**МАРИАННА ЛЫНСКАЯ**

**СЕНСОРНО-ИНТЕГРАТИВНАЯ**

**АРТИКУЛЯЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА**

**Комплексы упражнений**

**для преодоления артикуляционной апраксии**

**у детей**

Москва

ПАРАДИГМА

2016

УДК 376.1

ББК 74.3

Л88

**Лынская М.И.**

Л88 Сенсорно-интегративная артикуляционная гимнастика:

Комплексы упражнений для преодоления артикуляционной апраксии у детей дошкольного возраста / М.И. Лынская. — М.: ПАРАДИГМА, 2016. - 28 с.

ISBN 978-5-4214-0040-0

 Методическое пособие включает в себя обоснование и описание авторского метода сенсорно-интегративной артикуляционной гимнастики. Тематическое планирование позволяет включать комплексы в групповые и индивидуальные занятия в дошкольных учреждениях. Упражнения, представленные в книге, направлены на развитие произвольных движений артикуляционного аппарата, речевого дыхания в игровой форме, без использования зеркала (что особенно важно для детей с аутизмом), с опорой на базовые виды чувствительности. Пособие может использоваться родителями и логопедами, работающими с детьми, имеющими алалию, разные формы детского церебрального паралича и нарушения поведения.

**УДК 376.1**

 **ББК 743**

ISBN 978-5-4214-0040-0 © Лынская М.И., 2015

 © ПАРАДИГМА, 2015

© Оформление. ПАРАДИГМА,2015

**СОДЕРЖАНИИЕ**

Введение 4

Организация проведения занятий 5

Комплекс упражнений № 1 «Морская прогулка» 11

Комплекс упражнений № 2 «Овощи и фрукты» 12

Комплекс упражнений № 3 «Техномир» 13

Комплекс упражнений № 4 «Сказочный мир» 14

Комплекс упражнений № 5 «Ароматный мир» 15

Комплекс упражнений № 6 «Что из чего?» 16

Комплекс упражнений № 7 «Путешествие в лес» 17

Комплекс упражнений № 8 «Поездка в деревню» 18

Комплекс упражнений № 9 «Поварское дело» 19

Комплекс упражнений № 10 «Лечебное дело» 20

Комплекс упражнений № 11 «Комната страха» 21

Комплекс упражнений № 12 «Домашний очаг» 22

Комплекс упражнений № 13 «Цветные сны» 23

Комплекс упражнений № 14 «Вспоминая традиции» 24

Комплекс упражнений № 15 «Феи и пираты» 25

Комплекс упражнений № 16 «Среда обитания» 26

**ВВЕДЕНИЕ**

Артикуляционная гимнастика является необходимой составляющей любого логопедического занятия. В работе с детьми, имеющими нарушения звукопроизношения, она решает задачи формирования артикуляционных укладов звуков речи, развития мышечной силы органов артикуляции и др. Для детей с алалией с помощью артикуляционных упражнений решаются задачи по преодолению апраксии: ребенок обучается произвольным движениям органов артикуляции, что положительно влияет на способность к отраженному и сопряженному повторению первых слов; становлению слогового ритма и пр. Зачастую детям младшего дошкольного возраста не интересны предлагаемые в литературе традиционные артикуляционные упражнения. Многие из них предназначены для детей более старшего возраста и используются на подготовительном этапе в работе по коррекции звукопроизношения. Мы предлагаем систему упражнений, направленных в первую очередь на преодоление апраксии. В зависимости от первоначальных возможностей детей, поначалу упражнения могут выполняться взрослыми перед детьми, затем детьми пассивно (с помощью взрослых), постепенно переходя к самостоятельному выполнению.

В пособии предлагаются комплексы игровых артикуляционных упражнений, представленных на основе тематического планирования с использованием продуманной системы визуализации, сенсорной интеграции, куклотерапии и сказкотерапии.

**ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИИ**

Описанные комплексы могут использоваться как часть индивидуальных или групповых занятий, или же являться самостоятельными занятиями, т.к. при неоднократном повторении каждого упражнения на один комплекс уходит до 30 минут. Простота и отсутствие специализации позволяет использовать данные комплексы как с детьми без речевых нарушений с целью развития артикуляционных возможностей для подготовки к школе, улучшения дикции, так и с детьми, имеющими нарушения эмоционально-волевой сферы, интеллекта и пр. В этих случаях, целью занятий с использованием данных комплексов будет общее улучшение речевых возможностей, подготовка к овладению навыками письма и чтения.

Поскольку автор пособия выступает адептом теории сенсорной интеграции, необходимым звеном каждого комплекса является «сенсорный поднос» — авторский игровой материал, использование которого позволяет:

— развивать разные виды восприятия детей, поскольку игры на подносе являются активными: детям разрешается изучать материал, пересыпая его, нюхая и пробуя на вкус; кроме того, сенсорный поднос становится игровым ландшафтом во время проведения сказкотерапевтического массажа;

— ритмизировать деятельность детей: ведь регулярное появление сенсорного подноса визуализирует для ребенка начало занятий, помогает настроиться на занятие (особенно важна подобная визуализация для детей, не понимающих речь);

— развить чувство эстетики и художественный вкус;

— обеспечить интерактивное взаимодействие с игровым материалом и коммуникацию между участниками занятия.

Сенсорный поднос представляет собой красивый поднос (желательно плетеный, деревянный или любой другой, сделанный из экологичных, фактурных материалов), на котором рядами, дорожками, участками укладываются сенсорные материалы, имеющие обонятельные, вкусовые и тактильные свойства. Материалы подбираются в соответствии с тематикой комплекса. Пример одного из таких подносов представлен на обложке книги.

Перед началом каждого занятия ребенок должен получить «питание» в рамках индивидуальной «сенсорной диеты»

(сенсорная диета – сбалансированная деятельность, способствующая получению ребенком разнообразных сенсорных стимулов н развитию адаптивных ответов нервной системы на сенсорные стимулы). Эти мероприятия могут включать в себя:

—- прием одного стакана воды, либо жидкости, связанной с темой комплекса упражнений (фруктового сока, ароматного чая и т.п.), в т.ч. с использованием бутылочки с соской;

— жевание кураги, мармелада, фруктовых батончиков и пр.;

— висение на руках или принятие положения вверх ногами;

— массаж языка и щек, чистка зубов с помощью виброщетки;

— «тактильный ввод», выполняемый родителями, тьютором и пр. в виде поглаживания/растирания рук, спины, щек, головы разнообразными мочалками, массажерами, кистями для макияжа и пр.

Ввод обонятельной информации осуществляется посредством ароматизации помещения с помощью подобранных индивидуально эфирных масел.

Предлагаемые комплексы взрослый может демонстрировать детям от лица перчаточный куклы (герой выбирается в соответствии с тематикой комплекса), создавая дополнительную мотивацию к занятиям.

Для детей, начиная с 4 лет, каждое упражнение необходимо выполнять более 3 раз, лучше используя дополнительную визуализацию в виде песочных часов, игрового кубика (например, «сделаем столько раз, сколько точек покажет кубик» или «будем выполнять, пока сыпется песок»). Также игровыми приемами для обеспечения нужного количества повторений упражнений могут стать:

— найти деревянные и т.п. цифры в сенсорных коробках (контейнерах с различными наполнителями). Найденная цифра означает количество повторений;

— повторить упражнение нужное количество раз, соответствующее цифре, написанной на ракушке, камне, яблоке и др. природном материале, находящемся в непрозрачно мешочке. Задача ребенка — достать предмет, узнать и выполнить упражнение;

— выловить шарик для настольного тенниса с помощью столовой ложки из воды, на шарике предварительно перманентным маркером написана цифра, обозначающая количество повторений;

* использовать «пальцеход»: нажимать пальцем на пуговицу в ряду нашитых на лоскуток ткани; ракушку, наклеенную на картон и т.п.: выполнять упражнение столько раз, сколько элементов в «пальцеходе».

Для улучшения показателей выполнения заданий, развития мотивации, навыков коммуникации у детей, эмоционально окрашенных речевых интенций используется визуализированная система поощрений и порицания. По результатам каждого занятия педагог показывает ребенку карточку определенного цвета:

— зеленую (в случае, если ребенок старался, не мешал проведению занятия, выполнил почти все упражнения);

— желтую (ребенок отказывался от выполнения заданий, мешал педагогу, но не на протяжении всего занятия, а иногда);

— красную (ребенок вел себя агрессивно: ругался, кусался, дрался, отбирал материал и пр.; отказался от выполнения упражнений, мешал педагогу) карточку.

Получение зеленой карточки также означает получение конфеты/любого другого лакомства. Получение желтой — половина лакомства, невозможность сделать его выбор, а предложение жестко регламентированного вида. Получение красной — отсутствие лакомства. Со временем взрослому станет легче регулировать поведение ребенка во время занятия за счет озвучивания: «Я злюсь, потому что мне мешает твой громкий голос. У тебя будет красная карточка» или «Посмотрите, как старается Таня, у нее будет зеленая карточка» .

Каждое занятие начинается и заканчивается коммуникационной потешкой/фольклорной игрой для создания общего настроя, привлечения внимания, сосредоточения на занятии и ритмизации деятельности. Например, детям предлагается выбрать из корзины мячик, покатать его в руках и по частям тела, приговаривая: «По кругу, по кругу наш мячик бежит. По кругу, по кругу бежит и спешит: на длинную руку спешит закатиться, на шею перекатиться...».

До начала занятия родителем или логопедом проводится классический массаж лицевой и артикуляционной мускулатуры. Последовательность движений снизу вверх — от шеи ко лбу. Направление движений: от центра к периферии по ходу мышцы, по месту прикрепления мышц. Если логопедом определена необходимость расслабления мышц, то движения должны быть глубокими и медленными; если необходимо тонизирование мышц – быстрые и поверхностные. Выполняются следующие движения: поглаживание, разминание, перетирание, растягивание, вибрация, надавливание, поколачивание, пощипывание. Массаж всегда завершается Улаживанием. Язык массируется в основном продольными движениями от корня к кончику языка, по середине и с боков. Кончик языка массируется отдельно, ему уделяется наибольшее внимание, массируется круговыми движениями по часовой стрелке. Губы массируются в направлении от центра к углам. Традиционные схемы логопедического массажа описаны во многих методических пособиях, мы не ставили перед собой цель освещать их в этом издании.

Также рекомендуем сочетать проведение артикуляционной гимнастики с «прищепочным массажем» (ДедюхинаГ.В. Яньшина Т.А., Могучая Л.Д.). Механическое сдавливание подушечек пальцев с использованием разноцветных прищепок направлено на активизацию незрелых клеток головного мозга. Продолжительность процедуры: от 3 до 10 минут, по следующей схеме: 1-3 дни — большой палец; 4-6 дни — большой и указательный пальцы; 7-9 дни — большой, указательный и средний пальцы. Затем нагрузки снижаются до минимальных по этой же схеме. Для массажа используются прищепки разных цветов и форм.

По окончанию комплекса активных упражнений проводится игровой массаж и рассказывается сказка (вариативно: с использованием игровых фигурок и сенсорного подноса в качестве игрового ландшафта). Игровой массаж — это разнообразные движения в соответствии с текстом. Например, нажимание кулаками по спине ребенка — «слон идет», волнообразные движения — «море волнуется» и пр. Подобные массажи можно найти у Е. Железновой или в книге М. Серебряковой «Игровые массажики и весёлые раскраски». Эти массажики способствуют развитию воображения, игрового взаимодействия со взрослым, тактильного и проприорецептивного восприятия и, конечно, речи.

Важным принципом проведения артикуляционной гимнастики является опора на «базовые» виды чувствительности, а не на зрительный анализатор (упражнения перед зеркалом), как в традиционной системе. Основываясь на принципах сенсорной интеграции, артикуляционные упражнения мы рекомендуем проводить:

* сидя на большом мяче (фитболе);
* сидя на балансировочной табуретке с одной ножкой, стоя на балансировочном диске;
* Динамические артикуляционные упражнения выполнять на качелях.

3а счет подключения обоняния, вкуса, тактильной и вестибулярной чувствительности мы обеспечиваем дополнительную обратную связь. При этом, если ребенок может осуществлять дополнительный контроль с помощью зеркала, это стоит сделать. Однако работа с зеркалом не возможна для детей с аутичным спектром, с такими детьми использование сенсорно-интегративной гимнастики порой становится единственно возможным способом для проведения упражнений.

Таким образом, развитие сенсорной интеграции во время занятий обеспечивается:

— упражнениями из «сенсорной диеты»;

— игровым взаимодействием с сенсорными подносами;

— проведением игровых массажиков;

— использованием материалов, имеющих обонятельные и вкусовые свойства (продуктов питания, специй). Использование специй в качестве материалов способствует более длительному сохранению проприорецептивных ощущений, возникающих во время упражнений.

В качестве завершающего занятие игрового упражнения можно использовать тематические свечи для задувания.

Таким образом, выполняя упражнения из предложенных комплексов, решаются следующие задачи:

— активизируется небно-глоточное смыкание, что способствует устранению гиперназализации;

— растягивается подъязычная складка («уздечка») языка, позволяя выполнять артикуляционные движения с большей амплитудой;

— дифференцируется носовой и ротовой выдохи, что положительно влияет на длину и силу фонационного выдоха;

— улучшаются показатели координации, точности, темпо-ритмические характеристики артикуляционных движений, что способствует улучшению четкости произношения;

* повышается качество обратной связи от артикуляционных органов, что способствует преодолению апраксии.

Весь материал для проведения занятий индивидуален, перед началом занятия проходит санитарно-гигиеническую обработку с помощью специализированных средств для обработки логопедических зондов, а также в стерилизационном оборудовании.

Обращаем внимание, что предлагаемые комплексы упражнений не заменяют традиционные, необходимые на подготовительном этапе перед постановкой нарушенных звуков. Работа по постановке звуков должна включать в себя традиционные комплексы, содержание которых зависит от конкретного звука, описанные в других методических пособиях.

**Комплекс упражнений № 1**

**«Морская прогулка»**

Во время занятия целесообразно включение аудиозаписи с моря, а в качестве поощрения можно использовать шоколадные конфеты в виде морских обитателей или ракушек.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Актуализируемый образ/Дополнительная задача** | **Действие** | **Необходимые****материалы** |
| Удержание русалки за хвост | Губами удержать веточку укропа | Ветки укропа в малень­кой вазочке |
| Моллюски, выполза­ющие из ракушек | Облизывание крупных раку­шек с разной поверхностью | Морские раковины |
| Тризубец Тритона | Покалывание языка вилкой | Одноразовые вилочки по количеству детей |
| Проверяем надеж­ность спасательных кругов | Жевать прорезыватели и трейнеры | Трейнеры чуви-табс, ре­зиновые груши, ложки- прорезыватели и пр. |
| Поднятие на волнах морской пены | Выталкивание марлевой сал­фетки языком из-за щеки | Марлевые салфетки |
| Обстрел пиратского корабля | Оплевывание с губ и/или кончика языка горошин ду­шистого перца | Душистый перец горош­ком |
| Открытие бутылки с посланием | Выплевывание бутылочной пробки, зажатой между гу­бами | Пробки по количеству детей |
| Качание корабля по волнам | Поднятие языком бусины по нитке | Бусины на вощеных или замшевых шнурах |
| Морская вода | Глотание капелек соленой воды из пипетки на корень языка | Пузырьки с соленой во­дой и пипетки |
| Подзорная труба | Поочередное закрывание глаз |  |
| Раздуваем паруса у кораблей | Дуть на белые бумажные салфетки | Бумажные салфетки по количеству детей |
| Разгонять тучи над морем | Сдувать голубые ватки с ла­доней, не надувая щеки | Голубые ватные шарики |
| Встреча двух кора­блей | Дутье в губную гармошку: вдох и выдох на одной ноте, не отрывая рот от поверх­ности гармошки для обеспе­чения массажа голосовых складок | Губные гармошки |

**Комплекс упражнений №2**

**«Овощи и фрукты»**

Перед проведением занятия помещение ароматизируется цитрусовым аромомаслом. На сенсорном подносе целесообразно размещать фрукты и овощи, нужные для актуализации образов.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Актуализируемый образ/Дополнительная задача** | **Действие** | **Необходимые****материалы** |
| Худая морковка | Вытягивание щек | Молодая морковь с батвой |
| Толстое яблоко | Надувание щек | Зеленое яблоко |
| Кислый лимон | Наморщивание лба, затем облизывание кружка лимона по кругу (взрослый помогает ребенку удерживать голову не подвижно, в упражнении участвует только язычная мышца) | Лимон целый и нарезанный кружками |
| Сладкий апельсин | Улыбка губами, не обнажая зубы, затем облизывание кружка апельсина по кругу | Апельсин целый и нарезанный кружками |
| Введение в словарь относительных прилагательных | Облизывание ложки с разным вареньем по кругу | Разное варенье в розетках; чайные ложки |
| Фруктовый шарик | Перекатывание кумквата (крупной виноградины) во рту от щеки к щеке***Здесь и далее: если ребенок не может самостоятельно перекатывать что-либо внутри рта, взрослый переводит материал пассивно*** | Кумкват (крупная виноградина) |
| Ягодные шляпки | Отрывание губами листьев у ягод клубники | Ягоды клубники |
| Введение в словарь перцептивных прилагательных: гладкий и колючий | Массаж щек и губ с использованием колючего личи и гладкого кумквата | Личи и кумкват |
| Введение в словарь относительны прилагательных | Глотание фруктового сока, который взрослый капает из пипетки на корень языка | Пузырьки с фруктовым соком и пипетка |
| Превращение винограда:«Жил-был виноград. Пригрело его солнышко, он и превратился в изюм | Перекатывание виноградины внутри рта от щеки к щеке — Удержание улыбки — Сплевывание с губ/кончика языка изюма | Горсть изюма и несколько ягод винограда в цвет изюма |
| Превращение банана:«Жил-был банан, пригрело его солнышко, он и высох» | Проведение языком по банану, находящемуся перед лицом ребенка в вертикальном положении вверх-вниз. — Удержание улыбки. — Пережевывание сушеного банана.  | Банан без кожуры Сушеный |
| Кокосовый снег | Сдувание кокосовой стружки, не надувая щеки | Кокосовая стружка |

**Комплекс упражнений № 3
«Техномир»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Актуализируемый образ/Дополнительная задача** | **Действие** |  **Необходимые материалы** |
| Колеса от машин | Облизывать кружки апельсина по кругу, не вращая головой | Кружки апельсина |
| Транспортная «пробка» | Выплевывание бутылочной проб­ки, удерживаемой губами | Бутылочные пробки |
| Посудомоечная Машина | Слизывание варенья с ложек и блюдец круговыми движениями языка, не вращая головой | Ложки и блюдца в ва­ренье |
| Стиральная маши­на | Выталкивание языком марлевой салфетки из-за щеки | Марлевые салфетки |
| Подъемный кран | Поднимать языком бусинку, на­низанную на вощеный или замше­вый шнурок | Шнурок с бусиной |
| Поезд | Дутье в губную гармошку: вдох и выдох на одной ноте, не отрывая рот от поверхности гармошки для обеспечения массажа голосовых складок | Губная гармошка |
| Самолеты | Дутье в свистки в виде самолетов | Свистки-самолеты |
| Каток | Удержание бочонка из-под киндер-сюрприза языком | Бочонок из-под киндер-сюрприза |
| Самосвал | Оплевывание с кончика языка различных специй | Гвоздика бутонами, кардамон и пр. |
| Снегоуборочная машина | Сдувание белых шариков ваты, не надувая щек | Белые шарики ваты |
| Пожарная машина | Задувание свечей, не надувая щек | Различные по форме, цвету и пр. свечи |

На сенсорном подносе выкладываются дорожки из разных материалов, символизирующих разные поверхности, по которым передвигается транспорт: синий аквагрунт и кораблик на нем; разноцветная фасоль и грузовики; белоголубая вата и самолеты

**Упражнение №4**

**«Сказочный мир»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Актуализируемый образ/Дополнительная задача** | **Действие** | **Необходимые материалы** |
| Окно в сказочный мир | Смотреть то одним глазом то другим в цветное стеклышко | Цветные стеклышки |
| Острые зубы волка из Красной Шапочки | Изобразить оскал: широко улыбнуться показать все зубы, включая боковые, развести челюсть на ширину пальцев | Перчаточная кукла «Волк» с зубами |
| Три поросенка | Надавить пальцем на кончик носа с одновременным быстрым выдохом через нос | Перчаточная кукла «Поросенок» |
| Спящая красавица | Закрывание и открывание глаз |  |
| Комарик и Теремка | Ребенок соединяет три пальца в «щепотку» и прикасается к разным частям лица попеременно |  |
| Колобок | Перекатывание крупного винограда от щеки к щеке | Крупные круглые ягоды винограда |
| Морозко | Проведение кусочком льда по массажным линиям | Кусочки льда |
| Курочка Ряба | Катание теплым яйцом по разным частям лица | Вареное теплое яйцо |
| Царевна Несмеяна | Попеременная смена улыбки и грустного выражения лица |  |
| Золотой ключик | Проведение языком вверх и вниз по игрушечному ключу | Игрушечные железные ключи |
| Как золушка туфельку потеряла | Сплевывание с кончика языка семени кардамона | Семя кардамона |
| Волшебное зелье  | Сглатывание капелек сладкой воды, капнутых на пипетки на корень языка | Пузырек со сладкой водой и пипетка |
| Снежки Снежной королевы | Катание по щекам шариков из фольги | Шары из фольги |
| Палочка выручалочка | Удержание между губами и носом ватной палочки, удержание ее языком | Ватные палочки |
| Сказочный звездопад | Сдувание с ладоней разноцветного блестящего конфетти | Конфетти |
| Волшебная палочка | Поступление и поглаживание по высунутому языку коктейльными палочками | Коктейльные палочки |
| Сказочные мельницы | Дутье на цветные «вертушки» | Цветные «вертушки» |

**Комплекс упражнений №5**

**«Ароматный мир»**

Упражнения с ароматами способствует не произвольной активации внимания, развитию эмоциональной сферы ребенка, речевой активности ребенка, поэтому упражнения из данного комплекса мы рекомендуем использовать регулярно в течении дня в качестве настраивающих на занятие. Именно использование специй в свою очередь позволяет получать дополнительные кинестезии от язычной мышцы (в связи с тем, что они выделяют эфирные масла, оставляя привкус и слабое жжение), что способствует преодолению апраксии.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Актуализируемый образ/Дополни­тельная задача** | **Действие** | **Необходимые****материалы** |
| Аромат цветов | Поднести настоящий цветок с запахом к носу ребенка: вдох через нос, выдох через рот — 3 раза | Разные цветы, например, ромашка, роза, мимоза и пр. |
| Аромат кофе | Сплевывать кофейные зерна, уложенные на нижнюю губу | Кофе в зернах |
| Аромат корицы | Удерживать палочку корицы на верхней губе положив ее на кончик языка | Палочки корицы |
| Аромат муската | Перекатывать мускатный орех внутри полости рта от щеки к щеке | : Цельный мускатный орех |
| Аромат апельсина | Облизывать по часовой стрел­ке кружки апельсина кончи­ком языка, зафиксировав го­лову ребенка сзади | Кольца свежего апельси­на |
| Аромат розмарина | Покалывание/проведение легкого массажа веточками розмарина по щекам, губам | Ветки свежего розмарина |
| Аромат мяты | Удерживая листочки мяты за щекой, вытолкнуть их язы­ком | Листья мяты |
| Аромат гвоздики | Сплевывать бутоны гвоздики с кончика языка | Бутоны гвоздики |
| Аромат кардамона | Сплевывать зерна кардамона с кончика языка | Зерна целого кардамона |

**Упражнение №6**

**«Что из чего»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Актуализируемый образ/Дополнительная задача** | **Действие** | **Необходимые материалы** |
| Из резины - резиновый | Жевать специализированные трейнеры для артикуляци­онной мускулатуры (chuwy tubs), силиконовые зубные щетки, либо резиновые гру­ши № 1 попеременно боковы­ми и передними зубами | Трейнеры/ силиконовые зубные щет­ки/ резиновые груши |
| Из железа — же­лезный | Облизывать попеременно обе поверхности чайной/столовой ложки | Чайная или столовая лож­ка в зависимости от разме­ров органов артикуляции |
| Из травы — травя­ной | Полоскать горло травяным чаем | Травяной чай в удобной для ребенка чашки |
| Из ореха — орехо­вый | Перекатывать грецкий орех внутри рта от щеки к щеке | Грецкие орехи небольшого размера |
| Из лимона — ли­монный | Облизывать по кругу блюд­це, испачканное в лимонном варенье | Блюдце, испачканное в лимонном варенье |
| Из шишки — ши­шечный | Прокатывать разными шиш­ками по губам и щекам | Шишки от кипариса, со­сны, ёлки |
| Из пластика — пластиковый | Покалывать кончик языка по направлению к корню одно­разовой вилкой | Одноразовые вилки де­сертные |
| Из стекла — сте­клянный | Вдохнуть носом, выдохнуть ртом в стеклянный пузырёк, чтобы он зазвучал» | Стеклянные пузырьки разной формы для разного звучания |
| Из пробки — проб­ковый | Выплевывать пробку от бу­тылки, удерживаемую губа­ми | Пробки от бутылок шам­панского |
| Из дерева — дере­вянный | Поднимать кончиком языка деревянную бусину на шнур­ке, при этом удерживать го­лову ребенка сзади | Вощенный или замшевый шнурок с деревянной бу­синой |
| Из риса — рисо­вый | Удерживать рисинку кончи­ком языка, придерживая ее внутри рта у нижних зубов | Цветной рис |

**Комплекс упражнений №7**

**«Путешествие в лес»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Актуализируемый образ/Дополнительная задача** | **Действие** | **Необходимые материалы** |
| Лесная дорога | Прикосновения к деталям подготовленной «дорожки» кончиком языка, каждый раз убирая его в полость рта и закрывая рот | Картон с наклеенными мелкими спилами дерева, срезами пробки и пр. |
| Переносим брёвнышко, освобождаем путь | Удерживать палочку корицы между верхней губой и носом, отвернуть голову влево – вправо | Палочки корицы |
| Встречаем волка | Обнажить сжатые зубы, так, чтобы были видны верхние, нижние и боковые зубы, раскрыть рот на ширину двух пальцев |  |
| Белочка скачет по дереву | Поднимать кончиком языка деревянную бусинку на шнурке, при этом удерживать голову ребенка сзади | Вощеный или замшевый шнурок с деревянной бусиной |
| Орешек в дупле у белочки | Перекатывать лесной орех внутри рта от щеки к щеке | Крупные лесные орехи |
| Лечим зайку, попавшего в капкан | Вытолкнуть марлевую салфетку языком из-за щеки | Марлевые салфетки |
| Встреча с ёжиком | Покалываем десертной вилкой кончик языка и губы | Десертные вилки |
| Перебираем звериные запасы на зиму | Сплевывать с кончика языка горошины душистого перца, гвоздики, кардамона | Душистый перец, кардамон, бутоны гвоздики |
| Находим гриб | Прижать круглую конфету на палочке языком к твердому небу, удерживать какое-то время | Круглая конфета на палочке |

**Упражнение №8**

**«Поездка в деревню»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Актуализируемый образ/Дополни­тельная задача** | **Действие** | **Необходимые** **материалы** |
| Бабушкины блины | Положить широкий, рассла­бленный язык на нижнюю губу, похлопать по нему шпателем | Деревянный, железный и Пластиковый шпатели для получения разных ощущений |
| Мостик через реку | Удерживая палочку кори­цы между верхней губой и носом, поднять-опустить голову | Палочки корицы |
| Коромысло | Удержать ватную палочку кончиком языка на носогуб­ной складке | Ватные палочки |
| Забор | Удержать зубочистку кон­чиком языка на носогубной складке | Зубочистки с подстрижен­ными кончиками |
| Бабушкин мёд | Облизать губы, обмазанные мёдом, по часовой стрелке; проводить языком по сотам с медом вверх-вниз, влево- вправо | Мёд жидкий и в сотах, если у ребенка нет аллергии |
| Колодезная вода | Капание на корень языка сладкой воды из пипетки, сглатывание ее | Пузырёк со сладкой водой и пипетка |
| Бабушкин чай | Полоскать горло травяным чаем | Травяной чай |
| Сон на природе | Позёвывание с произнесени­ем звуков «а, э» |  |
| Бабушкина улыбка | Улыбнуться, губы втягивая внутрь, натягивая на зубы |  |
| Яичко от деревен­ской птички | Прокатать по губам теплое перепелиное яйцо | Вареное, тёплое перепели­ное яйцо |
| Бабушкины сухари | Перекатывать сухарик вну­три рта от щеки к щеке, не открывая рот | Сухарики квадратной фор­мы |
| Малиновое варенье | Слизывать малиновое варе­нье с длинного сухарика | Сухарик, обмазанный ма­линовым вареньем |
| Вязание шерстя­ных носочков | Проведение языком по на­тянутой шерстяной нитке слева направо, снизу-вверх | Гладкая шерстяная нитка |
| Хлебушек деревен­ский | Как можно дольше удер­жать на языке хлебную палочку | Хлебные палочки |

**Комплекс упражнений №9**

**«Поварское дело»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Актуализируемый образ/Дополнительная задача** | **Действие** | **Необходимые материалы** |
| Кондитерские ра­дости | Облизывать круглое ребристое печенье с серединкой из варенья по кругу по и против часовой стрелки; дотрагиваться кончи­ком языка до каждого «ребра» печенья, каждый раз убирая язык внутрь полости рта | Круглое печенье с ва­реньем; печенье с ре­бристыми краями |
| Бобовые истории | Сплевывать с губ, а затем с кон­чика языка (не убирая язык в полость рта) разные виды бобов: фасоль, горох | Черная, белая и крас­ная фасоль; колотый горох |
| Хлебный ноль | Просовывать кончик языка в дырку от маленьких сушек, каж­дый раз убирая язык внутрь по­лости рта | Мелкие сушки |
| Макаронные чер­вячки | С помощью губ засасывать варё­ные спагетти | Варёные спагетти раз­ных цветов |
| Дегустация напит­ков | Проглатывание напитков (какао, сока, чая и пр.), капну­тых из пипетки на корень языка | Пузырьки с разными напитками, пипетка |
| Усатые повара | Удерживать веточки укропа, хлебные палочки и палочки ко­рицы на верхней губе, поднимая ее к носу | Хлебная «соломка», палочки корицы, ветки укропа |
| Пробуем тесто на готовность | Покалывание пластиковой вил­кой или зубочисткой кончик языка | Пластиковая вилка, зубочистки |
| Чайная церемония | Вдох носом, выдох на чашку с го­рячим чаем через сомкнутые губ —полоскание горла остывшим чаем | Травяной чай в малень­кой (детской) чашке |
| Любимый десерт | Доставание кончиком языка до носа, испачканного во взбитых сливках | Взбитые сливки |
| Приготовление ру­летов | Проведение языком вверх-вниз, вправо-влево по силиконовым кулинарным шнуркам для руле­тов | Силиконовые кулинар­ные шнурки для пере­вязывания рулетов |
| Изюминка блюда | Удержание изюминки кончиком языка за нижними зубами, вы­гибая язык «горкой» | Мелкий изюм |
| Крем для торта | Слизывание варенья или тво­рожного крема с твердого неба, проводя языком вперед-назад (варенье или крем предваритель­но наносятся на небо ватной ку­линарной палочкой или кисточ­кой) | Варенье/творожный крем, ватная палочка/ тонкая кулинарная ки­сточка |

**Комплекс упражнений №10**

**«Лечебное дело»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Актуализируемый образ/ Дополни - тельная задача** | **Действие** | **Необходимые материалы** |
| Перевязка | Перекатывание языком стерильной марлевой салфетки от щеки к щеке с последующим выталкиванием ее языком из полости рта | Стерильные марлевые салфетки |
| Микстура | Проглатывание капель сладкой /кислой воды, капнутой из пипетки на корень языка | Цветные пузырьки с водой ж пипетки |
| Примочки | Прикосновение слегка смоченными в ароматизированной воде ватными шариками к разным частям лица | Ароматизированные влажные ватные шарика |
| Таблетки | Круговые движения языком по и против часовой стрелке по крупным стеклянным марблс | Плоские стеклянные марблс (3-4 см в диаметре) |
| На приеме у ЛОР- врача | Похлопывание деревянным шпателем по расслабленному языку, лежащему на нижней губе | Деревянный шпатель |
| Уколы | Вакуумное всасывание небольших участков на губах и кончике языка с помощью шприца без иголки | Тонкие шприцы (инсулиновые на 2 мл) |
| Гигиеническиепроцедуры | Удержание ватной палочки на верхней губе, поднимая ее к носу —удержание ватной палочки языком, загибая его к верхней губе | Ватные палочки |
| Ингаляции | Вдох через нос, выдох через рот над чашкой с паром от травяного отвара | Травяной отвар в белых чашках |
| Врачи — гомеопаты | Сплевывание с кончика языка семян горчицы н кардамона | Семена белой горчицы и кардамона |
| На приеме у офтальмолога | Поочередное закрывание н открывание глаз |  |
| На приеме у стоматолога | Прикосновение попеременно к каждому зубу языком (если ребенок не чувствует, куда необходимо поставить язык, взрослый помогает ему, дотрагиваясь палочкой корицы или стеклянной палочкой с вареньем до каждого зуба) | Палочки корицы/стеклянные палочки с вареньем по необходимости |
| Ароматерапия | Вдох носом, выдох ртом, вдыхая слабый аромат эфирного масла | Ватный тампон с эфирным маслом мяты |

**Комплекс упражнений №11**

**«Комната страха»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Актуализируемый образ/ Дополни - тельная задача** | **Действие** | **Необходимые материалы** |
| Наступает ночь | Закрывание и открывание глаз |  |
| Змеиное логово | Удержание резиновых змей на верхней губе, поднятой к носу | Тонкие резиновые или силиконовые игрушки в виде змей |
| Летающие тарелки | Облизывание по и против часовой стрелке кругов, вырезанных из плотной пузырчатой пленки | Круги, вырезанные из плотной пузырчатой пленки |
| Долина приведений | Перекатывание стерильной марлевой салфетки от щеки к щеке, не открывая рта | Стерильные марлевые салфетки |
| Инопланетяне | Снятие ягод винограда или крыжовника с десертных вилок губами, перекатывание ягод от щеки к щеке внутри рта | Ягоды винограда или крыжовника, наколотые на десертные вилки |
| Крысиные бега | Удержание губами резиновых крыс/мышей за хвосты | Игрушки в виде крыс/мышей |
| Кыш, муха | Прикладывание игрушечной мухи к разным частям лица, языка с последующим показом места прикосновения | Игрушечные мухи |
| Чудовище | Прокатывание по губам шариков из фольги | Шары разного диаметра, скатанные из фольги |
| Монстры | Перекатывание во рту резиновых шариков от щеки к щеке, не открывая рта | Массажные резиновые шарики, диаметром 3 см |
| Ночные страхи | Жевание «волокон» силиконовых кулинарных кисточек | Силиконовые кулинарные кисточки |
| Леший | «Пересчитывание» кончиком языка лепестков открытой шишки | Шишки |
| Кикимора | Вдох носом, выдох на зеленые нити, навязанные на деревянные палочки | Деревянные палочки ( например, для суши), на которых узелками завязаны зеленые нити |

**Комплекс упражнений №12**

**«Домашний очаг»**

Занятие предполагает знакомство детей с предметами быта: для детей постарше рекомендуется проводить упражнения в сочетании с короткими рассказами об истории и назначении вещей; для детей помладше, а также для детей с алалией дополнительной задачей занятия является актуализация простых слов.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Актуализируемый образ/Дополнительная задача** | **Действие** | **Необходимые****материалы** |
| Нитки (ребенок самостоя­тельно отматываетотрезок нити от клубка)  | Проведение языком слева на­право, снизу вверх по отрезку нити | Клубок ниток |
| Щетка | Растирание зубной щеткой с вибрацией губ и языка | Зубная щетка с вибраци­ей |
| Кубик | Перекатывание можжевелово­го игрального кубика от щеки к щеке, не открывая рта | Можжевеловые играль­ные кубики |
| Ложка | Слизывание капель воды с во­гнутой поверхности можжеве­ловой ложки | Можжевеловые ложки, вода |
| Фен | Вдох через нос, выдох на воло­сы маленьких кукол | Маленькие куклы с длинными волосами |
| Утюг | Проведение по языку в направ­лении от корня к кончику же­лезным шпателем | Железный шпатель |
| Катушка | Удержание губами деревянной катушки из-под ниток | Деревянные катушки от ниток |
| Бигуди | Удержание языком тонких би­гуди на верхней губе | Тонкие пластиковые би­гуди |
| Расческа | Проведение языком слева на­право и снизу вверх по зубча­той части деревянного гребня | Деревянный гребень |
| Пузырёк | Просовывание кончика языка в узкое горлышко маленького пузырька —вдох носом, выдох \_ ртом в горлышко пузырька | Стеклянный пузырёк |
| Карандаш | Удержание карандаша на языке, загибая его вверх к носу | Карандаш с гранями |
| Вата | Вдох носом, выдох ртом, вды­хая слабый аромат эфирного масла | Ватный тампон с эфирным маслом мяты |

**Комплекс упражнений №13**

**«Цветные сны»**

На занятии используется сенсорный поднос, включающий материалы, расположенные в соответствии с цветами радуги. Материал для упражнений забирается с подноса.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Актуализируемый образ/ Дополни - тельная задача** | **Действие** | **Необходимые материалы** |
| Красный цвет в радуге | Перекатывание языком мелких помидоров черри от одной щеки к другой, не открывая рта | Помидоры черри |
| Кислая клюква – сладкая малина | Улыбнуться в момент демонстрации малины – наморщить лоб, растянуть губы в улыбке в момент демонстрации клюквы | Ягоды клюквы и малины |
| Оранжевый цвет в радуге | Облизывание колец апельсина по кругу по часовой стрелке и против, не двигая головой (взрослый фиксирует голову ребенка сзади) | Кольца апельсина |
| Кислый лимон — сладкий апельсин | Улыбнуться в момент демонстрации апельсина — наморщить лоб, растянуть губы в улыбке в момент демонстрации лимона | Апельсин и лимон |
| Желтый цвет в радуге | Сплевывание с кончика языка зерен кукурузы — проведение языком вверх-вниз по початку кукурузы | Кукуруза целая, зерна кукурузы |
| Зленый цвет в радуге | Вдох носом (вдохнуть аромат), выдох ртом на листья мяты, базилика, шалфея | Листья мяты, зеленого базилика, шалфея |
| Разная капуста | Проведение языком слева направо по соцветиям капусты брокколи — перекатывание внутри рта маленькой брюссельской капусты — втягивание в рот морской капусты | Соцветия капусты брокколи, мелкая брюссельская капуста, соленая морская капуста |
| Голубой цвет в радуге | Носом вдыхать аромат сезонных цветов голубого цвета, выдох ртом на их соцветия | Цветы голубого цвета по сезону |
| Синий цвет в радуге | Вдох носом, выдох через сомкнутые губы на синих бабочек, вырезанных из бумаги | Синие бабочки, вырезанные из бумаги |
| Фиолетовый цвет в радуге | Облизывание по кругу щеток аметиста | Щетки аметиста |
| Слива и чернослив | Надуть щеки при демонстрации сливы, втянуть щеки внутрь рта при демонстрации чернослива | Фиолетовая слива и чернослив |

**Комплекс упражнений № 14**

**«Вспоминая традиции»**

Проведение занятия желательно предварить демонстрацией презентации с коротким рассказом о значении тех или иных традиций разных народов, а также сочетать с организацией коммуникативного занятия по этой теме.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Актуализируемый образ/ Дополни - тельная задача** | **Действие** | **Необходимые материалы** |
| Лыковая Маслица | Удержание тонкого мотка из лыка языком, загнутым к носу | Моток из лыка, туго перевязанный нитками |
| Каравай | Откусывание куска от фигурной булки — перекатывание соленого хлебного комочка от щеки к щеке внутри рта, не открывая рта | Фигурная булка с украшениями, хлебные комочки, обвалянные в соли |
| Бразильский карнавал | Вдох носом, выдох через сомкнутые губы на «метелочки» от соломинок для коктейля | Трубочки для коктейля с блестящим дождиком |
| Французский десерт | Перекатывание внутри рта кубика твердого сыра от щеки к щеке | Кубики твердого сыра |
| Китайская чайная церемония | Вдох носом, выдох через сомкнутые губы на ароматный чай — полоскание горла чаем | Ароматный зеленый чай в пиалах |
| Русские ремесла — хохлома | Слизывание капель воды с вогнутой поверхности ложек | Ложки, расписанные в технике хохломы |
| Русские ремесла — гжель | Вдох носом, выдох ртом в гжелевую свистульку | Свистулька из гжелевого фарфора |
| Гончарный круг | Облизывание по кругу глиняного блюдца, обмазанного сладким вареньем | Глиняные блюдца с вареньем |
| Русские Петушки | Облизывание петушка на палочке, удерживаемого взрос дым ни тиком расстоянии ото рта, чтобы ребенку приходи лось тянуться к конфете нам 1 ком | Петушок на палочке |
| Костер Иван Купала | Вдох носом, выдох через сомкнутые губы на горящую свечу, находящуюся на расстоянии 20 см  | Фигурные свечи |

**Комплекс упражнений № 15**

**«Феи и пираты»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Актуализируемый образ/Дополни-тельная задача** | **Действие** | **Необходимые материалы** |
| Бусы для фей | Касание кончиком языка бу­синок на бусах из разных ма­териалов | Бусы из жемчуга, кораллов, янтаря |
| Бутылки с посла­ниями | Просовывание кончика языка в узкое горлышко маленького пузырька — вдох носом, выдох ртом в горлышко пузырька | Стеклянный пузырёк  |
| Бочки с порохом | Удержание губами пластико­вых контейнеров от шоколад­ных яиц | Пластиковые контейнеры от шоколадных яиц |
| Сокровища пира­тов | Облизывание по кругу щеток от аметиста, цитрина, бирюзы | Щетки аметиста, цитрина, бирюзы |
| Злые и добрые пи­раты | Примеряя бутафорские усы на палочке, хмурить лоб и улы­баться | Бутафорские усы на палочке |
| Волшебство фей | Вдох носом, на выдохе выду­вать мыльные пузыри | Мыльные пузыри |
| Пиратские песни | Вдох носом, на выдохе произ­носить звук «а» разным тем­бром |  |
| Одноглазый пират | Поочередное зажмуривание глаз |  |
| Волшебные палоч­ки | Вдох носом, выдох через сом­кнутые губы на ветерок или дождик на трубочках для кок­тейля | Трубочки для коктейля с ветерком или дождиком |
| Волшебная пыль | Вдох носом, выдох на разноц­ветное конфетти | Разноцветное конфетти |
| Крылья фей | Вдох носом, выдох на кусочки прозрачной органзы | Куски разноцветной ор­ганзы |
| Пушечные ядра | Сплевывание с кончика языка горошин душистого перца | Душистый перец горош­ком |

**Комплекс упражнений № 16**

**«Среда обитания»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Актуализируемый образ/ Дополни - тельная задача** | **Действие** | **Необходимые материалы** |
| Север и белые медведя | Проведение по губам кусочками льда | Кусочки льда развой формы |
| Бревнышко в лесу | Удержание палочки корицы на верхней губе, поднятой к носу | Палочки корицы |
| Волк в лесу | Выполняем «оскал»: улыбнуться, обнажив все зубы, приоткрыть рот |  |
| Облака в небе | Вдох носом, выдох через сомкнутые губы на белые ватные шарики | Ватные шарики |
| Белочка на дереве | Поднятие кончиком языка бусинки, одетой на шнурок | Шнурок с бусиной диаметром 0,5-1 см |
| Орешек в дупле | Перекатывание некрупного грецкого ореха от щеки к щеке | Некрупный грецкий орех в скорлупе |
| Пещера дикобраза | Покалывание вилкой языка в направлении от корня к кончику по средней линии и боковым краям | Десертные вилки |
| Запасы на зиму | Сплевывание с кончика языка семян кардамона и бутонов гвоздики | Семена кардамона и бутоны гвоздики |
| Ракушки из моря | Облизывание языком ракушек разных форм | Ракушки разной формы |
| Болото | Облизывание по кругу желе, залитого в пиалы | Желе разных цветов, застывшее в пиалах |
| Гриб в лесу | Прижать круглой конфетой на палочке язык к небу | Круглая конфета на палочке |

**РЕКОМЕНДОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА:**

*Белякова Л.И., Гончарова Н.Н., Шишкова Т.Г.* Методика развития речевого дыхания у дошкольников с нарушениями речи / Под ред. Л.И. Беляковой — М.: Книголюб, 2004. — 56 с.

*Визель Т.Г.* Аномалии речевого развития ребенка. В помощь родителям. — М.: В. Секачёв, 2012. — 46 с.

*Дедюхина Г.В., Яньшина ТА., Могучая Л.Д.* Логопедический массаж и лечебная физкультура с детьми 3—5 лет, страдающими детским церебральным параличом. — М.: «Гном- Пресс», 1999.

*Коноваленко С.В., Кременецкая М.И.* Развитие психофизиологической базы речи у детей дошкольного возраста с нарушениями развития. — СПб.: ООО «Издательство «Детство Пресс», 2012. —112 с.

*Кэрол Сток Крановиц.* Разбалансированный ребенок. — СПб: «Редактор», 2012.

*Лынская М.И.* Преодоление алалии и задержки речевого развития у детей. — М.: Логомаг, 2015.

*Учебное издание*

**Лынская Марианна Ильинична**

СЕНСОРНО-ИНТЕГРАТИВНАЯ

АРТИКУЛЯЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА

Комплексы упражнений

для преодоления артикуляционной апраксии

у детей

Формат 60x90/16. Печать офсетная. Бумага офсетная.

Уел. печ. л. 1,75. Тираж 3000 экз. Заказ № 7432.

ООО «Юкод»

115598, Москва, ул. Липецкая, д. 13, оф. 41.

Тел. 8-495-755-64-26

www. paradigma-books.ru.