

«Речевое дыхание у детей с дизартрией».

Из педагогической практики учителя-логопеда коррекционной школы.

В клинической картине дизартрии неизменно присутствуют расстройства дыхания. Неречевое дыхание дизартриков имеет свои особенности. Оно, как правило, поверхностное, ритм его недостаточно устойчив, легко нарушается при эмоциональном напряжении.

Речевое дыхание представляет собой высококоординированный акт, во время которого дыхание и артикуляция строго соотносятся в процессе речевого высказывания. У дизартриков эта координация нередко нарушается даже в процессе плавной речи. Перед вступлением в речь дизартриков делают недостаточный по объему вдох, что не обеспечивает целостного произнесения интонационно-смыслового отрезка сообщения. Нередко дизартрики (не только дети, но и взрослые) говорят на вдохе, либо в фазе полного выдоха.

Источником образования звуков речи является воздушная струя, выходящая из легких через гортань, глотку, полость рта или носа наружу. Речевое дыхание является произвольным, в отличие от неречевого, которое осуществляется автоматически. При неречевом дыхании вдох и выдох производятся через нос, вдох по продолжительности почти равен выдоху. Речевое дыхание осуществляется через рот, вдох совершается быстро, выдох замедлен. При неречевом дыхании за вдохом сразу следует выдох, затем пауза. При речевом дыхании за вдохом следует пауза, а затем плавный выдох. Правильное речевое дыхание обеспечивает нормальное звукообразование, создает условия для поддержания соответствующей громкости речи, четкого соблюдения пауз, сохранения плавности речи и интонационной выразительности. Дети, имеющие ослабленные вдох и выдох, как правило, имеют тихую речь, затрудняются в произнесении длинных фраз. При нерациональном расходовании воздуха при выдохе нарушается плавность речи, так как дети на середине фразы вынуждены добирать воздух. Часто такие дети не договаривают слова и нередко в конце фразы произносят их шепотом. Иногда, чтобы закончить длинную фразу, они вынуждены говорить на вдохе, от этого речь становится нечеткой, с захлебыванием. Укороченный выдох вынуждает говорить фразы в ускоренном темпе без соблюдения логических пауз.

Во время тренировочных упражнений поза ребенка должна занимать такое положение, при котором мышцы органов артикуляционного аппарата будут максимально расслаблены. Для детей со спастической формой дизартрии этот момент является наиболее важным, так как у них преобладает ключичное поверхностное дыхание. Наиболее удобное положение приобретает, если ребенок сидит с опущенными плечами, опершись на невысокий край стола локтями, и всем весом опирается подбородком на

тыльные стороны ладоней. При такой позе снижается возможность спастичности мышечного тонуса в области лица и шеи, облегчается организация правильной работы дыхательных мышц.

Тренируем плавный длинный выдох с беззвучной артикуляцией гласных звуков [а], [о], [у] или с переднеязычных глухих согласных, например звука [т]. Контролю над правильным дыханием также способствуют такие приемы, как дутье на ватку, на полоски бумаги и т. д.

Можно использовать следующие игровые упражнения:

«Греем ручки». Ребенок вдыхает через нос и с удлиненным выдохом беззвучного [а] «греет» руки.

«Ветер в трубе». Предлагается представить, как ветер дует в трубе долго и протяжно. Нужно как можно дольше протянуть без участия голоса звук У. Вдох осуществляется через нос.

«Сдутый шарик». Ребенка просят надуть и спустить шарик, а затем повторить звуки, которые ребенок слышал во время выполнения задания. Сначала должны произноситься короткие сильные беззвучные [ф-ф-ф] (надувание шарика), затем медленно, протяжно шепотом — звуки [т-т-т] (шарик сдувается). В результате правильного произнесения к звуку т добавляется легкий свистящий оттенок [тс-с-с].

«Пауза». Логопед читает хорошо известное ребенку четверостишие. По его просьбе в местах паузы ребенок должен одновременно с раскрытием ладоней и напряжением пальцев кистей произнести короткие сильные шепотные звуки [па].

«Ветер и занавеска». Ребенок выдыхает то слабую, то сильную струю воздуха через рот на тонкие полоски бумаги («занавеску») по сигналу логопеда. Или при меньших нарушениях можно использовать комплексы упражнений с движениями, например по временам года.

Зима

«Снег идет»

И.п.: ноги вместе, руки подняты вверх. 1-плавно опускать руки (вдох носом); 2 – на выдохе произносить: «Ш-ш-ш!». Повторить 3-4 раза.

«Снежки»

И.п.: стоя, ноги на ширине плеч. 1- наклониться вниз, взять «снежок» (вдох); 2 – на выдохе произносить: «Оп! Оп! Оп! Повторить 3-4 раза.

Весна

«Ручеек журчит»

И.п.: о.с. 1-волнообразные плавные движения сложенными ладонями, вдох носом; 2-на выдохе произносить: «Буль-буль-буль!». Повторить 3-4 раза.

«Капель стучит по крыше»

И.п.: о.с. 1-плавный вдох, удары указательным пальцем правой руки по левой ладошке; 2- на выдохе произносить: «Тдд-тдд! Тдд-тдд! Повторить 3-4 раза.

Лето

«Загораем»

И.п.: о.с. 1-поднять руки на затылок, вдох, посмотреть вверх на солнышко; 2- опустить руки вниз через стороны, выдох, голову опустить в и.п. Повторить 3-4 раза.

«Тянем руки к солнышку»

И.п.: стоя, ноги на ширине плеч. 1- вдох, поднимать руки вверх; 2- выдох, и.п. Повторить 3-4 раза.

Осень

«Идем по лужам»

И.п.: о.с. 1-ходьба на месте (вдох); 2- на выдохе произносить: «Хлюп-хлюп-хлюп!»; 3-ходьба на месте (вдох носом); 4- на выдохе произносить: «Шлеп-шлеп-шлеп». Повторить 3-4 раза.

«Осенний ветерок»

И.п.: ноги вместе, руки держат листья на уровне лица. 1-плавный вдох; 2- на выдохе произносить: «Ф-ф-ф!». При правильном выполнении упражнения листочек отклоняется в сторону. Повторить 4-5 раз.

Давайте развивать наше дыхание, давайте развивать дыхание наших детей!