## Визель Т. Г. Логопедические упражнения на каждый день для выработки четкой речи

. –– М.: В.Секачев, 2005. – 16с.

Пояснительная записка

Предлагаемое методическое пособие 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 и пр. Оно может быть также использовано специалистами, работающими в области восстановительного обучения больных, перенесших инсульт или черепно-мозговую травму и имеющими в виде последствий нарушения произносительной стороны речи.

Пособие написано в связи с тем, что, работая практически, автор постоянно сталкивается с необходимостью давать подробные рекомендации каждому педагогу, родителю или логопеду. Конечно, пособие не может заменить живое общение специалиста с пациентами или их окружением, однако рекомендации, сопровождаемые таким «готовым» материалом, намного облегчают дело и оптимизируют прием.

Текст пособия рассчитан на пациентов разного возраста. Предполагается, что пользующийся пособием сам будет отбирать те слова и фразы, которые считает 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.*

Автор надеется, что оно будет полезно специалистам и близким родственникам, желающим помочь взрослым пациентам и 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 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.)

## 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.

## 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).

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 (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** |
| MA | 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** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| AM | ЯМ | ЯМЬ | АП | ЯП | ЯПЬ | АБ | ЯБ | ЯБЬ |
| ОМ | ЁМ | 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.

|  |
| --- |
| **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 |

|  |
| --- |
| **СОНОРЫ** |
| **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 | – |

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

|  |
| --- |
| **ГУБНЫЕ** |
| **МАМА** – **МА**ША – РО**МА**– КО**МА**Р  **МЯ**СО – СЕ**МЯ** – ВРЕ**МЯ**  СКА**МЬЯ** | **ПАПА** – **ПА**ЛЕЦ  **ПЯ**ТКА  **ПЬЯ**НИЦА | **БАБА** – **БА**НЯ – РЫ**БА**  **БЯ**КА |
| **МО**РЕ – **МО**ЛОТ –**МО**ЛОКО  **МЁ**Д | **ПО**ЛЕ – **ПО**РКА –**ПО**МОЩЬ  **ПЁ**С  КО**ПЬЁ** | **БО**РЯ – **БО**ЧКА – **БО**ЛЬНО  **БЬЁ**Т |
| **МУ**КА – **МУ**ЗЫКА –**МУ**РКА  **МЮ**СЛИ | **ПУХ** – **ПУ**ЛЯ –**ПУ**ДРА | **БУ**ЛКА – БА**БУ**ШКА –**БУ**МАГА – **БУ**СЫ  **БЮ**СТ – **БЮ**РО |
| **МЫ**  **МИ**ЛА – **МИ**Р | **ПЫ**ЖИК – ЛА**ПЫ**  **ПИ**ЩА – **ПИ**РАТ –**ПИ**СЬМО | **БЫ**ЛЬ – **БЫ**ЛИНА – ЕСЛИ**БЫ**...  **БИ**РКА – **БИ**НОКЛЬ – РЯ**БИ**НА  ВОРО**БЬИ**  РЫ**БЬИ** КОСТИ |

|  |
| --- |
| **ПЕРЕДНЕЯЗЫЧНЫЕ** |
| **TATA**  **ТА**НЯ – **ТА**ПКИ –**ТА**НЕЦ  **ТЯ**ПКА – ТЁ**ТЯ** – МО**ТЯ** – **ТЯ**НЕТ  СТА**ТЬЯ** – СВА**ТЬЯ** | **ДА**НЯ – **ДА**ША –**ДА**ТА- – ПО**ДА**РОК –**ДА**Й  **ДЯДЯ** – **ДЯ**ТЕЛ  СУ**ДЬЯ** – БА**ДЬЯ** | **НА**ДЯ – **НА**ШИ – **НА**СТЯ – НИ**НА** – КАРТИ**НА** – МАШИ**НА**  **НЯНЯ** – ТА**НЯ** – ВА**НЯ** |
| **ТО**ЛЯ – **ТО**МА – БА**ТО**Н  **ТЕ**НЬ – **ТЕ**ЛО  ПЛА**ТЬЕ** | **ДО**М – **ДО**СКИ  **ДЁ**ГОТЬ | **НО**ГИ – **НО**ША –  **НО**МЕР – **НО**РКА  **НЁ**С – ПРИ**НЁ**С  ВРА**НЬЁ** – ВОРО**НЬЁ** |
| **ТУ**ФЛИ – **ТУ**МБА –**ТУ**РОК  **ТЮ**ЛЬ – **ТЮ**ЛЬКА | **ДЮ**ШЕС | **НУ**ЖНО – **НУ**ГА  **НЮ**НЯ |
| **ТЫ**Л – **ТЫ**КВА –  РОБО**ТЫ** – ЗАБО**ТЫ**  **ТИ**ХО – БО**ТИ**НОК | **ДИ**НА – **ДИ**ВО –**ДИ**СКИ | **НЫ**ТИК  **НИ**НА |

|  |
| --- |
| **ЗАДНЕЯЗЫЧНЫЕ** |
| **КА**ТЯ – **КА**ТЕР – **КА**МЕНЬ | **ГА**ЛЯ – **ГА**ММА  **ГА**ЛЬКА – **ГА**З | **ХА – ХА – ХА**  **ХА**ЛА – **ХА**М |
| **КО**ЛЯ – **К**ОШКА – **КО**СМОС | **ГО**ДЫ – **ГО**РОД –  **ГО**ЛОД | **ХО**ЛОД – ПО**ХО**Д – ДО**ХО**Д |
| **КУ**РЫ – **КУ**ДРИ | **ГУ**СИ – **ГУ**БЫ |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ГУБНО-ЗУБНЫЕ** | **ШИПЯЩИЕ** | **ДИФТОНГИ С «Й»** |
| **ВА**НЯ – **ВА**СЯ – **ВА**РИТ –**ВА**ФЛЯ  **ВЯ**ЖЕТ – С**ВЯ**ЗКА | **ФА**НЯ – **ФА**КЕЛ – СО**ФА** – ГРА**ФА** – ЛА**ФА** | **ША**Р –**ША**ЛЬ – ДУ**ША** | **ЖА**Р –  **ЖА**БА –**ЖА**ЛО – КО**ЖА** | **ЧА**С –**ЧА**Д –**ЧА**ДО | **Е**ВА –**Е**ЛИ –**Е**ЗДИТ |
| **ВО**ДЫ – **ВО**ЛЯ – **ВО**БЛА | **ШО**К | **ЖО** | **ЧО** | **Ё**ЛКА –**Ё**ЖИК |  |
| **ШУ** | **ЖУ** | **ЧУ** | **Ю**ЛЯ –  **Ю**РИК – Л**Ю**ЛЬКА |  |  |
| **ВЫ – ВИ  – ВЬИ** | **ФИ**ЛИН – **ФИ**ЗИК | **ШИ** | **ЖИ** | **ЧИ** | **Я** (Й+А) |

|  |
| --- |
| **СВИСТЯЩИЕ** |
| **СА**ЛО – **СА**ХАР – **СА**М – **СА**Д – КИ**СА** – РО**СА** – КРА**СА** | ВА**СЯ** | **ЗА**МОК –**ЗА**ЛЫ | **ЦА**ПЛЯ – **ЦА**РЬ –**ЦА**РИЦА –  **ДЕ**ВИЦА – СПИ**ЦА** |
| **СО** | **СЁ** | **ЗО**Я –**ЗО**РИ | ЛИ**ЦО** – КРЫЛЬ**ЦО** – КОЛЬ**ЦО** – **ЦО**КОТ |
| **СУ** | **СЮ** | **ЗУ**БЫ –**ЗУ**БРЫ | **ЦУ**КАТ |
| **СЫ** | **СИ** | КОН**ЦЫ** – ДЕВИЦ**Ы** |  |

|  |
| --- |
| **СОНОРЫ –  «р», «л»** |
| **РА**МА – **РА**ДОСТЬ –**РА**КИ –  ССО**РА** | **РЯ**БА –**РЯ**СКА –**РЯ**Д | **ЛА**ПЫ – **ЛА**ДНО –**ЛА**СКА | **ЛЯЛЯ** – **ЛЯ**МКА |
| **РО**МА – **РО**ЗЫ –  **РО**СТ – ДО**РО**ГА | **РЕ**КИ – Г**РЕ**КИ | **ЛО**РА – **ЛО**ДКА  –**ЛО**ВИТ – **ЛО**М | **ЛЕ**С – НА**ЛЕ**ВО – ПО**ЛЕ** |
| **РУ**ПОР – **РУ**КИ –**РУ**БЛЬ | **РЮ**МКА | **ЛУ**ЖА – БА**ЛУ** | **ЛЮ**ЛЬКА – **ЛЮ**БИТ –**ЛЮ**СЯ – С**ЛЮ**НИ |
| **РЫ**БА – **РЫ**ЖИК –**РЫ**НОК | **РИ**ММА | **ЛЫ**ЖИ – **ЛЫ**КО | **ЛИ**ЦА – БО**ЛИ** –  СТО**ЛИ**К |

*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.