

**«Дыхательные упражнения, упражнения на развитие речевого дыхания и голоса  
для детей с ДЦП»  
(рекомендации для родителей)**

**Учитель-логопед Бутина Татьяна Юрьевна**

У 60-70% детей с ДЦП отмечаются нарушения речи по типу дизартрии. Это характеризуется нарушениями артикуляционной моторики, расстройствами дыхания и голосообразования. Дыхательные нарушения и расстройства голосообразования в значительной степени определяются тоническими спазмами дыхательных и фонационных мышц, наличием гиперкинезов. Почти у всех детей отмечается укороченное, прерывистое, толчкообразное дыхание с резко ограниченным выдохом. Эти расстройства приводят к тому, что речь детей становится смазанной, временами скандированной.

Поэтому в комплекс упражнений логопедической гимнастики включаются дыхательные упражнения, так как дыхание-это основа речи. При любой форме дизартрии следует упражнять глубину и продолжительность вдоха и выдоха, произвольно регулировать дыхание через рот и через нос.

Работа над дыханием начинается с общих дыхательных упражнений. Цель этих упражнений состоит в том, чтобы увеличить объем дыхания и нормализовать его ритм. Ниже приводятся некоторые из таких упражнений.

**Упражнение 1.** Ребенок сидит с закрытым ртом. Затем ему зажимают одну ноздрю. Ребенок дышит под определенный ритм (счет). Потом ребенку зажимают вторую ноздрю. Повторяется тот же цикл дыхательных движений.

**Упражнение 2.** Ребенок сидит. Перед его ноздрями создается «веер воздуха». Под влиянием этого воздуха усиливается глубина вдоха.

**Упражнение 3 «Качалка»:** вдох (живот выпячивается) - выдох (подтягивается).

В процессе отработки дыхания большое значение имеют специальные упражнения-игры: выдувание мыльных пузырей, задувание свечей и т.д. Игры подбираются в зависимости от возраста и характера нарушения дыхания.

Все дыхательные движения ребенок должен производить плавно под счет или под музыку. Каждое упражнение повторять 4-5 раз. Дыхательная гимнастика должна проводиться до еды, в хорошо проветренном помещении.

Для воспитания речевого дыхания необходимо научить ребенка рационально, экономно производить выдох в процессе фонации звуков, при произнесении слогов, слов и фраз. Предлагается длительно на одном выдохе воспроизводить различные звукоподражания. Упражнения начинаются с гласных звуков и их сочетаний. Гласные звуки должны утрированно артикулироваться, а выдох должен быть длительным.

1. Один гласный на одном выдохе:

А------(медведь)	И------(мышка)
У------(пароход)	О------(слон)
Э------(козочка)	Ы------(ветер)

2. Имитируя жевательные движения, произносить слоги: ХММА-ХННА, ХММО-ХННО, ХММУ-ХННУ и т.д.

3. В упражнении следует стараться на одном выдохе произнести как можно больше сочетаний следующих цепочек согласных:

БББ-ДДД-ГГГ	ПБ-ПБ-ПБ
БДГ-БДГ-БДГ	ТД-ТД-ТД
ДБГ-ДБГ-ДБГ	КГ-КГ-КГ

4. На слоговых сочетаниях БА-БА-БА-БА-БА с добром дыхания после пяти слогов менять направления головы: перед собой – направо налево – вниз - вверх, как бы посылая фразу партнерам, которые находятся в разных местах. В слоговых сочетаниях делать ударения на последнем слоге.

