



КГАУ СЗ «Камчатский центр социальной помощи семье и детям»  
Отделение реабилитации детей с ограниченными возможностями здоровья

## **КОРРЕКЦИОННАЯ РАБОТА ПРИ ДИЗАРТРИИ**

### **РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

Логопед Елистратова Марина Александровна



г. Петропавловск-Камчатский

2020



Уважаемые родители, на протяжении курса реабилитации мы проделали большую совместную работу и достигли положительных результатов! Ваш ребенок приложил максимум усилий и проявил терпение во время занятий несмотря на все те сложности, которые ему пришлось преодолеть с Вашей помощью и поддержкой. Для того, чтобы и дальше развивать положительную динамику, Вашему малышу понадобится Ваша помощь для проведения коррекционной работы в домашних условиях.

Дизартрия в корне отличается от простого невыговаривания отдельных звуков. Коррекция этого состояния может потребовать длительного времени и немалых усилий. Важно помнить, что при отсутствии регулярных занятий, положительный результат распадается в короткие сроки и тогда, коррекционную работу необходимо будет начинать с нуля.

Для закрепления положительно результата и успешного закрепления/ развития речевых навыков и умений, я предлагаю Вам применять данные упражнения и коррекционные мероприятия в домашних условиях.

### **Часть 1. Игровой самомассаж.**



Логопедический массаж можно проводить в домашних условиях, если у ребенка нет противопоказаний. Данный вид массажа

позволяет добиться лучших результатов в коррективке деятельности речевого аппарата и является важной частью комплекса мер по устранению проявления речевых дисфункций.

Самомассаж активизирует движения лицевой мускулатуры, улучшает тонус мышц лица и всего тела. самомассаж можно проводить одновременно с несколькими детьми в любое время дня.

Длительность одного сеанса 5-10 минут. Каждое упражнение выполняется 4-6 раз. Дети могут сидеть или лежать (после сна). Помещение должно быть хорошо проветренным. Одежда не должна стеснять движений. Необходимо вымыть руки и лицо ребенка. Дыхание при самомассаже должно быть ровным и спокойным. Во время выполнения движений у ребенка не должно быть ощущений дискомфорта, напротив, все движения самомассажа должны приносить ребенку удовольствие.

### ***Самомассаж мышц головы и шеи.***

1. «Я хороший». Расположить ладони обеих рук на области головы, ближе ко лбу, соединив пальцы в центре, и затем провести ладонями по волосам, опускаясь вниз через уши и боковые поверхности шеи к плечам. Движения рук должны быть одновременными, медленными, поглаживающими.

2. «Наденем шапочку». Исходное положение рук то же. Движения обеих ладоней вниз к ушам, а затем по переднебоковой части шеи к яремной ямке. самомассаж мышц лица

1. «Рисуем дорожки». Движение пальцев от середины лба к вискам.

2. «Рисуем яблочки». Круговые движения пальцев от середины лба к вискам.

3. «Рисуем елочки». Движения пальцев от середины лба к вискам. Движение направлено несколько по диагонали.

4. «Пальцевый душ». Легкое постукивание или похлопывание кончиками пальцев по лбу.

5. «Рисуем брови». Проводить по бровям от переносицы к вискам каждым пальцем поочередно: указательным, средним, безымянным и мизинцем.



6. «Наденем очки» Указательным пальцем проводить легко от виска по краю скуловой кости к переносице, затем по брови к вискам.
7. «Глазки спят». Закрыть глаза и легко прикрыть пальцами веки. Удерживать в течение 3 — 5 с.
8. «Нарисуем усы». Движение указательными и средними пальцами от середины верхней губы к углам рта.
9. «Веселый клоун». Движение указательными и средними пальцами от середины нижней губы к углам рта, а затем вверх к скуловой кости.
10. «Грустный клоун». Движение указательными и средними пальцами от середины верхней губы к углам рта, а затем к углам нижней челюсти.
11. «Клювик». Движение указательным и средним пальцами от углов верхней губы к середине, а затем от углов нижней губы к середине.
12. «Погладим подбородок». Тыльной поверхностью пальцев поглаживать от середины подбородка к ушам.
13. «Расческа». Поглаживание губ зубами
14. «Молоточек». Постукивание губ зубами.
15. Всасывание верхней и нижней губы попеременно.
16. Пожевывание попеременно то верхней, то нижней губы.
17. «Пальцевый душ». Набрать воздух под верхнюю губу и легко постукивать по ней кончиками пальцев, затем воздух под нижнюю губу.
18. «Нарисуем три дорожки». Движение пальцев от середины нижней губы к ушам, от середины верхней губы к ушам, от середины носа к ушам.

19. «Нарисуем кружочки». Круговые движения кончиками пальцев по щекам.

20. «Погреем щечки». Растирающие движения ладонями по щекам в разных направлениях.



21. «Паровозики». Сжать кулаки и приставить их тыльной стороной к щекам. Производить круговые движения, смещать мышцы щек сначала по часовой стрелке, а затем против часовой стрелки.

22. «Пальцевый душ». Набрать воздух под щеки и легко постукивать по ним кончиками пальцев.



23. «Испечем блинчики». Похлопать ладошками по щекам.

24. «Умыли личико». Ладонями обеих рук производить легкие поглаживающие движения от середины лба вниз по щекам к подбородку.

## ***Самомассаж лица в стихах.***

Эти упражнения помогут снять эмоциональное и мышечное напряжение.

*(Поглаживающие движения от середины лба, носа, верхней губы, подбородка к ушам).*

Если солнце жарко греет,  
Если легкий ветер веет,  
Стало сухо и тепло —  
Это лето к нам пришло.



*(Постукивающие движения подушечками пальцев по лбу, щекам, подбородку).*

Если дождь стучит по крыше,  
Листья падают неслышно.  
Птицам улетать пора —  
Это осень к нам пришла.



*(Круговые движения в области лба, щек, подбородка).*

Если вьюга кружит, злится,  
Всюду белый снег кружится,  
В снежных шапках все дома, -  
Это к нам пришла зима.



*(Поглаживающие движения обеими ладонями сверху вниз по боковым сторонам лица и шеи, по центральной части лица и шеи).*

Если тает снег и лед,  
Звонкий ручеек течет,  
Распускается листва —  
Это к нам пришла весна.



***Самомассаж ушных раковин.***

1. «Погрели ушки». Приложить ладони к ушным раковинам и потереть их.

2. «Потянули за ушки». Взяться пальцами за ушные мочки и потянуть их вниз 3 — 5 раз.

3. «Послушаем тишину». Накрыть ушные раковины ладонями. Подержать их в таком положении 2 — 3 секунды.

### *Самомассаж губ и мышц языка.*

«Месим тесто». Сложить губы в образе улыбки, они разъединены; зубы разомкнуты. Высунуть язык и придавить его губами, проговорить: «па-па-па». Затем придавить язык зубами-резцами и повторить слоги «та-та-та». Выливаем тесто на сковородку – жарим блинчик.

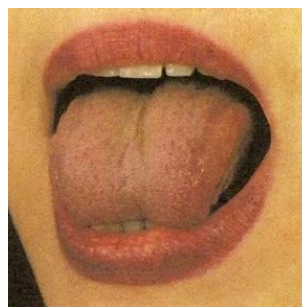


Кусать язык от кончика до середины и обратно.

«Расческа». Открыть рот, «причесать» зубами язык.

«Чешем кошке спинку».

Открыть рот, кончик языка упирается в нижние зубы, середина языка приподнята, зубами «причесать» язык.



«Колесо». Открыть рот, кончик языка упирается в нижние зубы, середина языка приподнята, язык вытолкнуть вперед.





«Помидоры - огурцы».Надуть – втянуть поочередно щеки.

«Футбол» с открытым ртом.Рот открыт, язык поочередно упирается то в правую, то в левую щеку.



«Футбол» с закрытым ртом. Рот закрыт, язык поочередно упирается то в правую, то в левую щеку.

«Останавливаем лошадь». Дуть на сомкнутые губы со звуком «пррррр».

«Индюки» или «болтушка». Открыть рот, слегка прижать верхнюю губу к зубам,положить язык на верхнюю губу и передний край языка загнуть вверх, совершать движения языком вперед – назад, произнося «бл-бл-бл».



## Часть 2. Дыхательная гимнастика.

Дыхательные упражнения, если их проводить регулярно и в соответствии с правилами, способствуют формированию правильного речевого дыхания, которое необходимо для нормального произношения звуков, чистоты речи и силы голоса. Помимо этого, такие занятия укрепляют детское здоровье и повышают интеллектуальные способности ребёнка.

Основные моменты правильного речевого дыхания:

- Тренироваться вдыхать воздух через нос, выдыхать через рот. Взрослый может визуально оценить расширение диафрагмы ребёнка.
- Выдох осуществляется плавно, желательно избегать толчков. Губы при этом необходимо складывать «трубочкой».
- Выдох сопровождается выходом воздуха через рот, а не через нос, обязательно проконтролируйте этот момент!
- Выдох осуществляется до самого конца. После каждого выдоха необходимо делать паузу на 5-10 секунд.
- Игры и упражнения должны проводиться в хорошо проветриваемом помещении с достаточным количеством свежего воздуха!
- Занятия по дыхательной гимнастике нужно проводить до приёма пищи.

Упражнения на дыхание.

1. Сдувать снежинку (ватку) с ладошки. Дуть мыльные пузыри, сдувать пушинки с одуванчика. Выдох должен быть длительным.
2. Для снятия эмоционального и физического напряжения можно выполнить упражнение «Фунтик»: сделать глубокий вдох через нос, одновременно поднимая руки вверх, наклонить корпус туловища вниз с выдохом, сопровождая словом «ФУУУУнттик». Упражнение необходимо выполнять с поддержкой взрослого. Колени должны быть прямыми, голова опущена вниз.

3. Упражнение «Топор». Поставить ноги на ширину плеч, сцепить пальцы рук «замком» и опустить руки вниз. Быстро поднять руки — вдохнуть, наклониться вперед, медленно опуская руки, произнести “ух!” на длительном выдохе.
4. Упражнения на развитие речевого дыхания с использованием песочницы. Для этого понадобятся пластиковая емкость прямоугольной формы или противень с высокими бортами и манная крупа, которая лучше всего подходит для дыхательных упражнений.

«Дорога к другу». На манке расставляются две игрушки (например, животные). Предложите ребенку длительной плавной струей образовать на песке дорожку от одной игрушки до другой. Можно поставить машинку и попросить ребенка с помощью длительного и плавного выдоха сделать дорогу для транспорта.

«Художник». С помощью трубочки для коктейля ребенок может рисовать картины на крупе. Для этого достаточно дуть в трубочку и рукой корректировать направление соломинки.



## Упражнения с гласными звуками.

При коррекции речевых нарушений и для улучшения качества дикции работа всегда начинается с гласных звуков. Поём гласные звуки и выполняем дыхательные упражнения вместе с движениями.

 <p>А</p>	<p>Открываем широко ротик как бегемотик. Наш рот теперь похож на окошко в самолете.</p>	
 <p>У</p>	<p>Складываем губки трубочкой, как будто волку стало очень грустно, и он собирается выть на луну.</p>	
 <p>О</p>	<p>Открываем рот, но не так широко, как при произношении звука «а». В этом случае наши губы напоминают бублик.</p>	
 <p>И</p>	<p>Улыбаемся, язычок лежит внизу за зубками.</p>	
 <p>Э</p>	<p>Окошко улыбается, язычок наш выгибается (делает горку).</p>	
 <p>Ы</p>	<p>Показываем зубки, язычок внизу, а уголки губ опускаются вниз.</p>	

Поем гласные звуки на длительном выдохе и соединяем с движениями.

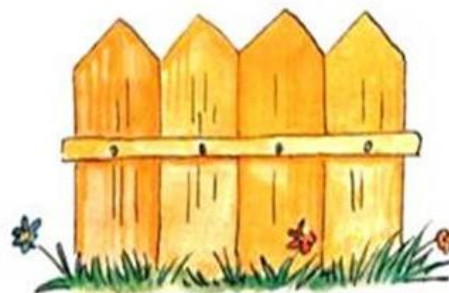
<b>А</b>	Стоим прямо, руки опущены. Делаем глубокий вдох через нос, на длительном выдохе пропеваем звук «а» одновременно поднимаем руки через стороны и соединяем ладошки над головой.
<b>О</b>	Стоим прямо, руки вытянуты в стороны на уровне плеч. Делаем глубокий вдох через нос, на длительном выдохе пропеваем звук «о» одновременно соединяем руки на уровне грудной клетки, ладошки соединяются.
<b>У</b>	Стоим прямо, руки согнуты в локтях, кисти рук на уровне плеч ладонями вперед. Делаем глубокий вдох через нос, на длительном выдохе пропеваем звук «у» одновременно вытягиваем руки вперед. Можно соединить ладошки с человеком, стоящим напротив.
<b>И</b>	Стоим прямо, руки согнуты в локтях, пальцы рук в положении указательного жеста. Делаем глубокий вдох через нос, на длительном выдохе пропеваем звук «и» одновременно вытягиваем руки вверх.

### **Часть 3. Артикуляционная гимнастика.**

При дизартрии ежедневное выполнение артикуляционной гимнастики является обязательным условием. Гимнастика направлена на тренировку речевых мышц, отработку конкретных положений всех элементов аппарата, закрепления навыка четкого говорения.

#### **Базовые упражнения.**

«Заборчик». Широко улыбнуться, зубы сомкнуты, рот открыт.



**«Трубочка» или «хоботок».** Сложить губы в трубочку, как хоботок у слонёнка, и замереть в таком положении – немного видны зубы.



**«Блинчик».** Нужно полностью расслабить мышцы языка: открыть рот, положить расслабленный язык на нижнюю губу, замереть в такой позе.



**«Змейка».** Открыть рот, из губ сложить улыбку, высунуть язык и тянуть его вперед как можно дальше. При этом язык должен быть максимально узким, то есть напоминать маленькую змейку.



**«Часы».** Открыть рот, из губ сложить улыбку. Конец языка при открытии рта вытягивается к правому углу рта, потом к левому (тик-так).

**«Качели».** Это упражнение, очень похожее на предыдущее, только язык должен то подниматься вверх, то опускаться вниз, имитируя качели.

«**Варенье**». Губы сложены в образе улыбки. Конец широкого языка при открывании рта прилепить к верхней губе. Потом облизываем губы.

«**Парус**». Открыть рот, из губ сложить улыбку. Кончик языка поднять за верхние зубы, «в парус подул ветер» - середина языка выдвигается чуть вперед.

«**Кошка испугалась**» или «**горка**». Открыть рот, кончик языка упирается в нижние зубы, середина языка приподнята.

#### **Часть 4. Пальчиковые игры.**

Систематические упражнения по тренировке движений пальцев рук наряду со стимулирующим влиянием на развитие речи являются мощным средством повышения работоспособности головного мозга. В старшем дошкольном возрасте развитие мелкой моторики рук способствует развитию высших корковых функций: памяти, внимания, мышления, оптико-пространственного восприятия, воображения, а также работоспособности, усидчивости и т. д.

##### **Пальчиковая гимнастика.**

**Репка** (каждый пальчик тянуть 2 раза)

Тянут, тянут	мизинец
бабка с дедкой	безымянный
Из земли	средний
большую репку:	указательный
«Вот пришла бы	большой
* меняем руку	
наша внучка,	мизинец
помогла б	безымянный
собака Жучка.	средний
Где же кошка?	указательный
Мышка-крошка?»	мизинец



**Хоть держалась крепко — вытянута репка!**

*Одноименные пальцы подушечками друг к другу, руки поднимаем вверх и разводим.*

## Упражнения с игольчатым мячом.

Мячик-ежик мы возьмем,	<i>(берем массажный мячик)</i>
Покатаем и потрем.	<i>(катаем между ладошек)</i>
Вверх подбросим и поймаем, <i>вверх)</i>	<i>(можно просто поднять мячик</i>
И иголки посчитаем. <i>на шипы)</i>	<i>(пальчиками одной руки нажимаем</i>
Пустим ежика на стол,	<i>(кладем мячик на стол)</i>
Ручкой ежика прижмем	<i>(ручкой прижимаем мячик)</i>
И немножко покатаем...	<i>(ручкой катаем мячик)</i>
Потом ручку поменяем. <i>катаем мячик)</i>	<i>(меняем ручку и тоже</i>



## Игра с мячиком Су-Джок.

Этот пальчик самый сильный, самый толстый и большой.  
*(надеваем кольцо Су-Джок на большой палец)*

Этот пальчик для того, чтоб показывать его.  
*(надеваем кольцо на указательный палец)*

Этот пальчик самый длинный и стоит он в середине.  
*(надеваем колечко на средний палец)*



Этот пальчик безымянный, он избалованный самый.  
(надеваем кольцо на безымянный палец)

А мизинчик, хоть и мал, очень ловок и удал.  
(надеваем кольцо Су-Джок на мизинец).

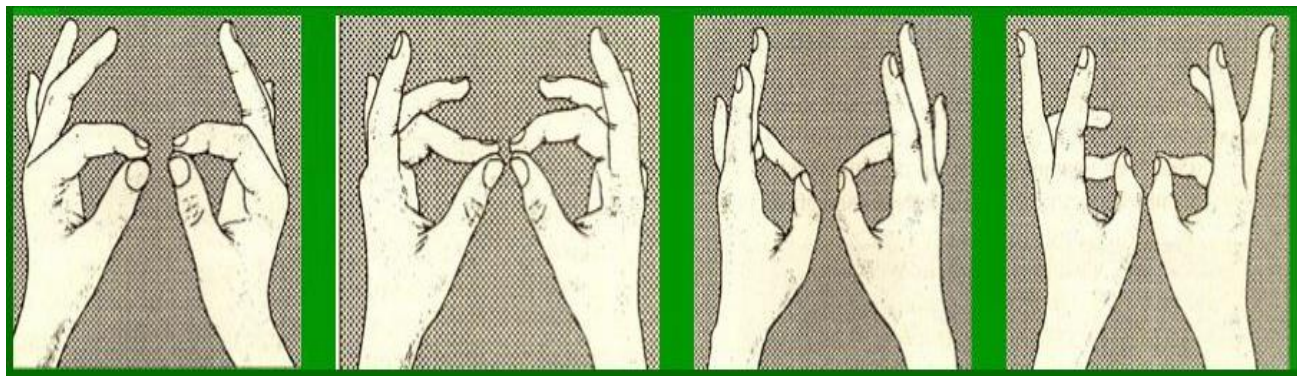


### **Кинезиологические упражнения.**

Комплекс движений, которые позволяют активизировать межполушарное воздействие. Вы можете ежедневно устраивать дома соревнования. Победителем каждый раз может быть разным, т.к. все зависит от тренировки.

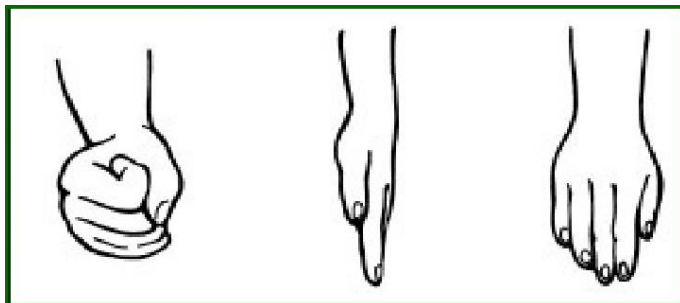
#### **Упражнение «КОЛЕЧКИ».**

Поочередно перебирать пальцы рук, соединяя с большим пальцем последовательно указательный, средний и т. д. Упражнение выполняется в прямом (от указательного пальца к мизинцу) и в обратном порядке (от мизинца к указательному пальцу). Упражнение выполняется каждой рукой отдельно, затем вместе.



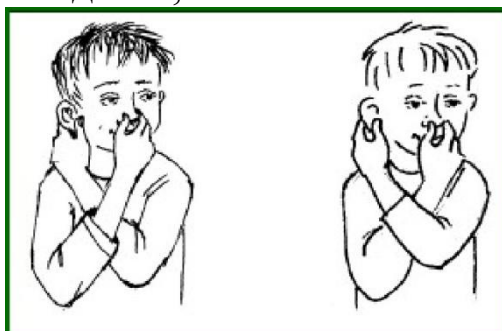
Упражнение «КУЛАК – РЕБРО - ЛАДОНЬ».

Три положения руки, последовательно сменяющих друг друга: 1) ладонь, сжатая в кулак, 2) ладонь ребром, 3) распрямленная ладонь. Выполняется сначала правой рукой, потом – левой, затем двумя руками вместе.



Упражнение «УХО - НОС».

Левой рукой взяться за кончик носа, а правой рукой - за противоположное ухо. Одновременно отпустить ухо и нос, хлопнуть в ладоши; затем поменять положение рук.



Применение данной методики позволит улучшить у ребенка речь, память, внимание, пространственные представления, мелкую и крупную моторику, снизить утомляемость, повысить способность к произвольному контролю. Желаю вам успехов!



