

«МОЙ ПОСЛУШНЫЙ ЯЗЫЧОК»

Подготовила:
учитель-логопед МБДОУ «Белоснежка»
Кубарькова Н.Н.

Каждая мама хочет, чтобы ее ребенок разговаривал красиво, четко и понятно. При помощи очень простых упражнений, можно помочь крохе формировать правильную артикуляцию. Что такое артикуляция? Для маленьких деток – это гримасничанье, то занятие, которое они очень любят своего рода игра. Задача родителей - направить в нужное русло гримасы ребенка в игровой форме.

Для начала начнем с массажа мышц лица.

Вы спросите: захочет ли ребенок делать массаж? Напомню, мы все делаем в игровой форме!

Итак, начали. Сначала мышцы лица необходимо расслабить.

Своими руками или ручками ребенка или показывая на себе, и приговаривая, как мы гладим щечки, лобик, подбородок малыш повторяет действия вслед за мамой.

Играем дальше:

- Растягиваем губы – улыбаемся! и чем шире улыбка, тем эффективнее упражнение. Стимулируем ребенка улыбаться как можно чаще.
- Сжимаем губы - упражнение называется «рот на замок». Ребенок повторяет за мамой такие действия: ротик открыли и резко закрыли (сжали).
- Сложить губки трубочкой, можно погудеть при этом.
- Далее упражнение, которое ребенок выполняет следом за мамой: нужно верхними зубками покусать нижнюю губку и наоборот, нижними зубками – верхнюю губку.
- Упражнения с языком особенно любят дети. Мы часто ругаем их за то, что малыши показывают язык, а оказывается наоборот – это очень полезно, но только не посторонним взрослым дядям и тетям и другим деткам, а на занятиях с мамой. Какие же это упражнения? Высовываем язык как можно сильнее, но следим, чтобы он был расслаблен. В противном случае лучше это упражнение не делать. Двигаем языком из стороны в сторону (не касаясь губ), делаем круговые движения языком, как бы облизываем губки.
- Если ребенок достаточно взрослый, можно научить воспроизводить языком звуки: щелканье, цоканье, как «лошадка»
- Очень полезно стимулировать ребенка к речи, рассказывая вместе с ним детские потешки, стишки, имитировать различные звуки.
Примером служит всем известный стишок
Мама: Гуси, гуси Ребенок: Га-га-га
М: Есть хотите? Р: Да-да-да
М: Ну летите Р: Нам нельзя (если сможет сказать)
М: Серый Р: волк
М: Под горой не пускает нас Р: домой.
- Воспроизведение звуков животных: **Му-у-у, Ме-е-е, Ко-ко-ко** и т.д.
звуков неживой природы: шуршание листьев – **ш-ш-ш**, едем машина **ж-ж** и т.д.

Вот самые простые упражнения, которые каждая мама может выполнять дома и помочь своему малышу научиться красиво разговаривать.

Конечно, ребенок не сразу начнет повторять упражнения правильно, не беда! Повторяя изо дня в день эти упражнения, все обязательно получится!

Но, бывает и так, что Вам сообщают, что у вашего ребенка короткая подъязычная уздечка. Многие родители спрашивают: «Что делать? Подрезать ее или нет?»

Подъязычная уздечка – перепонка, которая находится под языком и соединяет язык с подъязычным пространством. Как определить, достаточной ли длины подъязычная уздечка?

Действительно, у разных людей подъязычная связка (уздечка) может быть разной длины. Если ребенок может высунуть изо рта язык и при этом его кончик не раздваивается в форме двух полукруглых лепестков из-за того, что снизу его тянет подъязычная связка, если он может облизать блюдце, поцокать языком, то у него, скорее всего, не будет препятствий для постановки звуков, требующих подъема языка к небу.

У ребенка 5 лет уздечка в растянутом состоянии должна быть не менее 8 мм.

Короткая подъязычная связка (уздечка) — врожденный дефект, заключающийся в укорочении уздечки языка (подъязычной связки).

Чем это грозит?

Короткая подъязычная уздечка:

- может вызывать затруднение движений языка, т.к. не дает ему возможности высоко подниматься. В этом случае страдают так называемые «верхние звуки», т.е. нарушается произношение таких звуков, как Ш, Ж, Ч, Щ, Р, Рь.
- может приводить к смещению центра языка, его несимметричному развитию и малой подвижности, что препятствует формированию правильной артикуляционной позы некоторых звуков.
- может быть и причиной нарушения дикции.

Дикция – это ясность, разборчивость произнесения

- в некоторых случаях, может провоцировать проблемы с формированием нижней челюсти, т.е. могут отклоняться зубы и оголяться шейки зубов. Есть риск развития пародонтита и гингивита. Поэтому нужна консультация ортодонта.

Что делать?

Здесь два пути:

- Оперативное вмешательство
- Растяжение подъязычной уздечки

Даже если уздечка несколько укорочена (равна 8 мм), то лучше ее растягивать, чем оперировать. Мы, логопеды, рекомендуем не ждать. Начните растягивать уздечку уже сейчас. Существует комплекс упражнений на растягивание подъязычной уздечки. Быть может, что ваши усилия помогут избежать в дальнейшем операции по подрезанию подъязычной уздечки.

Многие упражнения можно начинать делать с самого раннего возраста. Помните! Малыш не сможет сесть с Вами перед зеркалом и выполнять упражнения по Вашей инструкции. Превратите все в игру. Тогда Ваш ребенок с пользой и с удовольствием проведет время.

Самым маленьким можно посоветовать такие упражнения:

- **«Оближи блюдце».** Предложите ребенку, как котенку вылизать блюдце. Можно тянуться языком за ложечкой
- **«Дотянись языком до подбородка»**
- **«Дотянись языком до носа»**
- **«Качели».**

Открыть рот, кончиком языка потянуться сначала к носу, а потом к подбородку, затем опять к носу, а потом снова к подбородку.

Так качаются качели.

Выше дуба, выше ели

На качелях мы взлетели.

А скажите, вы б сумели

Язычком «качать качели»?

- **«Лошадка».** Улыбнуться, открыть рот. Поцеловать кончиком языка, как цокают лошадки. Рот при этом открыт, язык должен быть широким. Следить, чтобы кончик языка не подворачивался внутрь, а нижняя челюсть оставалась неподвижной.

Едем, едем на лошадке,

По дорожке гладкой.

В гости нас звала соседка,

Кушать пудинг сладкий.

Мы приехали к обеду,

А соседки дома нету.

Можно сесть на игрушечную лошадку (если она есть в доме), а можно – к маме на колени.

Детям постарше, наряду с предыдущими, можно давать такие упражнения:

- **«Вкусное варенье».** Слегка приоткрыть рот, язык двигается по верхней губе сверху вниз, но не из стороны в сторону (как будто слизывает варенье). Нижняя челюсть должна быть неподвижна.

- **«Маляр»**

Предложите ребёнку языком, как «кисточкой», покрасить в «доме» - ротике потолок. Для этого надо открыть рот и широким кончиком языка погладить нёбо, делая движения вперед-назад (от зубов вглубь ротовой полости и обратно)

Красить комнаты пора.

Пригласили маляра.

Челюсть ниже опускаем,

Маляру мы помогаем



УПРАЖНЕНИЕ «МАЛЯР»

- **«Барабан»**

Покажите ребенку, как можно изобразить барабан, отбивая дробь с помощью языка. Для этого надо открыть рот, слегка улыбнуться и напряженным кончиком языка постучать по альвеолам (бугоркам за верхними резцами), многократно и отчетливо, на одном дыхании, произнося звуки «Д-Д-Д». Сначала стучать следует медленно, а затем увеличьте темп. Попросить ребенка повторить. Следите за тем, чтобы во время выполнения упражнения ребенок не закрывал рот. Посоревнуйтесь, чей барабан дольше стучит.



УПРАЖНЕНИЕ «БАРАБАН»

- **«Грибок»**

Широко открыть рот, прижать широкий язык всей плоскостью к небу и присосать его. Удерживать язык в таком положении 5-10с. Язык будет напоминать шапку грибка, а растянутая подъязычная связка – его тоненькую ножку. Затем, «отклеить» язык и закрыть рот.

Повторить упражнение 2-3 раза.



УПРАЖНЕНИЕ «ГРИБОК»

- **«Гармошка»**

Покажите ребенку, как можно изобразить с помощью языка гармошку. Для этого надо присосать широкий кончик языка к небу, как в упражнении «Грибок», а затем, не отклеивая язык, открыть и закрыть рот. Подъязычная связка (уздечка) будет выполнять роль гармошки, которая то растягивается на всю длину, то потом сжимается.

На гармошке я играю,

Рот пошире открываю,

К небу язычок прижму,

Ниже челюсть отведу.

Помните!

- Упражнения необходимо выполнять систематически, постепенно увеличивая время их выполнения (количество повторений каждого упражнения), только тогда будет достигнут нужный эффект.
- Чем раньше Вы начнете занятия с ребенком, тем быстрее достигнете нужного результата.
- Чем старше ребенок, тем сложнее растянуть подъязычную уздечку (целенаправленное растягивание подъязычной уздечки с применением логопедического массажа – процедура неприятная, довольно болезненная для ребенка) Растягивание наиболее успешно до 5 лет.