



## Готовимся РРРычать

Считается, что все звуки ребенок должен выговаривать к 4-5 годам, однако правильно произносить звук «Р» он может учиться до 5-7 лет, этот звук формируется в последнюю очередь. Русский «Р» - один из самых сложных по артикуляции. Для того чтобы произнести его правильно, нужны четкие движения речевого аппарата. Ребенку очень непросто справиться с этим. Как помочь малышу? Прежде всего, нужно настроиться на долгий и кропотливый труд, - для постановки звука может понадобиться от нескольких недель до месяцев.

Звук «Р» - сонорный, в составе него тона голоса больше, чем шума. Специалисты ставят «Р» последним, после 5,5-6 лет, только когда все звуки уже правильно сформировались и закрепились. В некоторых случаях к логопеду стоит обратиться раньше, если «Р» появился в речи, но ребенок пытается выговорить «Р» с нарушениями (простым языком – картавит, произносит горлом. Поэтому, не надо заставлять ребёнка рычать горлом, чтобы избежать закрепления неправильного произношения, что впоследствии исправить будет очень трудно.

В норме при произношении «Р»:

- губы расслаблены, рот приоткрыт, расстояние между зубами 4-5 мм;
- кончик языка поднимается за верхние зубы, к альвеолам, и вибрирует в струе воздуха; средняя часть языка выгибается, боковые края прижаты кверху;
- голосовые складки в момент говорения вибрируют.

*Две главные причины нарушения произношения звука:*

- **Нарушение артикуляционной моторики или строения артикуляционного аппарата** (короткая уздечка, узкий или увеличенный язык, нарушение прикуса, отсутствие зубов, высокое нёбо).
- **Нарушение регуляции дыхания:** нарушены ритм, координация вдоха и выдоха, выдох происходит через нос при горловом произношении. Это происходит из-за изменения мышечного тонуса, ограничения подвижности мышц гортани, мягкого нёба, голосовых складок, языка и губ.

Из этих основных причин следуют два основных направления работы по его постановке или исправлению: формирование сильной воздушной направленной струи и тренировка артикуляционного аппарата, укрепление кончика языка.

### Проблемы с речевым дыханием

Речевое дыхание — основа речи, это возможность выполнять короткий глубокий вдох и распределять воздух при выдохе с одновременным произнесением различных звуков. Вдох при этом короче выдоха в 5-8 раз. На длительном выдохе и образуется звуки речи. При корректном речевом дыхании ребенок говорит четко и выразительно, соблюдает паузы.

Часто дети не контролируют себя, говорят на вдохе или на остаточном выдохе, набирают воздух перед произнесением каждого слова. Поэтому, если ребенок не выговаривает «Р», важно работать над коррекцией дыхания.

В этом очень хорошо помогают **игровые упражнения:**

- Дуть на легкий теннисный шарик, который точным выдохом нужно суметь загнать в цель, например, между двух кубиков. Дуть на карандаш, лежащий на столе (или маленькую машинку, шарик) так, чтобы тот покатился.
- Дуть сквозь губы, вытянутые трубочкой, не надувая щек.
- Сдувать с поднесенной ко рту ладони любой мягкий предмет (ватный шарик, бумажную снежинку и т.п.). Можно дуть на подвешенные на нитку легкие бумажные птички, фантики-бабочки, листики, перышки, кусочки ваты.
- Дуть на парусник, салфетку, лист, игрушки-вертушки, флюгер и т.п. Дуть с использованием свистков, гудков, дудочек, губной гармошки. Пускание мыльных пузырей. Задувание свечи. Надувание воздушных шаров.
- Гонки по воде бумажных корабликов, игрушек (уточка, рыбки). Сильно дуть на воду до образования брызг.



В процессе выполнения упражнений важно придерживаться **рекомендаций:**

- Упражнения проводятся в проветренном помещении.
- Лучше выполнять упражнения стоя, при свободном положении тела, грудная клетка расправлена, осанка прямая.
- Вдох делаем глубоко и спокойно, носом. Выдох ртом должен быть легким, плавным, длительным, без напряжения. Нельзя надувать щеки.
- За точностью направления воздуха поможет следить рука – подносим одну руку ребенка тыльной стороной к своему рту, другую – ко рту взрослого.
- Упражнения делаем кратковременно - от 0,5 до 1,5 минут. Гипервентиляция легких обильному снабжает мозг кислородом и может возникнуть головокружение. Интенсивно дуть можно не более 5 раз за 1 прием.
- Выдыхаемый воздух не задерживать. Можно придерживать щеки руками для использования тактильного контроля. На начальных этапах можно использовать зеркало для привлечения зрительного контроля.

### **Подготовка артикуляционного аппарата**

Артикуляционная гимнастика готовит речевой аппарат к произнесению звука и «разогревает» язык, губы, щеки непосредственно перед занятием, иначе упражнения могут не получиться. Речевую гимнастику лучше всего выполнять перед зеркалом, каждый день. Упражнения тренируют выдох, растягивают уздечку, укрепляют язык в верхнем положении.

## Упражнения для подготовки артикуляционного аппарата к работе:



1. **«Забор»**. Сильно растянуть губы в улыбке, показать верхние и нижние зубы. Следить, чтобы ребенок не морщил нос. Удерживать под счет до 5-10.

2. **«Окно»**. Из положения «Забор» медленно открыть рот. Зубы должны быть видны. Удерживать под счет до 5-10.

3. **«Качели»**. Широко открыть рот («окно»), языком тянуться попеременно вниз-вверх, касаясь попеременно верхних-нижних зубов. Задерживаем у верхних зубов на 10-20 секунд. Важно: рот не закрывается, нижняя челюсть и подбородок не должны подниматься вверх и тянуться за языком.

4. **«Вкусное варенье (мороженое)»**. Рот приоткрыт. Поднимаем мягкий широкий язык к верхней губе и облизываем её, язык движется сверху по губе и уходит вовнутрь рта, за верхние зубы.
5. **«Индюк (болтушка)»**. Приоткрываем рот, дотягиваемся языком до верхней губы и производим движения вперед-назад широким передним краешком языка по верхней губе, не отрывая язык от губы. Увеличиваем скорость и пытаемся на выдохе произнести «бл-бл-бл».
6. **«Парус»**. Рот широко открыт, как «Окно», широкий язык поднимается к верхним резцам и упирается в альвеолы, не провисает, должен быть напряженным и широким, видна подъязычная связка. Держим под счет до 5.
7. **«Маляр»**. «Красим» языком верхнее небо вперед (до верхних зубов) - назад.
8. **«Накажем непослушный язычок»**. Высовываем язык и несколько раз быстро «прикусываем» его губами и зубами, одновременно выдувая воздух со звуком пя-пя-пя-пя. Так мы расслабляем язык и тренируем выдох.
9. **«Лошадка»**. Язык щелкает по верхнему небу, имитируя цоканье копыт лошадки, при этом нижняя челюсть остается неподвижной. Для подготовки ко звуку «Р» лошадка должна «скакать по травке», то есть звук должен получаться глухой, - это возможно в том случае, когда язык щелкает ближе к верхним зубам, об бугорки-альвеолы.
10. **«Молоток (дятел)»**. Из положения «Парус» стучать кончиком языка вверх по альвеолам и произносить звук [т] / [д]. (Вариант – «Поезд», - произносим т-д, т-д, т-д, как стук колёс). Следить, чтобы кончик языка не опускался и не выглядывал изо рта, чтобы не было назального оттенка, не напрягался голос, и не поднималась нижняя челюсть.

Если все упражнения получаются хорошо, ребенок выполняет их легко, скоро можно будет приступать к запуску самого звука, а, возможно звук даже появится сам.

