЯБ ЯБЬ

ОМ ЕМ ЁМЬ ОП - ЁПЬ АБ - -

УМ ЮМ ЮМЬ УП ЮП ЮПЬ УБ ЮБ ЮБЬ

ЫМ ИМ ИМЬ ЫП ИП ИПЬ ЫБ ИБ ИБЬ

Примечание: Обратные слоги со звонким согласным «Б» произносятся без оглушения. Неблагозвучные слоги пропущены.

**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 -

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 ЛУ НЮ НЬЮ

ТЫ ТИ ТЬИ ДИ ДИ ДЬИ НЫ НИ НЬИ

**Обратные**

АТ ЯТ - АД ЯД - АН ЯН -

ОТ ЁТ - ОД ЁД - ОН ЁН -

УТ ЮТ - УД ЮД - УН ЮН -

ЫТ ИТ - ЫД ИД - ЫН ИН -

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ГУБНО-ЗУБНЫЕ** | | **ШИПЯЩИЕ** | | | **ДИФТОНГИ С «Й»**  **«и»** | |
| 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 | АИ | - |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **СВИСТЯЩИЕ** | | | | | | |
| Прямые | | | | | | |
| СА | СЯ | СЬЯ | ЗА | ЗЯ | ЗЬЯ | ЦА |
| СО | СЁ | СЬЁ | 30 | ЗЁ | ЗЬЁ | ЦА |
| СУ | СЮ | СЬЮ | ЗУ | ЗЮ | ЗЬЮ | ЦУ |
| СЫ | СИ | СЬИ | ЗЫ | ЗИ | ЗЬИ | ЦЫ |
| Обратные | | | | | | |
| АС | ЯС | - | АЗ | ЯЗ | - | АЦ |
| ОС | ЕС | - | ОЗ | ЁЗ | - |  |
| УС | ЮС | - | УЗ | ЮЗ | - | УЦ |
| ЫС | ИС | - | ЫЗ | ИЗ | - | ЫЦ |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **СОНОРЫ** | | | | | |
| Прямые | | | | | |
| РА | РЯ | РЬЯ | ЛА | ЛЯ | ЛЬЯ |
| РО | РЁ | РЬЁ | ЛО | ЛЁ | ЛЬЕ |
| РУ | РЮ | РЬЮ | ЛУ | ЛЮ | ЛЬЮ |
| РЫ | РИ | РЬИ | ЛЫ | ЛИ | ЛЬИ |
| Обратные | | | | | |
| АР | ЯР | - | АЛ | ЯЛ | - |
| ОР | ЁР | - | ОЛ | ЕЛ | - |
| УР | ЮР | - | УЛ | ЮЛ | - |
| ЫР | ИР | - | ЫЛ | ИЛ | - |

*4. СЛОВА (по предметным и предикативным картинкам).*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ГУБНЫЕ** | | |
| МАМА-МАША-РОМА-КОМАР | ПАПА-ПАЛЕЦ | БАБА-БАНЯ-РЫБА |
| МЯСО-СЕМЯ-ВРЕМЯ | ПЯТКА | БЯКА |
| СКАМЬЯ | ПЬЯНИЦА |  |
| МОРЕ-МОЛОТ-МОЛОКО | ПОЛЕ-ПОРКА-ПОМОЩЬ | БОРЯ-БОЧКА-БОЛЬНО |
| МЁД | ПЁС |  |
|  | КОПЬЁ | БЬЁТ |
| МУКА-МУЗЫКА-МУРКА | ПУХ-ПУЛЯ-ПУДРА | БУЛКА-БАБУШКА-БУМАГА-БУСЫ |
| МЮСЛИ |  | БЮСТ-БЮРО |
| МЫ | ПЫЖИК-ЛАПЫ | БЫЛЬ-БЫЛИНА-ЕСЛИБЫ... |
| МИЛА-МИР | ПИЩА-ПИРАТ-ПИСЬМО | БИРКА-БИНОКЛЬ-РЯБИНА |
|  |  | ВОРОБЬИ РЫБЬИ КОСТИ |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ПЕРЕДНЕЯЗЫЧНЫЕ** | | | | | | | | | |
| ТАТА  ТАНЯ- ТАПКИ-ТАНЕЦ | | ДАНЯ-ДАША-ДАТА-ПОДАРОК-ДАЙ | | | НАДЯ-НАШИ-НАСТЯ-НИНА-  КАРТИНА-МАШИНА | | | |
| ТЯПКА-ТЁТЯ-МОТЯ-ТЯНЕТ | | ДЯДЯ-ДЯТЕЛ | | | НЯНЯ-ТАНЯ-ВАНЯ | | | |
| СТАТЬЯ-СВАТЬЯ | | СУДЬЯ-БАДЬЯ | | |  | | | |
| ТОЛЯ- ТОМА-БАТОН | | ДОМ-ДОСКИ | | | НОГИ-НОША-НОМЕР-НОРКА | | | |
| ТЕНЬ-ТЕЛО | | ДЁГОТЬ | | | НЁС-ПРИНЁС | | | |
| ПЛАТЬЕ | |  | | | ВРАНЬЁ-ВОРОНЬЁ | | | |
| ТУФЛИ-ТУМБА-ТУРОК | |  | | | НУЖНО-НУГА | | | |
| ТЮЛЬ-ТЮЛЬКА | | ДЮШЕС | | | НЮНЯ | | | |
| ТЫЛ-ТЫКВА-  РОБОТЫ-ЗАБОТЫ | |  | | | НЫТИК | | | |
| ТИХО-  БОТИНОК | | ДИНА-ДИВО-ДИСКИ | | | НИНА | | | |
| **ЗАДНЕЯЗЫЧНЫЕ** | | | | | | | | | |
| КАТЯ-КАТЕР-КАМЕНЬ | | | | ГАЛЯ-ГАММА-ГАЛЬКА-ГАЗ | | | ХА-ХАХА  ХАЛА-ХАМ | |
| КОЛЯ-КОШКА-КОСМОС | | | | ГОДЫ-ГОРОД-  ГОЛОД | | | ХОЛОД-ПОХОД-ДОХОД | |
| КУРЫ-КУДРИ | | | | ГУСИ-ГУБЫ | | |  | |
| ГУБНО-ЗУБНЫЕ | | | | ШИПЯЩИЕ | | | ДИФТОНГИ С «И» | |
| ВАНЯ-ВАСЯ-ВАРИТ-ВАФЛЯ  ВЯЖЕТ-СВЯЗКА | ФАНЯ-ФАКЕЛ-СОФА-ГРАФА-  ЛАФА | | ШАР-ШАЛЬ-  ДУША | ЖАР-  ЖАБА-ЖАЛО-КОЖА | | ЧАС-ЧАД-  ЧАДО | | ЕВА-ЕЛИ-ЕЗДИТ |
| ВОДЫ-  ВОЛЯ-ВОБЛА |  | | ШОК | ЖО | | ЧО | | ЁЛКА-ЁЖИК |
|  |  | | ШУ | ЖУ | | ЧУ | | ЮЛЯ-  ЮРИК-  ЛЮЛЬКА |
| ВЫ ВИ  ВЬИ | ФИЛИН-ФИЗИК | | ШИ | ЖИ | | ЧИ | | Я (Й+А) |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **СВИСТЯЩИЕ** | | | | |
| САЛО-САХАР-САМ-САД-КИСА-РОСА-КРАСА | ВАСЯ | ЗАМОК-ЗАЛЫ | ЦАПЛЯ-ЦАРЬ-ЦАРИЦА  ДЕВИЦА-СПИЦА |
| СО | СЁ | ЗОЯ-ЗОРИ | ЛИЦО-  КРЫЛЬЦО-КОЛЬЦО-ЦОКОТ |
| СУ | СЮ | ЗУБЫ-ЗУБРЫ | ЦУКАТ |
| СЫ | СИ |  | КОНЦЫ-ДЕВИЦЫ |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **С О Н О Р Ы — «р», «л»** | | | |
| РАМА-РАДОСТЬ-РАКИ-ССОРА | РЯБА-РЯСКА-РЯД | ЛАПЫ-  ЛАДНО-ЛАСКА | ЛЯЛЯ  ЛЯМКА |
| РОМА-РОЗЫ-  РОСТ-ДОРОГА | РЕКИ-ГРЕКИ | ЛОРА-ЛОДКА-  ЛОВИТ-ЛОМ | ЛЕС-НАЛ ЕВО-  ПОЛЕ |
| РУПОР-РУКИ-РУБЛЬ | РЮМКА | ЛУЖА-БАЛУ | ЛЮЛЬКА-ЛЮБИТ-ЛЮСЯ-  СЛЮНИ |
| РЫБА-РЫЖИК-РЫНОК | РИММА | ЛЫЖИ-  ЛЫКО | ЛИЦА-БОЛИ-  СТОЛИК |

*Примечание:*Можно' самостоятельно составить таблицы с более сложными слогами, имеющими такую же систематизацию (губ­ные, переднеязычные, заднеязычные и т. д.), например:

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| АТА | СТА | ПЛА | АГА | ГАРТ | ХАЛТА | АСТРА |
| АТО | СТО | ПЛО | АГО | ГОРТ | ХАЛТО | АСТРО |
| АТУ | СТУ | ПЛУ | АГУ | ГУРТ | ХАЛТУ | АСТРУ |
| АТЫ | СТЫ | ПЛЫ | АГЫ | - | ХАЛТЫ | АСТРЫ |

5. *ПРЕДЛОЖЕНИЯ (по сюжетным картинкам).*

Подбирается ряд картинок на слова из слоговых таблиц.