



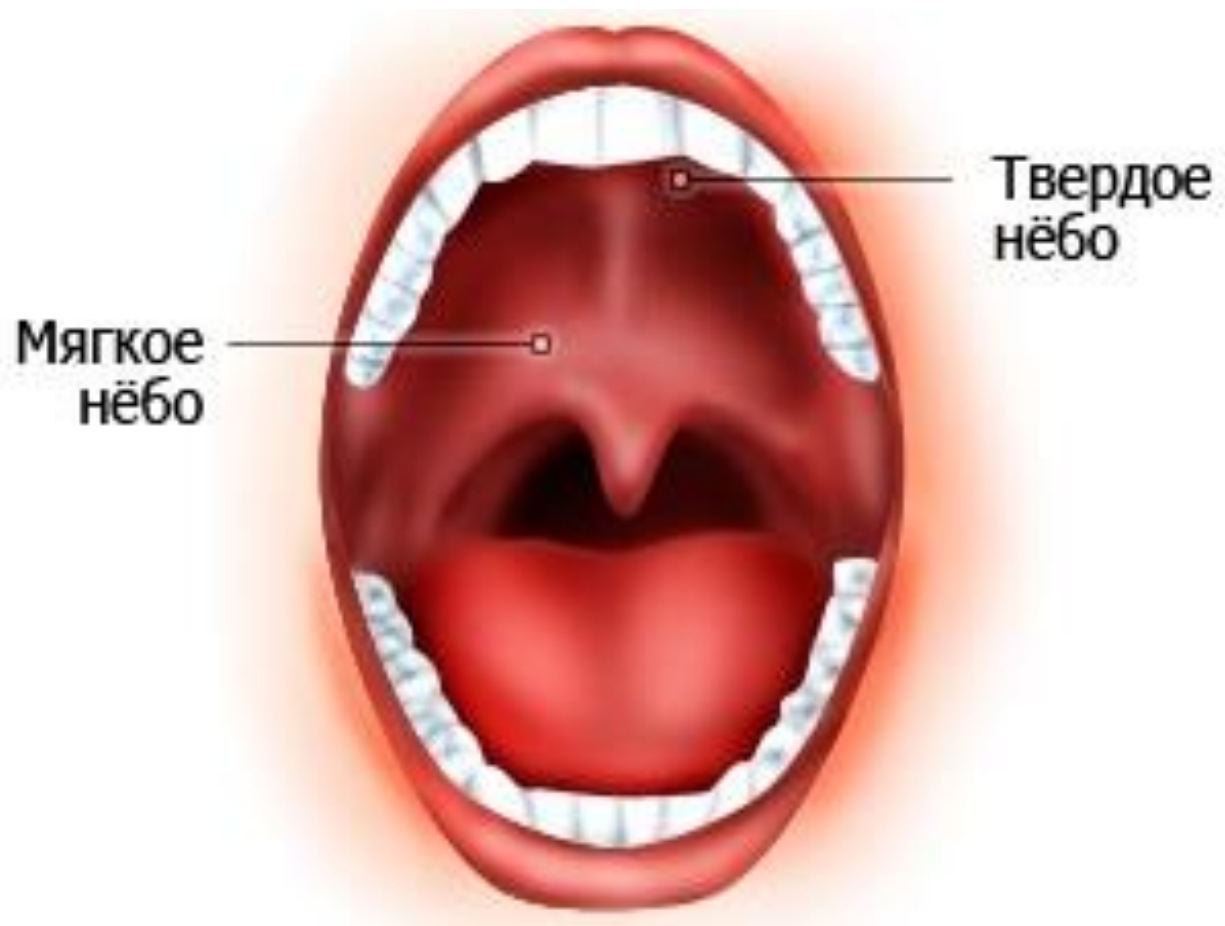
Государственное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение детский сад № 83
Красносельского района Санкт-Петербурга

МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ УКРЕПЛЕНИЯ МЫШЦ МЯГКОГО НЁБА

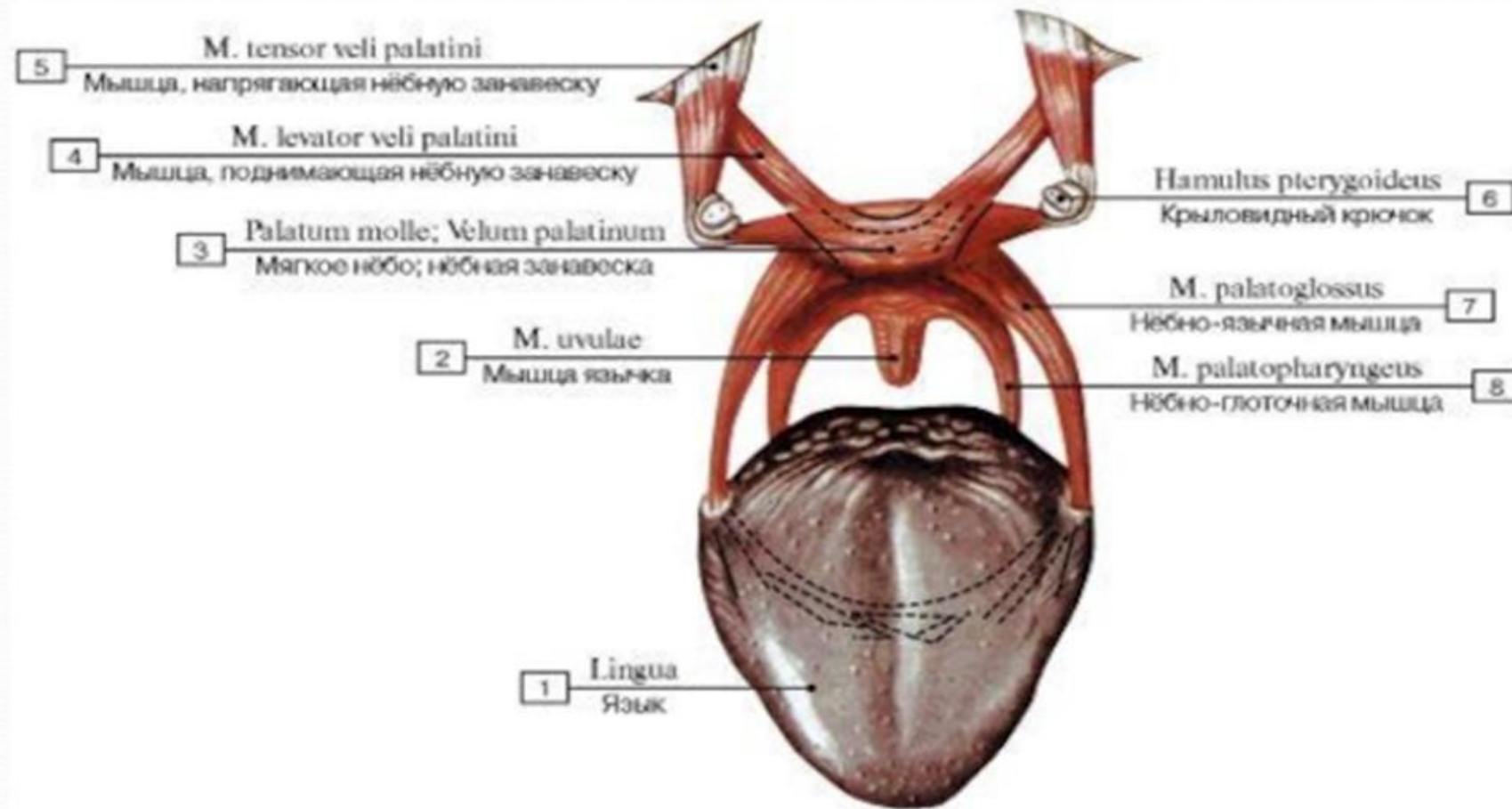
Составители: учитель - логопед Мартынова А.А.,
учитель - логопед Баскова Е.Н.



Местонахождение мягкого неба



Мышцы мягкого неба



Мышцы мягкого неба

- ▶ ***мышцы, напрягающие мягкое небо**
- *мышцы, поднимающие мягкое небо**
- *мышцы язычка**

При произнесении всех звуков речи, кроме соноров [Л] и [М], мышцы, сокращаясь, обеспечивают подъем мягкого неба кверху и кзади. Оно примыкает к задней стенке глотки.

Цель и задачи упражнений:

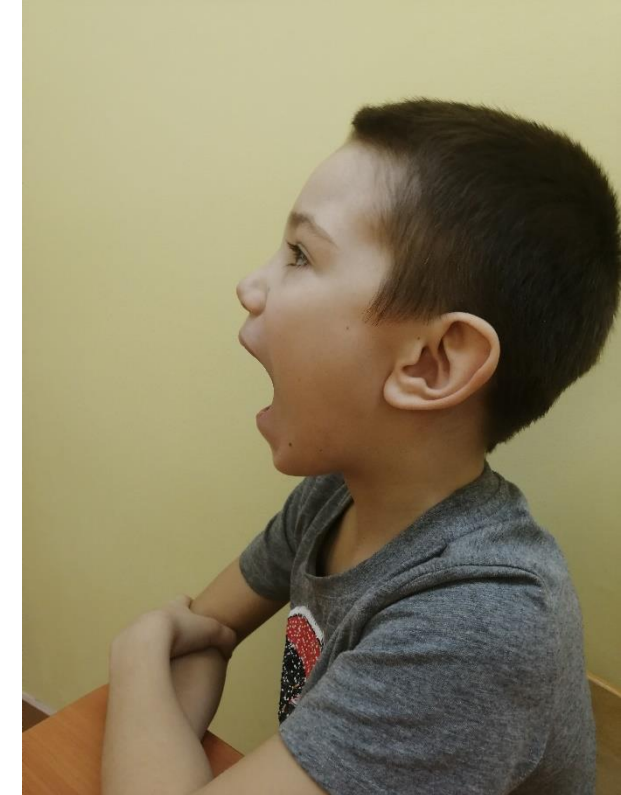
- ▶ **Цель: выработка полноценных движений мягкого неба и небной завесы для формирования правильного речевого дыхания и звуков речи.**
- ▶ **Задачи:**
 - **Активизировать работу мышцы мягкого неба;**
 - **Укрепить нервно-мышечную основу мышц мягкого неба;**
 - **Вызвать положительное отношение к упражнениям.**

Роль мягкого нёба в звукопроизношении

- ▶ **Чистота речи во многом зависит от работы мышц мягкого нёба.**
- ▶ **Мышцы мягкого нёба имеют функциональную связь с мышцами гортани, дыхательными мышцами.**
- ▶ **Изменение положения мягкого нёба влияет на работу голосовых складок, вызывает вялость в работе дыхательных мышц, что отражается на процессе голосообразования.**

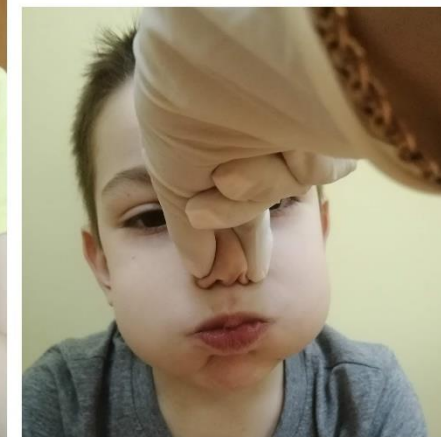
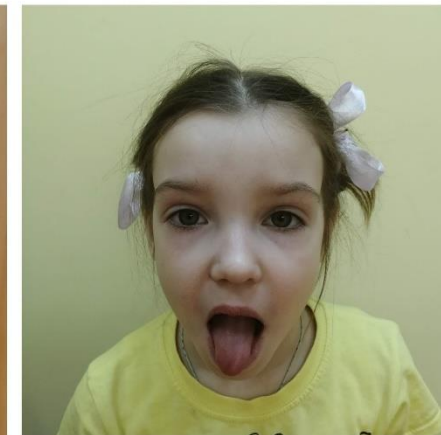
Комплекс упражнений

- 1. Позевывать с открытым и закрытым ртом: зевать с широким открыванием рта, шумным втягиванием воздуха.**
- 2. Произвольно покашливать: хорошо откашляться с широко открытым ртом, с силой сжимая кулаки; покашливать с высунутым языком на одном выдохе.**
- 3. Имитировать полоскание горла, запрокинув голову; полоскать горло теплой водой, густой жидкостью – йогуртом, киселем, соком с мякотью.**



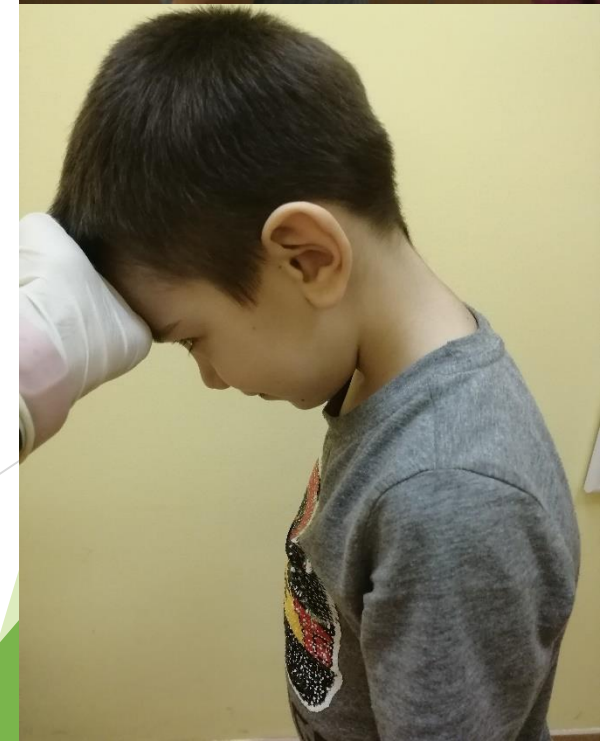
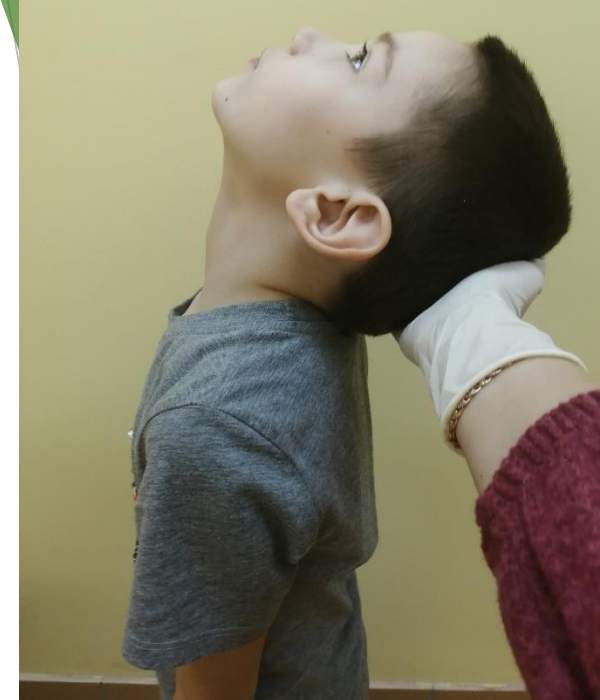
Комплекс упражнений

- ▶ **4. Глотать воду маленькими порциями (20-30 глотков); глотать капли воды, сока.**
- ▶ **5. Надувать щеки с зажатым носом;**
- ▶ **6. Медленно произносить звуки *к, г, т, д*.**
- ▶ **7. Подражать: - стону, - мычанию, - свисту.**



Комплекс упражнений

- ▶ **8. Запрокидывать голову с преодолением сопротивления. Взрослый держит руку на затылке ребенка. Опускать голову с преодолением сопротивления. Взрослый держит руку на лбу ребенка.**

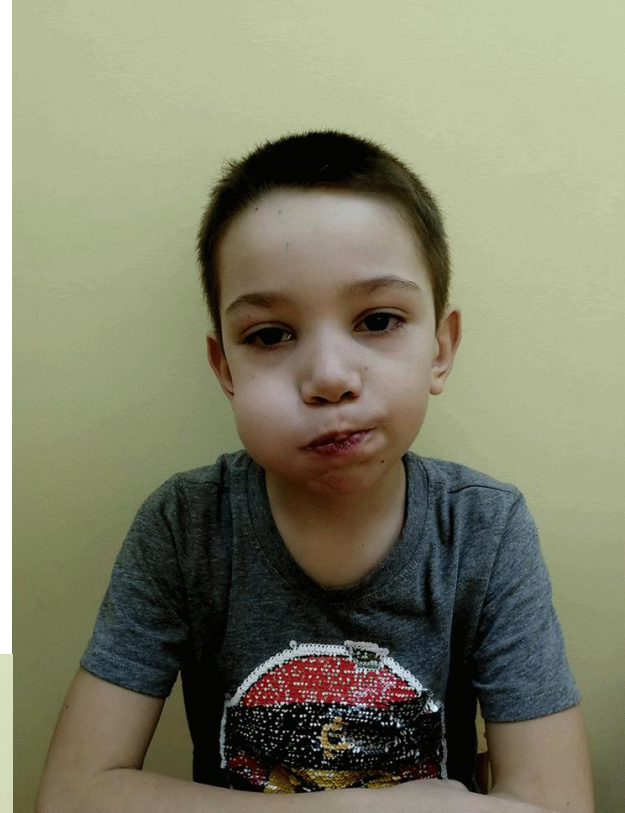


Комплекс упражнений

- ▶ 9. Произносить гласные звуки *а, э, и, о, у*.
- ▶ 10. Произносить, удерживая кончик высунутого языка пальцами, и-а. Звук "и" отделяется от звука "а" паузой.
- ▶ 11. Надуть резиновые игрушки, пускать мыльные пузыри.



► **Надувать щеки одновременно
и попеременно.**



- Эти упражнения помогут избавиться не только от гнусавости в речи, но и от храпа, если его причина слабое мягкое нёбо.

1

Здоровое дыхание: воздух свободно проходит через все пути. Но чем они уже, тем сильнее вибрируют язычок и стенки глотки. Возникает храп.



2

Апноэ - прерывание дыхания - происходит из-за «схлопывания» стенок глотки и неба. Воздух не проходит.

