

ARTIKULĀCIJAS APARĀTA SAGATAVOŠANA PAREIZAS SKAŅU IZRUNAS VEIDOŠANAI

Visefektīvākais līdzeklis artikulācijas aparāta sagatavošanai skaņu veidošanai ir artikulācijas vingrinājumi. Šos vingrinājumu kompleksus ir izstrādājuši speciālisti – logopēdi. Šie vingrinājumi izstrādāti dažādām muskuļu grupām.

ARTIKULĀCIJAS VINGRINĀJUMI.

VINGRINĀJUMI LŪPĀM

„**Sētiņa**”. Pasmaidīt, parādīt zobus un noturēt, kamēr pieaugušais skaita līdz 5.

„**Smaidīšs**”. Iestiept lūpas platā smaidā un noturēt, kamēr pieaugušais skaita līdz 5.

„**Taurīte**”. Lūpas izstiept uz priekšu (kā pie skaņas „ū”), noturēt, kamēr pieaugušais skaita līdz 5.

„**Baranka**”. Lūpas noapaļo uz priekšu (kā pie skaņas „o”).

Plati atvērt muti (kā pie skaņas „ā”).

Mainīt lūpu stāvokļus: lūpas smaidā → izstieptas uz priekšu → noapaļotas → viegli sakļautas.

„**Apmīļo lūpiņas**”. Apņem apakšlūpu ar augšlūpu. Apņem augšlūpu ar apakšlūpu.

„**Sprādziens**”. Lūpas stingri sakļautas un spēcīgi, strauji tās atslābināt (atdarina „sprādzienu”). Nebalsīgā skaņa: P-P-P. Balsīgā skaņa: B-B-B.

VINGRINĀJUMI MĒLEI

„**Plācenītis**”. Nolikot mīkstu, platu mēli uz apakšlūpas un noturēt to, kamēr pieaugušais skaita līdz 5-7.

„**Adatiņa**”. Izstiept garu, spicu mēli.

„**Pulkstenītis**”. Atvērt muti, kustināt mēles galu, pieskaroties kreisajam, labajam lūpu kaktiņam.

„Garšīgais ievārījums”. Nolaizīt augšlūpu ar platu mēles galu (no viena lūpu kaktiņa līdz otram; no augšas uz leju), pēc tam tāpat nolaizīt apakšlūpu.

„Labrīt!”. Ar mēles galu „iebakstīt” labajā vaigā, kreisajā vaigā (no iekšpuses) un „patīrīt” vaigus.

„Šūpoles”. Mute atvērta. Šūpot mēli uz augšu (platu mēles galu pacelt aiz augšējiem priekšzobiem), uz leju (platu mēles galu nolikt aiz apakšējiem priekšzobiem).

„Kaķītis lok pienu”. Atvērt muti, izbāzt mēli, pacelt mēles sānus un galu, veidojot „karotīti”. Tad mēli ievilk mutē, atdarinot kaķi, kas lok pienu.

„Tīrsim zobīņus”. Atvērt muti, un ar mēles galu „tīrīt” augšējos un apakšējos priekšzobus (no iekšpuses), kustinot mēli pa labi, pa kreisi.

„Āmuriņš”. Izbāzt mēli no mutes, un ar mēles galu vienmērīgi pieskarties virslūpai.

„Kaķītis dusmojas”. Aizlikt mēles galu aiz apakšējiem zobiem, mēles vidusdaļu izlikt uz āru. Neatraujot mēli no zobiem, ievilkt to atpakaļ mutē. Atkārtot vairākas reizes.

„Krāsotājs ar otu”. Atvērt muti un ar mēles galu „krāsot” mutes „griestus” no zobu saknēm uz iekšpusi.

„Zirdziņi”. Pasmaidīt, parādīt zobus, pavērt muti un klakšķināt ar mēles galu.

„Bundzinieks”. Pasmaidīt, atvērt muti un ar sasprindzinātu mēles galu paklaudzināt aiz augšējiem zobiem (d, d, d), sākumā lēni, tad ātrāk. Sekot, lai mute būtu pavērta, lūpas smaidā, apakšžoklis nekustīgs un kustētos tikai mēle.

VINGRINĀJUMI MĪKSTAJĀM AUKSLĒJĀM

- Plati atvērt muti un izrunāt „a”.
- Norīt siekalas.
- Žāvāties.
- Paklepot ar atvērtu muti.

VINGRINĀJUMI ŽOKĻU LOCĪTAVĀM

- „**Zivtiņa runā**”. Atvērt un aizvērt platu muti.
- „**Miedziņš nāk!**”. Žāvāties ar plaši atvērtu muti, ievelkot elpu un izelpojot.

VINGRINĀJUMI SEJAS MUSKULATŪRAI

- Pacelt un nolaist uzacis.
- Savilkt uzacis.
- Saraukt degunu.

ELPOŠANAS VINGRINĀJUMI

- Ielpot caur degunu, izelpot caur muti un otrādi.
- Piepūst vaigus, pēc tam tos strauji ievilkt.
- Izelpā pūst stabulīti, svilpīti, taurīti (ieelpojot caur degunu).
- Pūst spalviņu, vates piciņu pa galda virsmu, mainot gaisa plūsmas ilgumu, nepiepūšot vaigus.
- No dažādiem attālumiem ar spēcīgu elpu (nepiepūšot vaigus) nopūst degošu sveci.
- Pūst ūdenī ar salmiņu, veidojot burbuļus.
- Pūst uz papīra lapiņas, pakāpeniski attālinot to no lūpām.
- Ieteicams pūst ziepju burbuļus, pieneņu pūkas, vējdzirnaviņu spārnus, vieglas peldošas rotaļlietas ūdenī.

Uzmanību!

Pūšana jāuzsāk pakāpeniski, uzmanīgi vērojot bērna ausu maliņas. Ja tās kļūst baltas, pūšana jāpārtrauc.