

## «Что такое дизартрия? Принципы работы логопеда с ребенком при дизартрии»

Когда родителям врач невропатолог ставит диагноз «Дизартрия», то выписав лечение, сразу направляет ребенка к логопеду.

**Дизартрия** — нарушение звукопроизносительной стороны речи, обусловленное органической недостаточностью иннервации речевого аппарата.

Основная задача коррекции произношения детей — дизартриков — добиться дифференцированного произношения. Поскольку главной причиной недостатков произношения является полная или частичная неподвижность органов речевого аппарата, основное внимание логопеда должно быть направлено на развитие подвижности артикуляционного аппарата.

Логопедическая работа с детьми-дизартриками базируется на знании структуры речевого дефекта при разных формах дизартрии, механизмов нарушения общей и речевой моторики, учёте личностных особенностей детей.



Система логопедического воздействия при дизартрии имеет комплексный характер: коррекция звукопроизношения сочетается с формированием звукового анализа и синтеза, развитием лексико-грамматической стороны речи и связного высказывания. Спецификой работы является сочетание с дифференцированным артикуляционным массажем и гимнастикой, логопедической ритмикой, а в ряде случаев и с общей лечебной физкультурой, физиотерапией и медикаментозным лечением.

Успех логопедических занятий во многом зависит от их раннего начала и систематичности проведения.

Проведение логопедического массажа проводится на подготовительном этапе, на котором осуществляется работа по развитию артикуляционного аппарата, ей предшествует:

- проведение дифференцированного массажа лицевой и артикуляционной мускулатуры, в зависимости от состояния мышечного тонуса. Основными

приемами массажа являются поглаживания, пощипывания, разминания, вибрация. Характер выполнения движений также будет определяться состоянием мышечного тонуса.

- проводится работа по развитию мимических мышц лица. С этой целью ребенка учат открывать и закрывать глаза, хмурить брови, нос и т.д. По мере выполнения таких заданий постепенно развивается их дифференцированность и произвольность.

Движения губ. Под счет производится поочередно оскал зубов (от улыбки) и вытягивание хоботком (от сосательного движения губ). В качестве механической помощи для движения оскала можно употребить оттягивание пальцами уголков губ. Для укрепления губ можно рекомендовать удержание губами бумажных трубок различного диаметра (все уменьшающегося), круглой каучуковой палочки, зонда.

Логопеду необходимо тренировать больного в активном расслаблении мышц и в волевом подавлении гиперкинезов. В ряде случаев удается преодолеть невнятность и смазанность артикуляции расчленением автоматизированных артикуляторных навыков произношения целых слов и фраз. Постоянно работа ведется над развитием дыхания, над темпом, ритмом, мелодикой и оптимальной четкостью речи.

В логопедической работе при дизартрии широко использует изложенную выше методику исправления звукопроизношения, но требует больших сроков и последовательного применения системы специальных упражнений, а также работы над речью в целом и над личностью ребенка.

**Цель логопедической работы при псевдобульбарной дизартрии** может быть сформулирована следующим образом: выправить звуковую сторону речи ребенка в широком смысле этого слова и попутно выровнять все остальные стороны речи и личности ребенка, вторично пострадавшие в своем развитии в связи с основным нарушением.

**Задача логопедического воздействия** заключается в следующем:

- а) преодолеть имеющиеся нарушения речевой моторики;
- б) преодолеть, затормозить неправильные речевые навыки;
- в) создать взамен их новые — правильные;
- г) закрепить новые навыки до степени автоматизации.

При псевдобульбарной дизартрии очень большое внимание должно быть уделено работе над речевой моторикой. Эта работа складывается из следующих звеньев:

- а) артикуляционная гимнастика;
- б) массаж;
- в) использование произвольных движений;
- г) пассивная гимнастика с постепенным переходом в пассивно-активную; активная гимнастика.

### **Упражнения для развития артикуляционной моторики:**

Артикуляционную гимнастику выполняют сидя, так как в таком положении у ребенка прямая спина, тело не напряжено, руки и ноги находятся в спокойном положении. Ребенок должен хорошо видеть лицо взрослого, а также свое лицо, чтобы самостоятельно контролировать правильность выполнения упражнений.



Поэтому ребенок и взрослый во время проведения артикуляционной гимнастики должны находиться перед настенным зеркалом. Также ребенок может воспользоваться небольшим ручным зеркалом (примерно 9х12 см), но тогда взрослый должен находиться напротив ребенка лицом к нему.

Взрослый, проводящий артикуляционную гимнастику, должен следить за качеством выполняемых ребенком движений: точность движения, плавность, темп выполнения, устойчивость, переход от одного движения к другому. Также важно следить, чтобы движения каждого органа артикуляции выполнялись симметрично по отношению к правой и левой стороне лица. В противном случае артикуляционная гимнастика не достигает своей цели.

Сначала при выполнении детьми упражнений наблюдается напряженность движений органов артикуляционного аппарата. Постепенно напряжение исчезает, движения становятся непринужденными и вместе с тем координированными.

В процессе выполнения гимнастики важно помнить о создании положительного эмоционального настроя у ребенка. Нельзя говорить ему, что он делает упражнение неверно, — это может привести к отказу выполнять движение. Лучше покажите ребенку его достижения («Видишь, язык уже научился быть широким»), подбодрить («Ничего, твой язычок обязательно научится подниматься кверху»).

- Упражнение «Лопатка» («Блинчик») – сделать язык широким и распластанным;
- Упражнение «Жало» («Иголочка») – сделать язык узким, напряженным;
- Упражнение «Оближи губки» — облизать поочередно верхнюю, нижнюю губы.
- Упражнение «Вкусное варенье» — облизывать верхнюю губу широким кончиком языка сверху вниз.
- Упражнение «Качели» — потянуться языком к носу, подборку, чередуя эти положения;
- Упражнение «Лошадка» — пощелкать языком, меняя темп и громкость;
- Упражнение «Жало – Лопатка» — чередовать положения в конфигурации языка «Жало» и «Лопатка»;
- Упражнение «Заборчик» — делать широкую улыбку, обнажающую зубы;
- Упражнение «Трубочка» — вытянуть губы в трубочку;
- Упражнение «Заборчик – Трубочка» — чередовать положения губ «заборчик» и «трубочка».
- Выдвинуть вперед челюсть, затем оттянуть челюсть назад.

**Логопедический массаж** — активный метод механического воздействия, который изменяет состояние мышц, нервов, кровеносных сосудов и тканей периферического речевого аппарата.

Логопедический массаж представляет собой одну из логопедических техник, способствующих нормализации произносительной стороны речи и



эмоционального состояния лиц, страдающих речевыми нарушениями.

Массаж служит для возбуждения иннервации речевой и лицевой мускулатуры.

Перед массажем рекомендуется провести упражнения на расслабление массируемой мышцы. Массаж проводится теплой рукой; начинается он обычно с поглаживания, этим же приемом его хорошо и закончить. Другими приемами будут легкое похлопывание и пощипывание. Более энергичное проведение их может усиливать гиперкинезы и спастичность.

Массируют мышцы щек, губ, верхней поверхности языка, мягкого нёба (в зависимости от места поражения).

Массаж облегчает продвижение крови по капиллярам, ускоряет венозный отток, а значит, помогает скорейшему заживлению ран и созреванию рубцов. Массаж мягкого нёба может несколько удлинить его.

Массаж в ротовой полости противопоказан при стоматитах, ангинах, острых респираторных заболеваниях, повышенной температуре тела. В этом случае его следует заменить (!) полосканием горла настоями трав (шалфей, ромашка, календула и др.) 2-3 раза в день. Обучить этому следует самого ребенка и окружающих его взрослых. Выполняется массаж только чистыми, сухими, теплыми руками с коротко остриженными ногтями, подушечками пальцев. Нагрузку увеличивают постепенно. Массаж может от 2 до 10 минут.

Логопедический массаж осуществляет логопед, который владеет техникой логопедического массажа, прошедший специальную подготовку и знающий анатомию мышц, обеспечивающих речевую деятельность.

Логопедический массаж оказывает общее положительное воздействие на организм в целом, вызывая благоприятные изменения в нервной и мышечной системах, играющих основную роль в речедвигательном процессе.

### **Цели логопедического массажа:**

- 1) нормализация мышечного тонуса общей, мимической и артикуляционной мускулатуры;
- 2) уменьшение проявления парезов и параличей мышц артикуляционного аппарата;
- 3) снижение патологических двигательных проявлений мышц речевого аппарата (синкинезии, гиперкинезы, судороги и т.п.);
- 4) стимуляция проприоцептивных ощущений;

- 5) увеличение объема и амплитуды артикуляционных движений;
- 6) активизация тех групп мышц периферического речевого аппарата, у которых имелась недостаточная сократительная активность;
- 7) формирование произвольных, координированных движений органов артикуляции.

## Дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой

В логопедической работе над речевым дыханием детей, подростков и взрослых широко используется парадоксальная дыхательная гимнастика А.Н.Стрельниковой. Стрельниковская дыхательная гимнастика — детище нашей страны, создавалась она на рубеже 30-40-х годов как способ восстановления певческого голоса, потому что А.Н.Стрельникова была певицей и его потеряла.



Эта гимнастика — единственная в мире, в которой короткий и резкий вдох носом делается на движениях, сжимающих грудную клетку.

Упражнения активно включают в работу все части тела (руки, ноги, голову, бедренный пояс, брюшной пресс, плечевой пояс и т.д.) и вызывают общую физиологическую реакцию всего организма, повышенную потребность в кислороде.

Все упражнения выполняются одновременно с коротким и резким вдохом через нос (при абсолютно пассивном выдохе), что усиливает внутреннее тканевое дыхание и повышает усвояемость кислорода тканями, а также раздражает ту обширную зону рецепторов на слизистой оболочке носа, которая обеспечивает рефлекторную связь полости носа почти со всеми органами.

Вот почему эта дыхательная гимнастика имеет такой широкий спектр воздействия и помогает при массе различных заболеваний органов и систем. Она полезна всем и в любом возрасте.

В гимнастике основное внимание уделяется вдоху. Вдох производится очень коротко, мгновенно, эмоционально и активно. Главное, по мнению А.Н.

Стрельниковой, — это уметь затаить дыхание, «спрятать» дыхание. О выдохе совершенно не думать. Выдох уходит самопроизвольно.

При обучении гимнастике А.Н. Стрельникова советует выполнять **4 основных правила.**

Правило 1. «Гарью пахнет! Тревога!» И резко, шумно, на всю квартиру, нюхайте воздух, как собака след. Чем естественнее, тем лучше. Самая грубая ошибка — тянуть воздух, чтобы взять воздуха побольше. Вдох короткий, как укол, активный и чем естественнее, тем лучше. Думайте только о вдохе.

Чувство тревоги организует активный вдох лучше, чем рассуждения о нем.

Поэтому, не стесняясь, яростно, до грубости, нюхайте воздух.

Правило 2. Выдох — результат вдоха. Не мешайте выдоху уходить после каждого вдоха как угодно, сколько угодно — но лучше ртом, чем носом. Не помогайте ему. Думайте только: «Гарью пахнет! Тревога!» И следите за тем только, чтобы вдох шел одновременно с движением. Выдох уйдет самопроизвольно. Во время гимнастики рот должен быть слегка приоткрыт.

Увлекайтесь вдохом и движением, не будьте скучно-равнодушными. Играйте в дикаря, как играют дети, и все получится. Движения создают короткому вдоху достаточный объем и глубину без особых усилий.

Правило 3. Повторяйте вдохи так, как будто вы накачиваете шину в темпоритме песен и плясок. И, тренируя движения и вдохи, считайте на 2, 4 и 8. Темп — 60-72 вдоха в минуту. Вдохи громче выдохов. Норма урока — 1000-1200 вдохов, можно и больше — 2000 вдохов. Паузы между дозами вдохов — 1-3 секунды.

Правило 4. Подряд делайте столько вдохов, сколько в данный момент можете сделать легко.

Весь комплекс состоит из 8 упражнений. В начале — разминка. Встаньте прямо. Руки по швам. Ноги на ширине плеч. Делайте короткие, как укол, вдохи громко, шмыгая носом. Не стесняйтесь. Заставьте крылья носа соединяться в момент вдоха, а не расширяйте их. Тренируйте по 2, по 4 вдоха подряд в темпе прогулочного шага «сотню» вдохов. Можно и больше, чтобы ощутить, что ноздри двигаются и слушаются вас. Вдох, как укол, мгновенный. Думайте: «Гарью пахнет! Откуда?» Чтобы понять гимнастику, делайте шаг на месте и одновременно с каждым шагом — вдох. Правой-левой, правой-левой, вдох-вдох, вдох-вдох. А не вдох-выдох, как в обычной гимнастике.

Сделайте 96 (сотню) шагов-вдохов в прогулочном темпе. Можно, стоя на месте, можно при ходьбе по комнате, можно переминаясь с ноги на ногу: вперед-



назад, вперед-назад, тяжесть тела то на ноге, стоящей впереди, то на ноге, стоящей сзади. В темпе шагов делать длинные вдохи невозможно.

Думайте: «ноги накачивают в меня воздух». Это помогает. С каждым шагом — вдох, короткий, как укол, и шумный.

Освоив движение, поднимая правую ногу, чуть-чуть приседайте на левой, поднимая левую — на правой. Получится танец рок-н-ролл. Следите за тем, чтобы движения и вдохи шли одновременно. Не мешайте и не помогайте выходить выдохам после каждого вдоха. Повторяйте вдохи ритмично и часто. Делайте их столько, сколько сможете сделать легко.

Движения головы Повороты. Поворачивайте голову вправо-влево, резко, в темпе шагов. И одновременно с каждым поворотом — вдох носом. Короткий, как укол, шумный.

96 вдохов. Думайте: «Гарью пахнет! Откуда? Слева? Справа?». Нюхайте воздух.

«Ушки». Покачивайте головой, как будто кому-то говорите: «Ай-яй-яй, как не стыдно!». Следите, чтобы тело не поворачивалось. Правой ухо идет к правому плечу, левое — к левому. Плечи неподвижны. Одновременно с каждым покачиванием — вдох.

«Малый маятник». Кивайте головой вперед-назад, вдох-вдох. Думайте: «Откуда пахнет гарью? Снизу? Сверху?».

Главные движения «Кошка». Ноги на ширине плеч. Вспомните кошку, которая подкрадывается к воробью. Повторяйте ее движения — чуть-чуть приседая, поворачивайтесь то вправо, то влево. Тяжесть тела переносите то на правую ногу, то на левую.

На ту, в которую сторону вы повернулись. И шумно нюхайте воздух справа, слева, в темпе шагов.

«Насос». Возьмите в руки свернутую газету или палочку, как рукоятку насоса, и думайте, что накачиваете шину автомобиля. Вдох — в крайней точке наклона.

Кончился наклон — кончился вдох. Не тяните его, разгибаясь, и не разгибайтесь до конца. Шину надо быстро накачать и ехать дальше. Повторяйте вдохи одновременно с наклонами часто, ритмично и легко. Голову не поднимать. Смотреть вниз на воображаемый насос. Вдох, как укол, мгновенный.



Из всех наших движений-вдохов это самое результативное.

«Обними плечи». Поднимите руки на уровень плеч. Согните их в локтях.

Поверните ладони к себе и поставьте их перед грудью, чуть ниже шеи.

Бросайте руки навстречу друг другу так, чтобы левая обнимала правое плечо, а правая — левую подмышку, то есть, чтобы руки шли параллельно друг другу.

Темп шагов. Одновременно с каждым броском, когда руки теснее всего сошлись, повторите короткие шумные вдохи. Думайте: «Плечи помогают воздуху». Руки не уводите далеко от тела. Они — рядом. Локти не разгибайте.

«Большой маятник». Это движение слитное, похожее на маятник: «насос»-«обними плечи», «насос»-«обними плечи». Темп шагов. Наклон вперед, руки тянутся к земле — вдох, наклон назад, руки обнимают плечи — тоже вдох.

Вперед — назад, вдох-вдох, тик-так, тик-так, как маятник.

«Полуприседы». Одна нога впереди, другая сзади. Вес тела на ноге, стоящей впереди, нога сзади чуть касается пола, как перед стартом. Выполняйте легкий, чуть заметный присед, как бы пританцовывая на месте, и одновременно с каждым приседом повторяйте вдох – короткий, легкий. Освоив движение, добавьте одновременные встречные движения рук.

Далее следует специальная тренировка «затаенного» дыхания: короткий вдох с наклоном, дыхание максимально задерживается, не разгибаясь, надо вслух считать до восьми, постепенно количество произнесенных на одном выдохе «восьмерок» увеличивается. На одном крепко задержанном вдохе надо набрать как можно больше «восьмерок». С третьей или четвертой тренировки произнесение заикающимися «восьмерок» сочетается не только с наклонами, но и с упражнениями «полуприседы». Главное, по мнению А.Н. Стрельниковой, почувствовать «схваченное в кулак» дыхание и проявить выдержку, повторяя вслух максимальное количество восьмерок на крепко задержанном дыхании.

Разумеется, «восьмеркам» на каждой тренировке предшествует весь комплекс перечисленных выше упражнений.

После артикуляционной гимнастики массажа и дыхательной гимнастики логопед начинает работу с ребенком по коррекции звукопроизношения.