

Некоторые рекомендации по формированию речевого дыхания

Важным разделом логопедической работы при ДЦП является развитие дыхания и коррекция его нарушений. Эту работу начинают с первых месяцев жизни больного ребёнка, что имеет большое значение для его общего соматического состояния, а также для стимуляции голосовых реакций. Логопед проводит с ребёнком пассивные дыхательные упражнения в положении на спине или животе - в «рефлекс-запрещающих позициях». **Пример:** ребёнок лежит на спине. В ритме дыхания, осторожно потряхивая ноги ребёнка, их вытягивают, разгибают (при этом происходит вдох), а сгибание их в коленях и приведение к животу усиливает и удлиняет выдох. Для активизации работы диафрагмы это упражнение можно проводить, заведя руки ребёнка под голову. И т.п

Поскольку дыхание, голосообразование и артикуляция - это единые взаимообусловленные процессы, тренировка дыхания, улучшение голоса и улучшение артикуляции проводятся одновременно. Задания усложняются постепенно: тренировка длительного речевого выдоха сначала проводится на отдельных звуках, потом - на словах, затем - на короткой фразе, при чтении стихов и прозы.

Комплекс упражнений для воспитания навыков речевого дыхания рекомендуется выполнять в *состоянии покоя (лёжа, сидя, стоя) и во время движения.*

Задачи гимнастики – освоить технику смешанно-диафрагмального дыхания с активизацией мышц брюшного пресса; сознательно регулировать его ритм, а также правильное соотношение вдоха и выдоха, распределение выдоха на определённые речевые отрезки, диктуемые логикой.

Воспитание и реализация темпа и ритма дыхания реализуется через систему целенаправленных тренировок. Темп и ритм дыхания формируется в процессе упражнений (статических и динамических), которые выполняют сначала без речи, затем с вербальным сопровождением (при произнесении изолированных звуков, звукосочетаний, слов, фраз).

Регулярные занятия дыхательной гимнастикой способствуют воспитанию правильного речевого дыхания с удлиненным постепенным выдохом, что позволяет получить запас воздуха для произнесения различных по длине речевых отрезков.

Обратите внимание!

При занятиях дыхательной гимнастикой необходимо соблюдать следующие условия:

- не заниматься в пыльной, непроветренной или сырой комнате;
- не заниматься после еды;
- занятия проводить в свободной одежде, не стесняющей движений;
- не переутомляться, при недомогании отложить занятия;
- дозировать количество и темп проведения упражнений.

При выполнении дыхательных упражнений необходимо придерживаться следующих рекомендаций:

Комплекс упражнений для воспитания навыков речевого дыхания рекомендуется выполнять в *состоянии покоя (лёжа, сидя, стоя) и во время движения.*

- Начинать заниматься диафрагмальным дыханием надо лёжа на спине – это наиболее удобное положение. Можно контролировать правильность вдоха и выдоха положив руку на диафрагму (либо книгу). При вдохе живот надувается, а при выдохе опускается. После достаточной практики в течение нескольких дней лёжа необходимо продолжить тренировки сидя и стоя. Проводить тренировки следует до тех пор, пока не будет полного контроля за дыханием и оно не станет привычным.
- Вдыхать воздух через рот и нос, выдыхать через – рот. Вдох от выдоха нельзя отделять паузой, вдох сразу переходит в выдох.
- Вдыхать бесшумно. При вдохе не набирать слишком много воздуха, вдохнуть надо столько, чтобы можно было ещё немного добрать. Не выдыхать весь воздух полностью, а сохранить небольшой запас в лёгких. Выдох должен быть естественным, экономным, без усилий.
- Выдыхаемый воздух расходовать в основном на гласные звуки (в первую очередь на ударные).
- На одном выдохе произносить не больше 3-4 слов. Слова произносить слитно, не отделяя одно от другого.
- В длинных предложениях между смысловыми отрезками делать остановку для добора воздуха и продолжать фразу после вдоха.

- Следить за тем, чтобы во время упражнений не было напряжений мышц шеи, рук, груди; чтобы плечи и ключицы не поднимались при вдохе, а при выдохе не опускались.
- Необходимо дышать свободно, избегая судорожности и толчков в дыхании.

Игры: «Кораблик»



«Вертушка»



«Снегопад»



«Вертушка»



«Послушный ветерок»



«Сдуй бабочку»



«Удержи мяч»



«Забей гол в ворота»



«Загони машину в гараж»



«Пузырьки»



«Сдуй ватный шарик»



«Мыльные пузыри»



«Дудочка»



«Воздушный шар»



«Грибок»



Список литературы

1. Абрашина, Н.А. Двигательные церебральные нарушения./ Н.А. Абрашина. – Саратов: Приволжской книжное издательство, 1997. – 244 с.23. Архипова, Е.Ф. Коррекционная работа с детьми с церебральным параличом./Е.Ф. Архипова. - М.: Просвещение, 1999. – 244с.
3. Бабина, Г.В. Речевые нарушения при детском церебральном параличе/ Г.В. Бабина // Вопросы логопедии. - М.: МГПИ, 1978. – 136 с.
4. Василенко, Н.А. Психопатологическая характеристика учащихся с церебральным параличом/ Н.А. Василенко // Дефектология. – 1980. - № 1.5
5. Винарская, Е.Н. Дизартрия и ее диагностическое значение в клинике очаговых поражений мозга / Е.Н. Винарская, А.М. Пулатов. - Ташкент, 1973. – 264 с.
6. Воспитание и обучение детей с нарушениями речи./Под ред. С.С. Ляпидевского и В.И. Селиверстова. – М.: Просвещение, 1968. – 142 с.
7. Выявление и преодоление речевых нарушений в дошкольном возрасте: метод, пособие / Сост. И. Ю. Кондратенко. - М.: Айрис-пресс, 2005. - 224 с.
8. Генинг, М.Г. Обучение дошкольников правильной речи./ М.Г. Генинг. – Чебоксары,
9. Данилова, Л.А. Методы коррекции речевого и психического развития у детей с церебральным параличом. / Л.А. Данилова. - Л.: Медицина, 1977. – 312 с.
10. Зеeman, М. Расстройство речи в детском возрасте./ М. Зеeman. / Пер. с чеш. Е.О.
11. Калижнюк, Э.С. Психические нарушения при детских церебральных параличах./ Э.С. Калижнюк. – Киев: Вища школа, 1987. – 286 с.

12. Лопатина, Л.В. Логопедическая работа с детьми дошкольного возраста с минимальными диартрическими расстройствами./ Л.В. Лопатина. - СПб.: Союз, 2005 – 286 с.
13. Максаков, А.И. Учителе, играя./ А.И. Максаков, Г.А. Тумакова – М.: Просвещение, 1983. – 192с.
14. Мастюкова, Е. М. В. Нарушения речи у детей с церебральным параличом./ Е.М. Мастюкова, М.В. Ипполитова. - М.: Просвещение, 1985.- 135 с.
15. Мастюкова, Е.М. Особенности логопедической работы при детском церебральном параличе/ Е.М. Мастюкова //Логопедия/ Под ред. Л.С.Волковой.- М.,1989.- 196 с.