**Uzdevumi bērna runas attīstībai**

1.Artikulācijas aparāta vingrinājumi

Artikulācijas aparāta  vingrinājumi ir runas orgānu vingrinājumi, kas palīdz attīstīties lūpām, mēlei, aukslējām, žokļiem un elpošanai.  Tie palīdz sagatavoties precīzai skaņu veidošanai.
Turpinājumā vingrinājumu piemēri:
Vingrinājumus ieteicams pildīt 2 reizes dienā – no rīta un vakarā ~ 5 min. Vingrinājumus pilda sēžot pretī spogulim (labi redz savu un pieaugušā seju), rokas un kājas ir miera stāvoklī, mugura taisna.
Veidojiet pozitīvu emocionālu gaisotni, slavējiet bērnu, norādiet uz panākumiem.
Vingrinājumi paredzēti, lai vingrinātu artikulācijas aparātu pareizai un precīzai skaņu [s], [z], [c], [š], [ž], [č], [r], [l], [k], [g] izrunai.
Visus vingrinājumus pildīt rotaļu formā.

 ***Statiskie vingrinājumi***

**“Taurīte – smaids**
 Lūpas atvilkt smaidā, savilkt taurītē. Katru pozīciju noturēt 10 – 15 sekundes.

  **“Taurīte”**
 Lūpas cieši sakļautas, stiepj uz priekšu cik vien tālu iespējams. Noturēt lūpas izstieptā pozīcijā ~10 sekundes.

  **“Lāpstiņa”**
Mute atvērta – platu mēles galu nolaist pāri apakšējai lūpai – noturēt atslābinātu mēli kamēr pieaugušais skaita no 1 – 10. Augšējā lūpa nedrīkst pieskarties mēlei.

 **“Adatiņa”**
Mute atvērta – izbāzt mēli cik vien var, mēles gals spics. Mēle nedrīkst pieskarties lūpām. Mēli noturēt pozīcijā kamēr pieaugušais skaita no 1 – 10.

 **“Dusmīgais kaķis”**
Mute pusatvērta – mēles gals atrodas pie apakšējiem priekšzobiem, mēles mugurējā daļa piepacelta. Mēli jānotur šādā pozīcijā kamēr pieaugušais skaita no 1-10.

**“Bura”**
Mute plaši atvērta – mēles gals piespiests aiz augšējās priekšzobu rindas, mēles muguras daļu nedaudz izliec uz priekšu, mēles sāni var pieskarties pie zobiem. Vingrinājumu izpilda 2 -3 reizes. Mēli pozīcijā notur kamēr pieaugušais skaita no 1 – 10.

**“Kausiņš”**
Mute plaši atvērta, platu mēles galu pacelt pie augšējiem priekšzobiem ( nepieskaroties tiem), mēles sānu daļa var pieskarties zobiem. Mēli jānotur šādā pozīcijā kamēr pieaugušais skaita no 1 – 10. vingrinājumu izpilda 3 -4 reizes.

  **“Žodziņš”**
Zobi cieši sakļauti, lūpas smaidā. Vingrinājumu izpildīt 5 -6 reizes, pozīciju noturēt 10 – 15 sekundes.

***Dinamiskie vingrinājumi***

**“Pīles knābītis”**
Lūpas *taurītē*, vaigi ievilkti, veido*čāpstinošas* skaņas ar lūpu palīdzību.

 **“Aizskariņi”**
Mute pusatvērta – apakšējā lūpa nosedz apakšējo zobu rindu; augšējā lūpa atsedz augšējo zobu rindu. Pretēji maina lūpu pozīcijas – augšlūpa nosedz zobus, apakšlūpa atsedz zobus. Vingrinājumu izpilda 5 – 6 reizes.

**“Zirdziņš”**
*Piesūkt* mēles galu pie cietajām aukslējām. Pildot vingrinājumu maina tempu ( lēni – ātri – ļoti ātri). Vingrinājumu izpilda 10 – 15 reizes.

 **“Sēnīte”**
 Plati atvērt muti, *piesūkt* mēles virsējo daļu pie cietajām aukslējām, vienlaicīgi imitēt mēles *atraušanu* no aukslējām. Mēli noturēt pozīcijā – neatraut no aukslējām. Vingrinājumu izpilda 5 – 6 reizes.

**“Krāsotājs”**
Plati atvērt muti, ar platu mēles galu virzīties pa cietajām un mīkstajām aukslējām. Mēli virzīt no priekšzobiem līdz ūkai. Vingrinājumi pildīt lēnā tempā 5 – 6 reizes.

 **“Dzenītis”**
 Plati atvērt muti, ar mēles galu *klaudzināt* pie augšējiem priekšzobiem un artikulēt skaņu [d]: d-d-d-d-d. Vingrinājumu pilda 15 – 20 sekundes.

**“Gludeklītis”**
 Mute mazliet atvērta. Ar mēles galu pieskarties augšējiem priekšzobiem un strauji atraut mēli, it kā “gludinot” cietās aukslējas. Vingrinājumu izpildīt 20 – 25 reizes.

**“Oda gaiņāšana”**
Augšlūpa un apakšlūpa pieskaras izbāztam mēles galiņam, pūst spēcīgu gaisa strūklu uz mēles galu – tās ietekmē mēles galiņam jāvibrē.

 **“Mēles gala košļāšana”**
Lūpas smaidā, košļāt mēles galiņu 8 – 10 reizes.

  **“Šūpoles”**
Mute plati atvērta. Mēles gals pieskaras augšējiem un apakšējiem priekšzobiem. Vingrinājumu izpildīt 15 – 20 reizes.

**“Bumbiņas ripināšana”**
 Lūpas sakļautas, ar mēli veic apļveida kustības mutē. Kustības veic pulksteņrādītāja virzienā, pēc tam pretēji. Katrā virzienā izpilda 5 – 6 apļus.

**“Pulkstenītis”**
 **Mērķis:**vingrināt mēles sānu muskulatūru, kustību amplitūdu.
 Mute pusatvērta, mēle izbāzta, virza mēli no labā uz kreiso mutes kaktiņu. Vingrinājumu izpilda 20 sekundes.

**“Gaļas mašīna”**
 Lūpas smaidā, zobi sakosti, mēles galu virzīt caur sakostajiem zobiem. Mēli nepieciešams izbāzt pēc iespējas tālāk, lai veidojas taisna, spica mēlīte. Vingrinājumu izpildīt 3 – 4 reizes.

 **“Paslēpes”**
  Mute plati atvērta, zobi sakļauti, mēles gals atrodas pie apakšējiem priekšzobiem. Mēles mugurējo daļu ceļ uz augšu – mēles gals atrodas sākotnējā pozīcijā. Vingrinājumu izpildīt 10 reizes.

 **“Garšīgais ievārījums”**
 Ar platu mēles galu *aplaizīt*augšējo un apakšējo lūpu. Muti turēt vaļā. Vingrinājumu izpildīt 5 – 6 reizes.

**“Čūska”**
Mute atvērta, mēle izbāzta cik vien iespējams. Mēli maksimāli izbāzt un ievilkt atpakaļ mutē. Kustības izpilda lēnā tempā 5 -6 reizes.

 **“Garstāvoklis”**
 Lūpas smaidā, zobi sakļauti (labs garastāvoklis). Lūpas taurītē – dusmīgs ar mīmikas palīdzību. Izpilda 5 reizes. Vingrinājumu beigās obligāti pasmaidīt.

**2.**[**Logopēdiskie vingrinājumi visiem**](https://www.youtube.com/watch?v=KUmCL9ToqVQ)

[**https://www.youtube.com/watch?v=KUmCL9ToqVQ**](https://www.youtube.com/watch?v=KUmCL9ToqVQ)

3.youtue-[Skaņa R](https://www.youtube.com/watch?v=Pyp5Yn8ozoY)

<https://www.youtube.com/watch?v=Pyp5Yn8ozoY>