Дизартрия– нарушение произносительной стороны речи, обусловленное недостаточностью иннервации речевой мускулатуры.

Для детей со стёртой дизартрией характерно:

• Фонетическое нарушение. Нарушение звукопроизношения.

• Фонематические нарушения. Нарушение восприятия фонем (звуков) и их различения.

• Нарушение речевого дыхания.

• Нарушение просодических компонентов речи (темп, ритм, мелодика, интонация голоса).

• Может наблюдаться нарушение лексико-грамматического компонента речи.

• Расстройство со стороны общей моторики.

• Расстройство мелкой моторики пальцев рук.

• Расстройство артикуляционной моторики.

Условно выделяют 3 степени выраженности  дизартрии: легкую, среднюю и тяжелую.

Легкая степень выраженности дизартрии характеризуется незначительными нарушениями (речевой и неречевой симптоматикой) в структуре дефекта. Часто её называют «нерезко выраженной» или «стертой» дизартрией.

***Дыхательная гимнастика***

При обучении гимнастике А. Н. Стрельникова советует выполнять четыре 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.

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.

Правило 3. Повторяйте вдохи так, как будто вы накачиваете шину в темпе ритма песен и плясок. Темп: 60-72 вдоха в минуту. Вдохи громче выдохов. Норма урока: 1000-1200 вдохов, можно и больше - 2000 вдохов.

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

   Освоив движение, поднимая правую ногу, чуть-чуть приседайте на левой, поднимая левую - на правой. Следите за тем, чтобы движения и вдохи шли одновременно. Повторяйте вдохи ритмично и часто. Делайте их столько, сколько сможете сделать легко.

**Движенияголовы**

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

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

**-***"Малый маятник".* Кивайте головой снизу, сверху, вдох-выдох.

**Упражнения для развития речевого дыхания**

- Выберите удобную позу (лежа, сидя, стоя), положите одну руку на живот, другую - сбоку на нижнюю часть грудной клетки. Сделайте глубокий вдох через нос. После вдоха сразу же произведите свободный, плавный выдох.

- Произведите короткий, спокойный вдох через нос, задержите на 2-3 секунды воздух в легких, затем произведите протяжный, плавный выдох через рот.

- Сделайте короткий вдох при открытом рте и на плавном, протяжном выдохе произнесите один из гласных звуков (а, о, у, и, э, ы).- Произнесите плавно на одном выдохе несколько звуков: ааа аааooo аaaууу.

- Произведите счет на одном выдохе до 3-5 (один, два, три...), стараясь постепенно увеличивать счет до 10-15. Следите за плавностью выдоха. Произведите обратный счет (десять, девять, восемь...).

- Попросите ребенка повторить за вами пословицы, поговорки, скороговорки на одном выдохе.

Капля и камень долбит.

Правой рукой строят - левой ломают.

Кто вчера солгал, тому завтра не поверят.

На скамеечке у дома целый день рыдала Тома.

Не плюй в колодец - пригодится воды напиться.

На дворе трава, на траве дрова: раз дрова, два дрова - не руби дрова на траве двора.

Как у горки на пригорке жили тридцать три Егорки: раз Егорка, два Егорка, три Егорка...

- Прочитайте русскую народную сказку "Репка" с правильным воспроизведением вдоха на паузах.

*Репка.* Посадил дед репку. Выросла репка большая-пребольшая.

Пошел дед репку рвать. Тянет-потянет, вытянуть не может.

Позвал дед бабку. Бабка за дедку, дедка за репку, тянут-потянут, вытянуть не могут! Позвала бабка внучку. Внучка за бабку, бабка за дедку, дедка за репку, тянут-потянут, вытянуть не могут!

Позвала внучка Жучку. Жучка за внучку, внучка за бабку, бабка за дедку, дедка за репку, тянут-потянут, вытянуть не могут!

Позвала Жучка кошку. Кошка за Жучку, Жучка за внучку, внучка за бабку, бабка за дедку, дедка за репку, тянут-потянут, вытянуть не могут!

Позвала кошка мышку. Мышка за кошку, кошка за Жучку, Жучка за внучку, внучка за бабку, бабка за дедку, дедка за репку, тянут-потянут - вытянули репку!

Отработанные умения можно и нужно закреплять и всесторонне применять на практике.

        Также способствуют развитию речевого дыхания свистульки, игрушечные дудочки, губные гармошки, надувание шариков и резиновых игрушек.

        Задания усложняются постепенно: сначала тренировка длительного речевого выдоха проводится на отдельных звуках, потом - на словах, затем - на короткой фразе, при чтении стихов.

В каждом упражнении внимание ребенка направляется на спокойный, ненапряженный выдох, на длительность и громкость произносимых звуков.

Таким образом, повышение эффективности работы, увеличение процента детей, выпущенных с грамотной речью и правильным произношением, возможно при тесном сотрудничестве и единстве требований учителя и дефектолога.

Консультация

для учителя начальных классов

«Стертая форма дизартрии»

Ноябрь 2019