



Рекомендации родителям по развитию артикуляционного аппарата у детей с ДЦП

Кармацких Татьяна Николаевна, логопед ГБУ «Курганская областная детская клиническая больница имени Красного Креста»

Органическое поражение речедвигательного анализатора при ДЦП приводит к нарушениям артикулирования (положения поз языка, губ, нижней челюсти, щёк) звуков речи, соответственно к неправильному произношению звуков, амимичности лица, расстройствам голоса, темпа и ритма речи, её интонационной выразительности.

При спастическом парезе наблюдается слабость мышц речевого аппарата. Проявления их в артикуляционном аппарате: ребёнок не может удержать артикуляционную позу или не может быстро переключиться с одной позы на другую; увеличено слюнотечение; замедлен приём пищи; смазанное произношение всех звуков.

При спастико-ригидной форме наблюдается повышение мышечного тонуса, все мышцы сокращены. Проявления в артикуляционном аппарате: нет периода покоя речевой мускулатуры (нижняя губа постоянно напряжена, язык оттянут кзади); пища не жуётся, а сосётся; голос глухой напряжённый.

При гиперкинетической форме. Проявления: жевание и глотание пищи нарушены; голос напряжён, прерывист; затруднено произношение согласных звуков.

При атактической форме нарушена координация движений артикуляционного аппарата. Проявления: ребёнок не может выполнять движения точно, теряет амплитуду, скорость, точность попаданий; ритм речи скандированный.

Чтобы помочь ребёнку с церебральным параличом жевать пищу, произносить звуки, маме можно овладеть некоторыми приёмами массажа для мышц лица и языка. Противопоказания: массаж нельзя проводить, если у ребёнка повышена температура, есть аллергические проявления на коже, если у него режутся зубы, порок сердца или судорожная готовность. Исходное положение ребёнка: лёжа на спине, зафиксировав голову по бокам подушками, головодержателем или мама держит свободной своей рукой. Мама находится за головой ребёнка или перед лицом «глаза в глаза».

Техника выполнения **массажа лица**: выполняется подушечками пальцев чисто вымытых сухих рук с коротко подстриженными ногтями. Направления движений массажных упражнений по линиям наименьшего растяжения кожи: на подбородке – от середины по нижней челюсти к ушным мочкам; на щеках – от угла рта к слуховому проходу; от середины верхней губы и боковой поверхности носа к верхней части уха; вокруг глаз – от внутреннего угла глаза по верхнему веку к наружному углу и в обратном направлении; на лбу – от середины к вискам и в направлении от бровей к волосам; на носу – от переносицы по спинке носа к его кончику и от спинки вниз по боковым его поверхностям. Основные приёмы массажа: поглаживание, растирание, разминание, вибрация. При спастическом парезе – поглаживание, точечная вибрация, разминание активное. При спастико-регидном синдроме – поверхностное поглаживание, успокаивающее растирание (нельзя разминание и вибрацию). При гиперкинетической форме – активное и пассивное поглаживание,

вибрация, растирание. При атактической форме – активное поглаживание, вибрация, растирание, разминание.

Условия выполнения массажа: все приёмы повторяются 4-5 раз, чередуя с поглаживанием головы ребёнка, время проведения 10 – 20 минут.

Техника проведения **массажа языка** (по Крупенчук О.И.): удобно проводить соской, надетой на шпатель или ручку чайной ложечки, а можно просто чисто вымытыми руками. Исходное положение ребёнка: лёжа, если ребёнок может сидеть – сидя. Мама находится перед лицом ребёнка. Мышцы языка тесно связаны с мышцами нижней челюсти, поэтому, чтобы расслабить язык (при повышенном тонусе), необходимо одновременное опускание нижней челюсти. Для этого нужно поместить большой палец на нижние резцы сверху, остальные пальцы подвести под подбородок. Кончик языка удерживать марлевой салфеткой одной рукой, другой – выполнять массажные движения по поверхности языка. Основные приёмы массажа *расслабляющего*:

- поглаживание языка от его средней части к кончику, постепенно передвигаясь к корню;
- поглаживание языка зигзагообразно в том же направлении;
- поглаживание от середины языка в стороны к краям языка;
- похлопывание по всей поверхности языка;
- разминание от середины в стороны и вперёд;
- похлопывание по краю языка;
- плавное поглаживание боковых частей языка;
- лёгкое надавливание по боковым краям языка и по всей поверхности;
- перетирание боковых поверхностей языка большим и указательным пальцами в течение 5 секунд, передвигая пальцы от одного участка к другому.

После выполнения нескольких массажных движений давайте ребёнку отдохнуть, проглотить слюну. После массажа языка аккуратно положите на язык шпатель, чуть прижимая на несколько секунд, чтобы он «отдохнул».

Основные приёмы массажа *активизирующего*:

- поглаживание от корня языка к кончику с нажатием;
- растирание продольное и поперечное поверхности и краёв языка;
- перетирание большим и указательным пальцами от корня к кончику, боковых краёв языка, увеличивая силу давления;
- разминание большим и указательным пальцами, сжимая один участок 1-2 секунды, затем переместить пальцы на другой участок;
- вибрация различных участков языка 10 – 15 секунд;
- похлопывание по всей поверхности языка.

В конце массажа погладить язык, успокоить.

Для развития силы голоса применяют вокальные упражнения с пропеванием гласных звуков: высоко, низко, громко, тихо, отрывисто, протяжно.

Кроме массажа, для развития мышц артикуляционного аппарата, необходимо выполнять активную речевую гимнастику, которая поможет формированию чётких артикуляторных движений. Если ребёнок может выполнять её самостоятельно, по словесной инструкции и подражанию мамы или логопеда, то необходимо выполнять перед зеркалом, сидя, 2-3 раза в день по 10-20 минут.

Артикуляционная гимнастика

Упражнения для губ

1. «Улыбка»: губы удерживаются в улыбке так, чтобы не были видны зубы.
2. «Хоботок»: сомкнутые губы вытягиваются вперёд.
3. «Заборчик»: губы растягиваются в улыбку, сомкнутые зубы видны.
4. «Бублик (Дудочка)»: губы сомкнуты, губы округлить и вытянуть вперёд.
5. «Кролик»: губы сомкнуты, при этом верхняя губа приподнята.
6. Покусывать верхнюю губу нижними зубами, затем нижнюю губу верхними зубами.

7. «Рыбка»: хлопать губами одной о другую.

8. «Недовольная лошадка»: поток выдыхаемого воздуха активно посылается к губам, чтобы они начали вибрировать.

Упражнения для щёк

1. Покусывать изнутри боковыми зубами или дёснами, похлопывать пальцами рук, растирать щёки подушечками пальцев.

2. Надуть щёки – втянуть в себя.

3. Попеременное надувание правой – левой щёк.

Упражнения для нижней челюсти

1. «Птенчик»: широко открывать и закрывать рот, чтобы тянулись уголки губ.

2. «Обезьяна»: челюсть опускать вниз с максимальным вытягиванием языка к подбородку.

3. «Акула»: движения челюстью вправо-влево.

4. Имитация жевания с открытым и закрытым ртом.

5. Опускать челюсть вниз с преодолением сопротивления, удерживая руку под челюстью ребёнка.

6. Беззвучно, длительно произносить на одном выдохе с чёткой артикуляцией гласные звуки (А, О, У, И, Э).

Статические упражнения для языка

1. «Иголочка»: рот широко открыть, узкий напряжённый язык выдвинуть вперёд.

2. «Лопаточка»: рот широко открыть, широкий расслабленный язык положить на нижнюю губу.

3. «Чашечка»: рот широко открыть, кончик и края широкого языка поднять к верху.

4. «Горка (Киска сердится)»: рот открыть, кончик языка упирается в нижние передние зубы, спинка языка поднята вверх.

5. «Трубочка»: рот открыть, боковые края языка загнуты вверх.

6. «Грибок»: рот открыть, язык присосать к нёбу.

Динамические упражнения для языка

1. «Часики (Маятник)»: рот приоткрыт, губы растянуты в улыбку, кончиком узкого языка попеременно тянуться к правому – левому уголкам рта.

2. «Змейка»: рот широко открыт, узкий язык сильно выдвинуть вперёд и убрать вглубь рта.

3. «Качели»: рот открыт, напряжённым языком тянуться попеременно к носу вверх и к подбородку вниз.

4. «Футбол (Спрячь конфетку)»: рот закрыт, напряжённым языком упереться то в одну, то в другую щёку.

5. «Чистим зубки»: рот открыт, круговыми движениями языка обвести верхние и нижние зубы.

6. «Катушка»: рот открыт, кончик языка упирается в нижние зубы, широкий язык выкатывается вперёд и убирается вглубь рта.

7. «Лошадка»: рот приоткрыт, уголки рта растянуты в улыбку, присосать кончик языка к нёбу, щёлкнуть языком. Цокать медленно и сильно, тянуть подъязычную связку.

8. «Гармошка»: рот открыт, язык присосать к нёбу. Не отрывая от нёба, сильно оттягивать вниз нижнюю челюсть.

9. «Маляр»: рот открыт, широким кончиком языка вести от верхних резцов до мягкого нёба и обратно.

10. «Вкусное варенье»: рот открыт, широким кончиком облизать верхнюю и нижнюю губу попеременно.

Упражнения для мышц мягкого нёба

1. Питьё жидкостей маленькими глотками.

2. Частое глотание слюны, капель воды.

3. Позёвывание, широко открывая рот.

4. Покашливание произвольное, покашливание с высунутым языком.

5. Имитация рвотного рефлекса.

6. Произнесение отрывисто звука «А» на твёрдой атаке.

Упражнения на удержание позы выполнять по мере возможности, от 2-3 секунд до минуты. Чтобы ребёнок не уставал, давайте ему отдохнуть после каждого вида упражнений. Не забывайте, что с ребёнком любого возраста необходимо эмоциональное общение. Поэтому, во время выполнения

массажа или артикуляционной гимнастики нужно всё время разговаривать с ним, приговаривать стишки и прибаутки.

*Язычок наш потянулся (упр. «иголлка»),
Вверх поднялся, вниз нагнулся (упр. «качели»)
И пошёл гулять во двор.
Спрятался к зубам – «забор»,
Посмотрел он вправо – влево (упр. «часики»)
И поднялся к небу смело.*

А самая эффективная и замечательная гимнастика для мышц лица и артикуляционного аппарата – это весёлый жизнерадостный смех Вашего счастливого малыша.

Помогите своему ребёнку смеяться!