

ЗВУК [С]. ДЫХАТЕЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ



Чтобы «петь» любимый звук насосов, надо научиться сильно и правильно дуть.

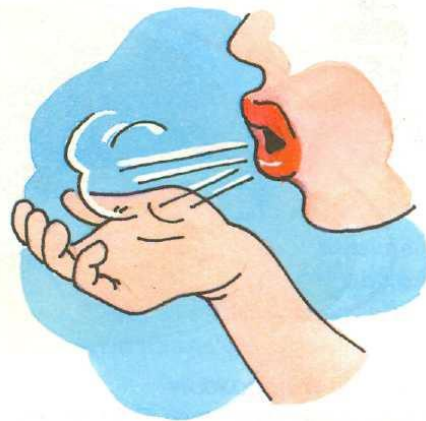
ВНИМАНИЕ!

1. Вдох надо делать через нос.
2. Следить, чтобы, выдыхая воздух, ребёнок не надувал щёки. (Если это происходит, взрослый может придерживать их пальцами.)
3. Важно, чтобы ребёнок дул с силой (а не просто выдыхал). Воздушная струя должна быть узкая, холодная. Если воздушная струя тёплая, рассеянная и слышится звук, похожий на [Х], значит, ребёнок дует неправильно.
4. Не заставляйте ребёнка дуть длительное время, иначе у него может закружиться голова.

После каждого упражнения давайте ребёнку отдохнуть.

«Чей ветерок сильнее?»

Вытяни губы трубочкой, набери воздух и с силой дуй на руку себе или маме. Выполни 3-4 раза и отдохни.



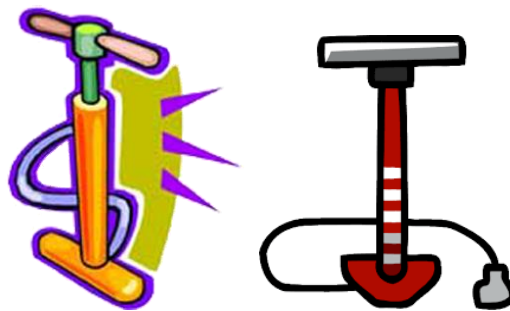
«Сдуй снежинку»

Улыбнись, немного высунь язык и положи широкий язык на нижнюю губу. Сделай вдох и, как бы произнося долгий звук [Ф-Ф-Ф], сдуй «снежинку» (ватный комочек) с ладони. Повтори несколько раз, постепенно отводя ладонь со «снежинкой» на все большее расстояние. (Если у ребёнка не получается сделать язык широким, выполни предварительно упражнение «Месим тесто».)

Найди все снежинки, похожие на снежинку в центре.

Е.М. Косинова, 2005 © Иллюстрации. Ю. Р. Гуров, 2005 © Макет. «ОЛИСС», 2005

ЗВУК [С]



Жили-были насосы. Больше всего на свете они любили накачивать шины у велосипеда. Когда насосы работали, они «пели» свою любимую песню — звук [С]: С-С-С. Но у одного насоса эта песенка никак не получалась. Тогда папа-насос сказал: «Если хочешь научиться правильно произносить звук [С], ты должен каждый день тренировать свои ушки и язычок».

А ты хочешь научиться петь, как насосы? Тогда играй вместе с ними!

«Ловишки»

Я буду называть разные звуки, но если среди них услышишь звук [С], ты должен «поймать» его, хлопнув в ладоши. (Взрослый называет звуки и слоги сначала медленно, утрированно, затем все быстрее. Упражнение можно выполнять 4-5 раз, постепенно увеличивая скорость.)

1. мм-ррр-ссс-т-с-п-ф-ш-ф-с.
2. мма-рра-та-сса-фо-со-ту-пу-кы-су.

«Подарки»

Насосы любят получать подарки, в названии которых есть звук [С]. Что ты подаришь насосам? (Выбери подарки среди маленьких картинок.)



Чтобы правильно петь песенку насосов — звук[С], ты должен каждый день выполнять **весёлую гимнастику для язычка и губ.**

Правильная артикуляция звуков «С», «З»:

- зубы в улыбке
- губы сближены
- кончик языка упирается в нижние зубы
- воздушная струя холодная, направлена посередине языка
- звук «С» произносится без голоса – глухой
- звук «З» произносится с голосом – звонкий

Правила выполнения упражнений

Упражнение на звук С, З выполняют двое – ребенок и взрослый. Взрослый показывает, ребенок повторяет. Это позволяет избегать ошибок и экономить время на долгих объяснениях.

Для работы требуется зеркало, достаточно большое, чтобы в нем помещались двое. Малыш с его помощью получает возможность контролировать свои движения визуально.

Рекомендуется не есть перед занятиями хотя бы 1 час, но и не заниматься натощак. Лучше всего выполнять упражнения на открытом воздухе, если такой возможности нет, то следует обеспечить максимальный доступ света и воздуха в помещение.

Заниматься следует ежедневно, 15–20 минут в день.

Выполнять упражнения должно быть тяжело, следите за этим. Артикуляционная гимнастика на звук С – это не кривляние перед зеркалом, ребенок должен нагружать мышцы и уставать, иначе результата от занятий не будет.

Выполнять упражнения следует медленно, вдумчиво. Если вы артикулируете звук А, рот следует открывать во всю ширину, сколько позволят челюсти. Если показываете зубы, углы губ разводятся так широко, как возможно, и т. д. Напряжение при выполнении важнее, чем скорость.

Упражнения для звуков «С», «З»:

«Заборчик»

Растянуть губы в улыбке, обнажив верхние и нижние зубы, которые стоят друг на друге, как заборчик. Про себя говорить «И». Удерживать так под счет от 5 до 10.

«Трубочка»

Сомкнуть зубы, сделав «Заборчик». Округлить губы и вытянуть вперед, как при произнесении звука «О». Удерживать под счет от 1 до 10. Расслабить губы и повторить упражнение несколько раз.

Чередовать «Заборчик» - «Трубочка».

«Открыть – закрыть заборчик»

Улыбнуться, сделать «Заборчик». Открыть рот, язык лежит внизу «на полу»,

кончик языка упирается в нижние зубы. Закрывать рот. Повторить упражнение 5 – 10 раз.

«Накажем непослушный язычок»

Немного приоткрыть рот, спокойно положить язык на нижнюю губу и, пошлепывая его губами, произносить звуки: «пя-пя-пя», а потом покусать зубами: «тя-тя-тя».

«Блинчик»

Улыбнуться, широкий язык лежит неподвижно, не дрожит на нижней губе, касаясь углов рта, верхние зубы видны. Удерживать под счет от 10 до 15 секунд.

«Остудим блинчик»

Улыбнуться, сделав блинчик, подуть, произнося длительно звук «Ф», щеки не надувать.

«Почистим нижние зубки»

Сделать улыбку, приоткрыть рот, двигать кончиком языка за нижними зубами влево - вправо, нижняя челюсть не двигается (зубы можно чистить и снаружи и внутри).

«Горка»

Рот приоткрыть, кончик языка упереть в нижние зубки, спинку языка приподнять, боковые края прижать к верхним коренным зубам. Удержать 15 секунд. Покусать спинку языка, затем скатиться зубами по языку вниз (прокатиться с горки).

«Волшебная палочка»

Улыбнуться, открыть рот и напряженным кончиком языка упереться в нижние зубы. Вдоль, по середине языка, положить палочку (счетную или спичку) и, сомкнув зубы с силой равномерно выдувать воздух. Должен слышаться длительный звук «С». Повторять упражнение с палочкой и без нее.

Недостатки произношения свистящих (и шипящих) звуков называются сигматизмом.

Различают следующие виды сигматизма:

Межзубный сигматизм — при произношении звуков С и З кончик языка просовывается между передними зубами, придавая этим звукам оттенок шепелявости.

Призубный сигматизм — кончик языка упирается в зубы, преграждая свободный выход воздуха через межзубную щель, так что вместо с, з слышится притупленный звук.

Шипящий сигматизм — кончик языка упирается в нижние десны или несколько оттянут от них, а спинка языка выгнута горбом к нёбу — слышится отчетливый, мягкий, шипящий звук, подобный звуку шь (шябака — собака).

Губно-зубной сигматизм — нижняя губа подтягивается к верхним резцам. Струя воздуха рассеивается по всей плоскости спинки языка, раздувая щеки, отчего дефект получил дополнительное название: «щёчный сигматизм».

Боковой (латеральный) сигматизм встречается в двух формах:

1) Голосовыдыхательная струя проходит через один или оба прохода между боковыми зубами и краями языка, кончик языка поднят кверху.

2) Спинка языка горбом плотно прикасается к нёбу, а выдыхательный ток проходит по одной или обеим сторонам рта у коренных зубов. В обоих случаях слышится неприятный звук типа льхь. Выход воздуха по одной стороне рта иногда зависит от спадания мягкого нёба с другой стороны.

В некоторых случаях бокового сигматизма не исключены параличи и парезы одной стороны языка, что требует тщательного обследования данного дефекта с участием врача-невропатолога.

Носовой сигматизм выражается в том, что при произнесении с и з корень языка поднимается к опущенному мягкому нёбу, которое открывает проход в носовую полость; получается какой-то храпящий, хрюкающий звук с гнусавым оттенком последующих гласных.

Смягчение твердого звука С, при котором слоги са, со, су произносятся как ся, сё, сю (сябака — собака, нось — нос), обусловлено чрезмерным подъемом спинки языка.

Замена звуков С и СЬ любым другим звуком (ш, ч, т, х и др.) называется **парасигматизмом**.

ПРИЕМЫ ПОСТАНОВКИ СВИСТЯЩИХ ПРИ РАЗНЫХ ВИДАХ СИГМАТИЗМА:

При межзубном и призубном сигматизме необходимо убрать кончик языка за нижние резцы, для чего можно прибегнуть к механической помощи: специальным зондом или концом шпателя легко нажать на кончик распластанного (а не комообразного!) языка, опустив его за нижние зубы. Механически придерживая язык в таком положении, предложить ребенку произнести изолированно звук С несколько раз (сделать насос): с... с... с..., затем «попробовать» в слогах: са-са-са. Надо помнить, что межзубные сигматизмы часто требуют длительной логопедической работы, упорно держатся в свободной речи, даже если звуки С, З, Ц закреплены и частично автоматизированы. При отсутствии контроля часто наблюдаются рецидивы.

При шипящем сигматизме важно отучить логопата от привычки оттягивать язык при произношении свистящих в глубь рта. С этой целью рекомендуем временно перевести ребенка на межзубное произношение звука С в слогах, словах и даже некоторых фразах. Когда язык укрепитя в этом положении, перевести кончик языка за нижние резцы, что происходит обычно автоматически.

При боковом сигматизме ставить звук С целесообразно в три приема:

- а) межгубное дутье, язык широкий, края языка достают до уголков губ;
- б) межгубное дутье заменяется на межзубное;
- в) затем кончик языка постепенно переводится за нижние резцы при условии, если ребенок умеет укладывать широкий язык за нижние зубы, что можно достичь с помощью зонда или шпателя.

При смягченном произношении твердого С (сябака, суп, сёк) целесообразно провести предварительную дифференциацию мягких и твердых согласных в правильно произносимых слогах: мы-ми, ва-вя, ну-ню и т.п. Можно временно перевести ребенка на межзубное произношение свистящих с целью ослабления напряженности спинки языка.

При исправлении носового сигматизма необходима предварительная работа над организацией правильного выдоха через середину ротовой полости. Упражнения проводятся сначала в межгубном положении с тем, чтобы выдыхаемая струя ощущалась на кончике языка. Затем язык переводится в межзубное положение. Закрепление навыка дутья на кончик языка, просунутого между передними зубами, рекомендуется производить параллельно с общей тренировкой ротового выдоха: задувание свечи, поддувание кусочков ваты, бумажек и т.п. Зажим крыльев носа для предотвращения утечки воздуха через нос — не эффективен.

Исправление губно-зубного (щечного) сигматизма включает два момента:

- а) обнажение резцов, для чего необходимо раздвинуть губы («до ушей»!);
- б) удержание (можно с механической помощью) нижней губы, чтобы она не подтягивалась к верхним резцам.

Чтобы струя воздуха не уходила в щеки, рекомендуем сначала отработать ротовой выдох.

Для всех видов сигматизма можно рекомендовать универсальный прием постановки С в два приема и вместо зондов использовать указательный палец ребенка (не забудьте предварительно хорошо вымыть руки и подстричь ногти ребенку).

Ребенка учат укладывать первую фалангу указательного пальчика на широкий язык, лежащий за нижними зубами. Пальчик прикусывается резцами: «кладем свисток в рот». Ротик улыбается до ушей, передние зубы хорошо видны до клыков. Края языка (передней его части) показываются с двух сторон прикушенного языка и достают до углов рта. Как только ребенок научится ловко укладывать «свисток» в рот, ему предлагается подуть в «свисток», не вынимая пальца, не изменяя положения губ, языка и зубов. Полученный звук С закрепляется сначала в обратных слогах таким образом: после произнесения гласного ребенок кладет пальчик-«свисток» и добавляет звук С. С механической помощью звук С закрепляется в слогах а-с, о-с, у-с, э-с, а затем в словах, заканчивающихся на С (лес, нос, пёс и т.п.). Отрабатываются с пальчиком и прямые слоги. Необходимость в механической помощи отпадает, как только рефлекторно вырабатывается правильный артикуляционный уклад и выдох.

Нормальная установка органов артикуляции при произнесении звука «С» и "з".

- Кончик языка упирается в нижние передние зубы;
- Губы в положении «улыбки», и не закрывают зубов;
- Зубы в положении «заборчика»;
- Воздух выдувается с силой посередине языка;
- На ладони, поднесённой ко рту, ощущается резкая холодная струя.
- Голосовой моторчик не работает. (При произношении звука "з" - работает).

Нормальная установка органов артикуляции при произношении звука "Ц":

- Кончик языка упирается в передние нижние зубы, язык приподнят и выгнут.
- Передняя часть спинки языка смыкается с небом.
- Язык широко распластан, боковые края напряжены. В момент выдоха передняя часть спинки мгновенно размыкается с небом. Кончик языка слегка отдергивается от нижних зубов.
- Губы растянуты в улыбке.
- Зубы при произнесении звука сомкнуты или сближены. При произнесении гласного звука в прямых слогах зубы размыкаются. В момент размыкания языка с небом воздух выдыхается толчком.
- Звук Ц - согласный, твердый, глухой.

Подготовительные упражнения для звуков «С», «З»

Упражнения для развития напора воздуха. 1) Набрав в лёгкие воздух, с силой дуть (а не просто выдыхать) его через вытянутые вперёд «трубочкой» губы. Контроль ладонью руки, бумажкой или ваткой: ощущается резко бьющая холодная струя, бумажка или ватка отклоняется в сторону. Повторять упражнение.

2) Высунуть язык, чтобы он лежал на нижней губе. Вдоль языка до его середины положить круглую тонкую палочку (спичку) и надавить для образования канавки. Губы округлить, но не напрягать. Зубы разомкнуты. Вдохнув, с силой выдувать воздух, раздувая щёки. Контроль ладонью руки, бумажкой или ваткой. Повторять упражнение.

3) Прodelать предыдущее упражнение без использования палочки.

Упражнение для губ. Растянуть губы в улыбку до предела и удержать их в напряжённом положении некоторое время. Зубы сомкнуты. Повторять упражнение.

Упражнение. Произнесение длительного звука «С».

1) Открыть рот. Распластать язык и напряжённым кончиком упереться в нижние зубы. Вдоль языка на его кончик положить круглую тонкую палочку (или спичку) так, чтобы она прижимала только переднюю часть языка. Губы растянуты в улыбку. Сомкнуть зубы, насколько позволяет палочка. С силой равномерно

выдуть воздух, контролируя ладонью руки, бумажкой или ваткой. Слышится длительный звук «С – С – С». Повторять упражнение.

Примечание. Если палочка лежит не посередине языка или напор воздуха недостаточен, звук «С» получается неясным, не свистящим.

2) Прodelать это же упражнение с медленным выниманием палочки изо рта к

ПОСТАНОВКА И ЗАКРЕПЛЕНИЕ ЗВУКА [С]



зубам и наружу.

3) Прodelать несколько раз упражнение без использования палочки.

Чтобы правильно научиться петь песенку насосов [С-С]:

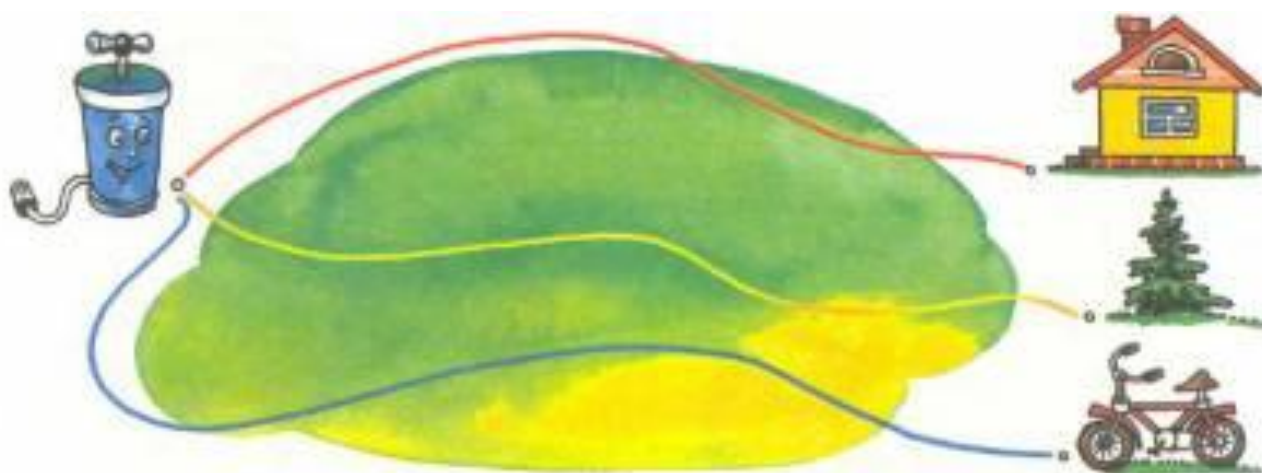
1. Надо улыбнуться и всё время удерживать губы в улыбке;
2. Прижать кончик языка за нижними зубами; спинка выгнута;
3. Зубки сблизить, но не смыкать;
4. Тихонько подуть: С-С-С. Воздушная струя должна быть «холодная».

ВНИМАНИЕ!

Звук [С] вызывает трудности при постановке, поэтому если после предварительной работы (выполнения артикуляционных и дыхательных упражнений) этот звук не получается, обратитесь к логопеду.

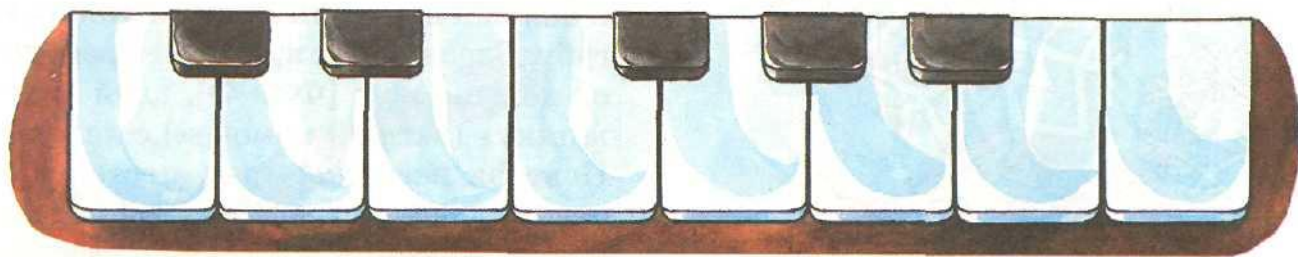
Когда ребёнок научился правильно произносить изолированный звук [С], его надо закрепить.

«Цветные дорожки»



«Иди» вместе с насосом поочередно по каждой дорожке (веди пальчиком) и пой: С-С-С... Старайся петь без остановок, а для этого сделай посильнее вдох и на выдохе энергично произноси: С-С.

«Пианино»



Насос любит нажимать на клавиши и «петь» звук [С].

1. Нажимай поочередно пальчиком на каждую клавишу и произноси по одному звуку [С].
(Отрывисто и энергично.)

2. Произноси два звука [С], когда нажимаешь каждую клавишу.

Е.М. Косинова, 2005 © Иллюстрации. Ю. Р. Гуров, 2005 © Макет. «ОЛИСС», 2005

Предлагаю еще один вариант постановки звука [С] от
Е.М.Косиновой

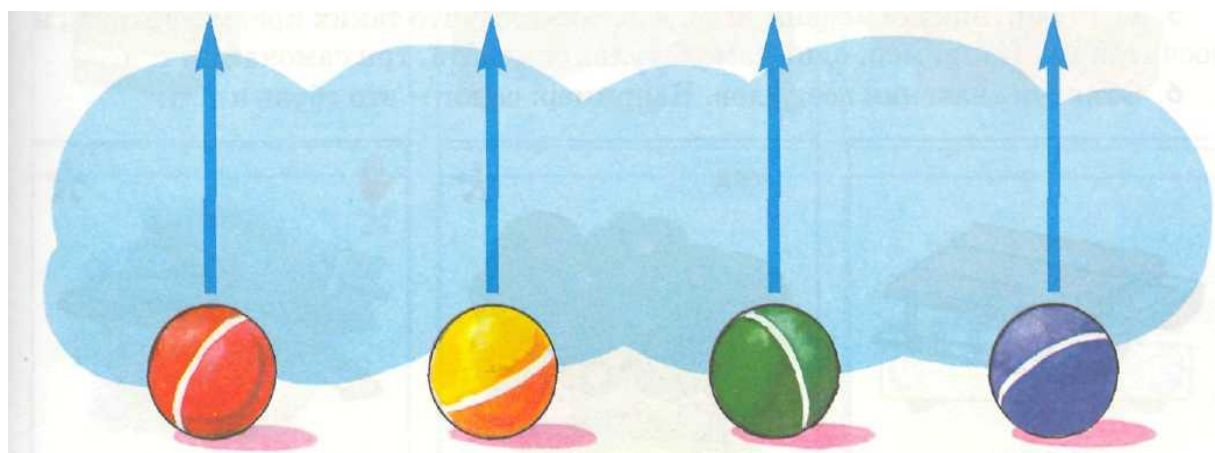
ЗАКРЕПЛЕНИЕ ЗВУКА [С] В СЛОГАХ



«Мячики»

Подбрасывай мячики (веди пальчиком по стрелке) и каждый раз произноси по одному слогу: АС—АС—АС и т.д.

Теперь «подбрасывай» и произноси: ИС —ИС —ИС и т. д. (Точно так же прорабатываются слоги ОС и УС, только следите, чтобы на звук [С] губы широко раздвигались в улыбке.) Это упражнение (как и упражнение «Лесенка») можно выполнять 2-3-4 раза, постепенно увеличивая скорость.



«Лесенка»

Поднимайся по лесенке «за мороженым» и спускайся, и на каждой ступеньке чётко проговаривай слог СА. Теперь иди за конфетой и произноси слог СЫ. (Аналогично прорабатываются слоги СУ и СО). Очень важно помнить: на [С] — губы в улыбке, на [О], [У] — губы округляются и вытягиваются.

