



www.volsu.ru

СОЦИАЛЬНЫЕ СЛУЖБЫ И КОМПЛЕКСНЫЕ ПРОГРАММЫ КОРРЕКЦИИ И РАЗВИТИЯ

UDC 616.855.2
LBC 88.72

Submitted: 15.01.2024
Accepted: 15.02.2024

SPEECH BREATHING AS A KEY ASPECT IN THE CORRECTION OF DYSARTHRIA: RECOMMENDATIONS FOR PARENTS

Tatiana S. Sukhova

Kuban State University, Krasnodar, Russian Federation

Valeria S. Vlasenko

Kuban State University, Krasnodar, Russian Federation

Abstract. This paper presents the features of speech-breathing correction in older preschool children with dysarthria using special breathing techniques. These techniques serve as recommendations for parents, aimed at improving the effectiveness of remedial education. Now there are a large number of children with dysarthria, and parents, in turn, do not know how to help the child teach him or her correct speech, so recommendations for the correction of speech breathing are relevant. After using special breathing techniques in older preschool children with dysarthria, normalization of articulation motor skills is traced, and speech inhalation and exhalation improve, which, in turn, positively affects the child's speech development. Several ways of interaction between teachers and parents on the formation of phonation breathing are also considered.

Key words: dysarthria, speech-breathing, breathing exercises, speech therapy rhythmic, preschool age.

УДК 616.855.2
ББК 88.72

Дата поступления статьи: 15.01.2024
Дата принятия статьи: 15.02.2024

РЕЧЕВОЕ ДЫХАНИЕ КАК КЛЮЧЕВОЙ АСПЕКТ В КОРРЕКЦИИ ДИЗАРТРИИ: РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ

Татьяна Сергеевна Сухова

Кубанский государственный университет, г. Краснодар, Российская Федерация

Валерия Сергеевна Власенко

Кубанский государственный университет, г. Краснодар, Российская Федерация

Аннотация. В данной работе представлены особенности коррекции речевого дыхания у детей старшего дошкольного возраста с дизартрией при использовании специальных дыхательных методик. Эти методики служат рекомендациями для родителей и направлены на повышение эффективности коррекционного обучения. На данный момент наблюдается большое количество детей с дизартрией, а родители, в свою очередь, не знают, как помочь ребенку научиться правильной речи, поэтому рекомендации по коррекции речевого дыхания являются актуальными. После использования специальных дыхательных методик у детей старшего

дошкольного возраста с дизартрией прослеживается нормализация артикуляционной моторики, улучшается речевой вдох и выдох, что положительно влияет на речевое развитие ребенка. Также рассмотрены несколько способов взаимодействия педагога с родителями по формированию фонационного дыхания.

Ключевые слова: дизартрия, речевое дыхание, дыхательная гимнастика, логопедическая ритмика, дошкольный возраст.

Введение

Речевое дыхание является главным аспектом в произношении звуков. Многие авторы придают большое значение его развитию. Под речевым дыханием понимается процесс выдыхаемого воздуха во время речи, в котором согласуются дыхательный, голосовой и артикуляционный аппараты. Правильно поставленное речевое дыхание позволяет осуществлять работу артикуляционных мышц без напряжения, соблюдая плавность речи, а также использовать интонационные средства выразительности.

Дизартрия – это нарушение произносительной стороны речи, обусловленное недостаточностью иннервации речевого аппарата. Признаками дизартрии являются слабость артикуляционных мышц; часто слышится гнусавость речи; искажение звуков, то есть замена или пропуск; нарушена просодическая сторона речи. В процессе речи у таких детей наблюдаются неконтролируемые задержки дыхания, сильное напряжение дыхательных мышц, осуществляются дополнительные вдохи. Вследствие того, что дети не набирают достаточное количество воздуха перед произнесением слова, они могут добирать воздух, как на вдохе, так и на выдохе [6].

Для того чтобы скорректировать речевое дыхание у детей старшего дошкольного возраста с дизартрией, проводятся упражнения на развитие дыхания. Изучением особенностей речевого дыхания занимались такие ученые, как Л.И. Белякова, М.Ф. Фомичева, О.В. Правдина, Е.И. Радина, М.Е. Хватцев, А.И. Максаков и др. [3; 8].

На данный момент наблюдается большое количество детей с дизартрией, а родители, в свою очередь, не знают, как помочь ребенку научиться правильной речи, поэтому рекомендации по коррекции речевого дыхания являются актуальными. После использования специальных дыхательных методик у детей старшего дошкольного возраста с дизартрией про-

слеживается нормализация артикуляционной моторики, улучшается речевой вдох и выдох, что, в свою очередь, положительно влияет на речевое развитие ребенка.

В связи с этим цель данного исследования – сформировать правильное речевое дыхание у детей старшего дошкольного возраста с дизартрией посредством методик.

Задачами исследования являются:

1) изучить литературу, речевые карты и документацию детей с патологией речевого дыхания;

2) провести комплекс упражнений с детьми по коррекции речевого дыхания в три этапа;

3) представить четыре способа взаимодействия педагога с родителями по формированию фонационного дыхания.

Методы

В процессе работы мы использовали теоретические методы исследования, такие как анализ литературы, речевых карт и документации детей старшего дошкольного возраста с дизартрией.

Анализ

В ходе исследования, мы убедились, что у детей наблюдается слабость неречевого и фонационного дыхания. Отсюда следует, что проводить упражнения на развитие речевого дыхания нужно каждому ребенку с дизартрией, чтобы улучшить артикуляционную моторику.

Для того чтобы улучшить речевое дыхание, нужно проводить работу с детьми в три этапа, которые включают:

- 1) дыхательная гимнастика;
- 2) логопедическая ритмика [5];
- 3) фонационное дыхание.

Первый этап направлен на то, чтобы усилить воздухообмен в легких. Для этого используется методика А.Н. Стрельниковой (см.: [7]).

Правила проведения гимнастики:

- дыхательную гимнастику лучше проводить 2 раза в день по 10–20 минут, через час после еды;

- полезно проводить гимнастику в теплое время года на улице или в помещении, но в заранее проветренном помещении;

- важно регулярно выполнять упражнения вместе с ребенком, чтобы был виден результат;

- нагрузку можно увеличивать постепенно, добавляя число повторений или усложняя их.

Упражнения дыхательной гимнастики приведены в таблице 1.

Второй этап заключается в произнесении речевого материала под музыкальное сопровождение. Такой подход благоприятно сказывается на речевом дыхании, а также развивает просодическую сторону речи.

Правила проведения логопедической ритмики:

- благоприятной средой для усвоения материала является тесное взаимодействие трех специалистов, таких как логопед, музыкальный руководитель и воспитатель [2];

- упражнения направлены на согласование артикуляционного праксиса с двигательным праксисом;

- продолжительность занятия для старшего дошкольного возраста составляет 40 минут;

- дети занимаются в мягкой обуви и свободной одежде;

- каждое занятие посвящено одной лексической теме.

Упражнения логопедической ритмики приведены в таблице 2.

Третий этап основан на умении равномерно распределять выдыхаемый воздух в процессе речи.

Правила проведения фонационного дыхания:

- дыхание должно быть спокойным: короткий вдох через нос и равномерный выдох через рот. Речь при этом не должна угасать к концу выдоха;

- важно правильно распределять выдыхаемый воздух при речи, чтобы дыхание было ровным: делать логические паузы в предложении, чтобы набрать еще воздуха для завершения фразы;

- на этапе обучения следует проговаривать каждое слово медленно, четко и стараться сохранять одинаковый темп на одном дыхании при чтении;

Перед началом упражнений следует сделать небольшую дыхательную гимнастику, которая направлена на дифференциацию носового и ротового дыхания:

Таблица 1

Упражнения дыхательной гимнастики по методике А.Н. Стрельниковой

| Название упражнения | Описание |
|---------------------|---|
| Ладони | Стоя, согните руки в локтях, на каждый вдох сжимайте кулаки. Упражнение делается в два этапа – 8 вдохов, пауза 3 секунды и повторить 12 раз |
| Погончики | Стоя, согните руки в локтях, сожмите кулаки, на каждый вдох выпрямляйте руки вперед и раскрывайте кисти рук. На выдохе вернитесь в исходное положение. Упражнение делается в два этапа – 8 вдохов, пауза 3 секунды и повторить 12 раз |
| Повороты головы | Стоя, руки вдоль туловища, поворачивайте голову сначала вправо, затем влево, делая короткий вдох. Выдыхать надо ртом, паузы не делать, шею расслабить. Повторить 12 раз |
| Маятник головой | Стоя, нужно опустить голову вниз, вдохнуть. На выдохе голову оставить прямо. Затем поднимаем голову вверх, выдыхаем. На выдохе голову оставить прямо. Повторить 12 раз |
| Большой маятник | На вдохе, обнимая себя за плечи, наклонитесь, сгибая поясницу. Затем встаньте ровно, выдыхая и расслабляясь. Повторите 12 раз |
| Обними плечи | Стоя, положите руки на плечи, на вдохе резко обнимите себя. На выдохе вернитесь в исходное положение. Упражнение повторяется 12 раз |
| Перекаты | Стоя, выставите вперед левую ногу, а правую назад. На вдохе присядьте, делая упор на левую ногу, выдохните. Затем перенесите вес на правую ногу, вдохните. Поменяйте опорную ногу, повторите упражнение 12 раз |
| Передний шаг | Стоя, поднимите левое колено к себе, сделайте вдох, присядьте, выдыхая. Повторите упражнение с другой опорной ногой, по 12 раз с каждой ногой |

Упражнения логопедической ритмики

| Название упражнения | Описание |
|---------------------|---|
| Поющий мяч | Дети сидят по кругу на полу. Педагог говорит букву «о» и катит к ребенку мячик, попевая букву до тех пор, пока мячик не остановится. Ребенок должен повторить действие, используя разную интонацию |
| Кричалки | Положение рук являются регуляторами громкости. Дети должны пропеть сочетание гласных звуков «ао». Когда руки поднимаются вверх – звук усиливается, когда руки опускаются вниз – звук становится тише, когда руки сжаты в кулаки – тишина |
| Подуй как ветер | Дети должны пропеть фонемы в конце стихотворения. Вдох произносится носом, выдох – ртом, без напряжения. У Весны ветер ласковый и нежный, теплый – ф-ф-ф. У Лета – жаркий, согревающий – х-х-х. У Осени – прохладный – с-с-с. У Зимы – холодный, студеный – в-в-в |
| Потянемся | Дети поднимаются на носки, руки тянут вверх, делают вдох, затем опускаются на полную ступню, ставя руки на пояс. В это время длительно тянут изолированно согласные звуки «с», «ф», «ш» и т. д., затем гласные изолированно и в сочетании с другими гласными |
| Шарик | Стоя, ноги на ширине плеч, руки подняты вверх и взяты в замок, в таком положении делается вдох, а на выдохе наклоняет корпус в сторону и произносит «Буммм» |
| Караси | Произнести слоги на одном выдохе. Си-си-си-си-си-си В водоеме караси. Ся-ся-ся-ся-ся-ся Вот поймать бы карася. Се-се-се-се-се-се Карасей ловили все. Ся-ся-ся-ся-ся-ся Не поймали карася |
| Хлопушка | Стоя, руки опущены. На вдохе руки разводят в стороны, выдыхая – хлопают в ладоши перед собой, произнося слово «Хлоп» |
| Барабан | Отбивать ритм на барабане, произнося на одном выдохе слоги «да-да-да», «да-та-да», «ма-ме-ма-не» и т. д. |

- 1) вдохните носом – выдохните ртом;
- 2) вдохните носом быстро и глубоко – медленно выдохните ртом;
- 3) вдохните медленно и глубоко носом – быстро и резко выдохните ртом;
- 4) вдохните глубоко носом – медленно выдохните узкой струей ртом;
- 5) вдохните глубоко носом – выдохните несколькими порциями ртом;
- 6) вдохните глубоко носом – выдохните двумя неравными порциями ртом.

После проведения дыхательной гимнастики можно переходить на речевой материал: с открытыми, закрытыми слогами и со стечением согласных; дву- и трехсложные слова; фразы; стихотворения, которые нужно проговаривать на одном длительном выдохе.

Упражнения приведены в таблице 3.

Все три этапа рекомендуется проводить совместно, повторяя одно упражнение по

12 раз, но делать перерывы между этапами. Только после длительного повторения таких упражнений будет виден результат. У детей старшего дошкольного возраста с дизартрией будут наблюдаться нормализация артикуляционной моторики, улучшаться речевой вдох и выдох, что, в свою очередь, положительно будет влиять на речевое развитие ребенка [1; 4].

Мы отобрали несколько способов взаимодействия с родителями по формированию фонационного дыхания:

1) мастер-класс «Как правильно дышать ребенку с дизартрией?», который включает в себя упражнения с наглядными дидактическими материалами на развитие неречевого дыхания;

2) информирование с помощью Лэпбука (такую книгу-раскладушку мы сделали самостоятельно. Она состоит из картинок

Голосовые упражнения

| Название упражнения | Описание |
|---|--|
| Слова с открытыми, закрытыми слогами и со стечением согласных | Жа-жо-жу-жы-жэ-жи; Жаж-жож-жуж-жыж-жэж-жиж; Жра-жро-жру-жры-жрэ-жри |
| Двусложные слова | Вага, нота, маки, дома, ухо, лето, кони, дача, баня, тётя, дети, ноги, дыня, тихо, люди, кино |
| Трехсложные слова | Машина, собака, ворона, курица, ракета, молоко, бананы, малина, сапоги, шарики, кубики, мячики |
| Фразы | Петя надевает кепку. Петя надевает кофту. Петя надевает пижаму. Петя надевает майку. Петя надевает панаму. Петя надевает тапки |
| Стихотворения | «Мишка очень любит мёд. На реке зимою лёд. Лёд прозрачный и холодный. Ищет мёд медведь голодный». «На лугу пасут корову. Примеряет царь корону. А корона велика. Даст корова молока». «Сапоги сапожник шил. Ёж в лесу под ёлкой жил. Даже туфли шил сапожник. Хорошо в лесу жил ёжик» |

дидактического материала, которые пригодятся для нашего мастер-класса; приклеенная папка, где хранятся названия упражнений на развитие дыхания с подробным пояснением, а также правила «как правильно дышать»; объемные аппликации в виде мельницы и пропеллера Карлсона, на которые можно подуть, тем самым проверив силу воздушной струи ребенка);

3) стенд, на котором отображена краткая информация о дыхании; какие авторы занимались развитием речевого дыхания; примеры упражнений на развитие неречевого и фонационного дыхания;

4) информирование родителей через социальные сети и телеграм-канал, где каждый день публикуется общая информация на развитие дыхания, просодической стороны речи, высших психических функций.

Заключение

Таким образом, мы рассмотрели три этапа работы над речевым дыханием, в которых были показаны примеры упражнений.

Первый этап – это дыхательная гимнастика, направлена на то, чтобы усилить воздухообмен в легких. Второй этап – это логопедическая ритмика, заключается в произнесении речевого материала под музыкальное сопровождение [9]. Такой подход благоприятно сказывается на речевом дыхании, а также развивает просодическую сторону речи. И третий этап – это развитие фонационного дыхания, основан на умении равномерно распределять выдыхаемый воздух в процессе речи. Все три этапа оказывают положительное влияние на увеличение силы и долготы внеречевого выдоха, развивают фонационное дыхание, чтобы была возможность воспроизводить как можно больше слов на одном выдохе. Также мы представили четыре способа взаимодействия педагога с родителями по формированию фонационного дыхания: мастер-класс, Лэпбук, стенд, социальные сети и телеграм-канал. Исходя из этого, цель данного исследования – сформировать правильное речевое дыхание у детей старшего дошкольного возраста с дизартрией посредством методик – выполнена.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Архипова, Е. Ф. Коррекционно-логопедическая работа по преодолению стертой дизартрии / Е. Ф. Архипова. – М. : Астрель, 2008. – 152 с.
2. Бачина, О. В. Взаимодействие логопеда и семьи ребенка с недостатками речи / О. В. Бачина, Л. Н. Самородова. – М. : ТЦ Сфера, 2009. – 64 с.
3. Белякова, Л. И. Методика развития речевого дыхания у дошкольников с нарушениями речи / Л. И. Белякова, Н. Н. Гончарова, Т. Г. Шишкова. – М. : Книголюб, 2006. – 56 с.
4. Винарская, Е. Н. Дизартрия / Е. Н. Винарская. – М. : Астрель : Хранитель, 2006. – 141 с.
5. Волкова, Г. А. Логопедическая ритмика / Г. А. Волкова. – М. : ВЛАДОС, 2002. – 272 с.
6. Гуськова, А. А. Развитие речевого дыхания детей 3–7 лет / А. А. Гуськова. – М. : ТЦ Сфера, 2011. – 128 с.
7. Земляченко, М. В. Формирование речевого дыхания у дошкольников 5–7 лет с речевыми нарушениями посредством использования логопедических игр и дыхательных упражнений в системе работы «учитель-логопед – ребенок – родитель» / М. В. Земляченко // Молодой ученый. – 2017. – № 10. – С. 421–424.
8. Максаков, А. И. Воспитание звуковой культуры речи у дошкольников : пособие для педагогов дошкол. учреждений / А. И. Максаков. – М. : Мозаика-Синтез, 2005. – 156 с.
9. Щетинин, М. Н. Дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой / М. Н. Щетинин. – М. : Метафора, 2006. – 128 с.

REFERENCES

1. Arkhipova E.F. *Korreksionno-logopedicheskaya rabota po preodoleniyu stertoy dizartrii* [Corrective-Logopedic Work on Overcoming Dysarthria]. Moscow, Astrel Publ., 2008. 152 p.

2. Bachina O.V., Samorodova L.N. *Vzaimodeystviye logopeda i semyi rebenka s nedostatkami rechi* [Interaction Between a Speech Therapist and a Family of a Child with Speech Defects]. Moscow, TTs Sfera, 2009. 64 p.

3. Belyakova L.I., Goncharova N.N., Shishkova T.G. *Metodika razvitiya rechevogo dykhaniya u doshkolnikov s narusheniyami rechi* [Methodology for the Development of Speech Breathing in Preschoolers with Speech Disorders]. Moscow, Knigolub Publ., 2006. 56 p.

4. Vinarskaya E.N. *Dizartriya* [Dysarthria]. Moscow, Astrel Publ., Khranitel Publ., 2006. 141 p.

5. Volkova G.A. *Logopedicheskaya ritmika* [Logopedic Rhythmics]. Moscow, VLADOS Publ., 2002. 272 p.

6. Guskova A.A. *Razvitiye rechevogo dykhaniya detey 3–7 let* [Development of Speech Breathing in 3–7-Year-Old Children]. Moscow, TTs Sfera, 2011. 128 p.

7. Zemlyachenko M.V. *Formirovaniye rechevogo dykhaniya u doshkolnikov 5–7 let s rechevymi narusheniyami posredstvom ispolzovaniya logopedicheskikh igr i dykhatelnykh uprazhneniy v sisteme raboty «uchitel-logoped – rebenok – roditel»* [Formation of Speech-Breathing in 5–7-Year-Old Preschoolers with Speech Disorders Through the Use of Speech Therapy Games and Breathing Exercises in the System of Work “Teacher-Speech Therapist – Child – Parent”]. *Molodoy ucheniy* [Young Scientist], 2017, no. 10, pp. 421–424.

8. Maksakov A.I. *Vospitaniye zvukovoy kultury rechi u doshkolnikov: posobiye dlya pedagogov doshk. uchrezhdeniy* [Education of Sound Culture of Speech in Preschool Children. Manual for Teachers of Preschool Institutions]. Moscow, Mozaika-Sintez Publ., 2005. 156 p.

9. Shchetinin M. N. *Dykhatelnaya gimnastika A.N. Strelnikovoy* [Respiratory Gymnastics by A.N. Strelnikova]. Moscow, Metafora Publ., 2006. 128 p.

Information About the Authors

Tatiana S. Sukhova, Student, Faculty of Pedagogy, Psychology, and Communicativism, Kuban State University, Sormovskaya St, 173, 350063 Krasnodar, Russian Federation, tynch2002@gmail.com, <https://orcid.org/0009-0000-8828-3655>

Valeria S. Vlasenko, Candidate of Sciences (Psychology), Associate Professor, Department of Defectology and Special Psychology, Kuban State University, Sormovskaya St, 173, 350063 Krasnodar, Russian Federation, vs.vlasenko@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0002-1153-9066>

Информация об авторах

Татьяна Сергеевна Сухова, студент факультета педагогики, психологии и коммуникативистики, Кубанский государственный университет, ул. Сормовская, 173, 350063 г. Краснодар, Российская Федерация, tynch2002@gmail.com, <https://orcid.org/0009-0000-8828-3655>

Валерия Сергеевна Власенко, кандидат психологических наук, доцент кафедры дефектологии и специальной психологии, Кубанский государственный университет, ул. Сормовская, 173, 350063 г. Краснодар, Российская Федерация, vs.vlasenko@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0002-1153-9066>