

## Введение

*Посвящается моему маленькому  
ученику и его маме.*

Дети охотно всегда чем-нибудь занимаются...

Это весьма полезно, а потому не только не следует этому мешать, но нужно принимать меры к тому, чтобы всегда у них было что делать.

*Я.А. Коменский*

Однажды ко мне на занятие пришла мама с пятилетним ребенком, которому диагностировали синдром Дауна. У мальчика не было речи. Мы начали заниматься, стимулировать речь, делали простые логопедические игровые упражнения. И получили отличный результат: ребенок смог не просто произносить звуки, слоги, но и научился выстраивать простые фразы. Этот опыт занимательных и систематических игровых упражнений подтолкнул авторов к написанию данной книги.

Предлагаемые нами упражнения апробированы в реабилитационных центрах и детских садах Москвы и Санкт-Петербурга при работе с детьми с интеллектуальными и речевыми проблемами, расстройствами аутистического спектра.

Перед началом занятий с детьми с ОВЗ рекомендуем изучить коммуникативное поведение ребенка и предлагаем вариант индивидуальной карты такого поведения. Данный документ позволит лучше выявить проблемные зоны малыша и выстроить с ним коррекционную работу (приложение 1). Также рекомендуем заполнить и проанализировать речевую карту ребенка (приложение 2), которая поможет грамотно составить занятие и наглядно продемонстрирует сложности, требующие вмешательства специалиста.

На логопедических занятиях для улучшения звукопроизношения и стимуляции речи используется дыхательная и артикуляционная гимнастика. К сожалению, этого бывает недостаточно, поскольку нарушения речевого аппарата у детей зачастую более серьезны. Один из эффективных методов коррекционного воздействия — логопедический массаж. Его

применяют при дизартрии, нарушениях артикуляции звуков и просодической стороны речи, ринолалии, задержке психического развития. Логопедический массаж стимулирует работу недостаточно активных мышц, помогает постепенно нормализовать их тонус. Специалисту необходимо использовать индивидуальный подход: учитывать возраст ребенка, его особенности и тяжесть речевого нарушения.

Продолжительность воздействия может составлять от 1—2 до 10—20 мин. Во время сеанса используют как минимум два упражнения. Помещение, где проводится игровой логопедический массаж, проветривают и поддерживают температуру примерно 22 °С. Иными словами, вся обстановка должна способствовать расслаблению мышц ребенка.

Любой массаж, если он не противопоказан, благотворно влияет на весь организм: ускоряет обменные процессы, улучшает кровообращение, функционирование нервной системы. Логопед определяет тип нарушения мышечного тонуса, а затем назначает вид массажа, необходимый конкретному ребенку.

Существует несколько видов логопедического массажа: классический, зондовый и самомассаж.

При *классическом* массаже результат достигается путем использования таких приемов, как поглаживания, растирания, разминания и вибрации. Чтобы добиться расслабления мышц, применяют легкое поглаживание. Если необходимо активизировать и укрепить мышечный тонус, используют энергичные и быстрые движения.

*Зондовый* массаж — особый вид массажа с использованием зондов по методике Е.В. Новиковой. Его используют для нормализации речевой моторики.

При *самомассаже* ребенок самостоятельно выполняет определенные упражнения.

Мы предлагаем авторский игровой массаж с использованием дыхательной гимнастики, шариков су-джок, массажных резиновых мячей, камешков марблс.

Описанные в книге игровые упражнения направлены на нормализацию мышечного тонуса, развитие дыхания, мелкой моторики, увеличение объема и амплитуды артикуляционных движений, активизацию малоподвижных мышц.

В конце книги представлены рабочие материалы, которые актуальны в практической работе с детьми с аутизмом для выявления уровня коммуникации.

## Дыхательные упражнения

Дыхательные упражнения включены в основу правильного звукопроизношения, поэтому на начальном этапе его формирования мы предлагаем использовать их комплекс.

### Комплекс дыхательных упражнений

#### *Задачи:*

- развивать дыхательную мускулатуру;
- улучшать кровообращение;
- учить чередовать носовое и ротовое дыхание.

Упражнения можно проводить в группе или индивидуально. Каждое из них повторяется 3—5 раз. Нельзя допускать чрезмерного эмоционального возбуждения ребенка.

Во время выполнения упражнений необходимо контролировать правильность осанки и смыкания губ.

Ниже представлены примеры дыхательных упражнений.

Варианты исходных положений (и.п.): сидя или стоя (зависит от содержания упражнения).

#### • «Кто громче?»

#### *Задачи:*

- развивать носовое дыхание;
- учить контролировать смыкание губ.

*Оборудование:* желтые жетоны.

\* \* \*

Дети встают, выпрямляют спину, смыкают губы, помещают указательный палец левой руки на левую ноздрю, плотно ее прижимают, делают глубокий вдох (рот закрыт). На выдохе произносят: «М-м-м» и одновременно похлопывают правым указательным пальцем по правой ноздре. То же самое повторить с другой ноздрей.

В результате получается длинный скандированный выдох. Звук «м-м-м» надо направлять в нос, чтобы он был довольно громким. Упражнение повторяется несколько раз.

После каждого выдоха тому, кто произнес звук [м] правильно и громче всех, вручается жетон-«солнышко». Затем жетоны подсчитываются и объявляется победитель.

**• «У кого шарик выше?»**

*Задачи:*

- улучшать функции дыхания;
- адаптировать дыхание и подготовить организм к физическим нагрузкам.

*Оборудование:* воздушный шарик.

\* \* \*

На небольшом расстоянии от головы детей висит воздушный шарик на ниточке. Они по очереди подпрыгивают и дуют на него.

Тот, у кого шарик отлетел дальше, побеждает.

**• «Шторм в море»**

*Задачи:*

- восстанавливать носовое дыхание;
- формировать ритмичный выдох.

*Оборудование:* стаканы или бутылочки, на треть наполненные водой, коктейльные трубочки, жетоны.

\* \* \*

Перед детьми на столике стоят бутылочки (стаканы) с водой и трубочками. Логопед показывает, как нужно правильно дуть в воду через соломинку, чтобы получилось бульканье: глубоко вдыхает через нос и делает длинный выдох через рот, крепко держа губами трубочку. Дети повторяют.

Логопед следит за правильностью выполнения упражнения. После того, как каждый ребенок выполнил задание, дети по команде одновременно начинают дуть в трубочки.

Тот, у кого получилось выдуть больше воздуха, получает жетон.

**• «Скорый поезд»**

*Задачи:*

- улучшать функции дыхания;
- развивать умения действовать в коллективе, реагировать на сигнал.

*Оборудование:* картинка с изображением поезда.

\* \* \*

Логопед показывает картинку с изображением поезда и общается детям, что сегодня они совершат путешествие.

Дошкольники строятся в колонну. Стоящий впереди ребенок изображает паровоз. Он произносит: «Ту-ту». Дети слегка сгибают руки в локтях, повторяют звукоподражание и начинают двигаться вперед сначала медленно, затем быстрее, постепенно переходя на бег.

После слов логопеда: «Поезд приехал на станцию» дети замедляют ход. Затем логопед хлопает в ладоши, и дети начинают пятиться. На сигнал «Приехали!» останавливаются.

### • «Косари»

*Задачи:*

- развивать мышцы плечевого пояса;
- формировать правильное дыхание, чувство ритма.

\* \* \*

Логопед читает стихи и изображает, что косит траву. Дети произносят: «Зу» и двигают руками.

Логопед

Зу-зу, зу-зу,  
Косим мы траву.  
Зу-зу, зу-зу,  
Вместе быстро,  
Очень быстро  
Мы покосим всю траву.  
Зу-зу, зу-зу.

*Дети делают вдох, затем мах  
руками влево и выдыхают.  
Делают вдох, затем мах ру-  
ками влево и выдыхают.  
Шагают на месте.*

Логопед и дети встряхивают расслабленными руками. Затем упражнение повторяется с махами руками вправо.

### • «Едем за арбузами»

*Задача:* развивать глубину и ритм дыхания, координацию движений, умение согласовывать свои действия с действиями других участников.

*Оборудование:* 3—4 мяча разной величины.

\* \* \*

Дети садятся на коврик в круг. Логопед находится за кругом и кидает мяч кому-нибудь из участников. Дети перебрасывают его друг другу по очереди («погрузка арбузов на поезд»).

Затем дошкольники произносят: «Ту-ту-ту» и делают круговые движения руками («поезд движется»). Через 2—3 мин

дети опускают руки и произносят: «Ш-ш-ш» («поезд приехал»). После этого начинается «выгрузка арбузов»: дошкольники делают те же движения, что и при «погрузке».

Логопед обращает внимание на правильную осанку и на то, чтобы при произнесении звука [ш] дети складывали губы в трубочку.

#### • «Пузырь лопнул»

*Задачи:*

- восстанавливать носовое дыхание;
- формировать глубокое дыхание;
- учить правильно смыкать губы.

*Оборудование:* фанты из бумаги.

\* \* \*

Дети садятся полукругом. Логопед предлагает надуть шарик. Дети широко разводят руки в стороны и глубоко вдыхают воздух носом. Затем выдувают его в воображаемый шарик через рот и произносят: «Ф-ф-ф», медленно соединяя ладони.

По сигналу логопеда дети хлопают в ладоши («шарик лопается») и произносят: «Ш-ш-ш». Затем вытягивают губы «хоботком» и складывают руки на коленях.

Упражнение повторяется 2—5 раз. Тот, кто выполнил его лучше всех, получает фант. Логопед следит за тем, чтобы вдох был глубоким, а во время игры у детей не возникало чрезмерного эмоционального возбуждения.

#### • «Кто выполнит лучше всех?»

*Задачи:*

- развивать навык правильного дыхания, координацию движений, равновесие;
- укреплять мышцы тела;
- формировать своды стоп, правильную осанку.

*Оборудование:* зеркало.

\* \* \*

Дети перед зеркалом держат правильную осанку, контролируют, как смыкаются губы и идут простым шагом с изменением темпа движения 20—30 с, повторяя за логопедом:

В путь пойдем мы спозаранку,  
Не забудем про осанку.

- «Дождик и облака»

*Задачи:* те же.

\* \* \*

Дети встают в круг.

Логопед

Мы разгоним облака,  
Кап-кап-кап,  
Ветру мы поможем,  
Кап-кап, кап.

*Дети изображают, что дуют  
на тучи.*

*Машут руками.*

Затем изображают дождик: поднимают руки вверх, расслабляют мышцы рук, по очереди постепенно опускают их.

- «Злой комарик»

*Задача:* развивать навык правильного дыхания, координацию движений.

\* \* \*

Дети стоят, ноги на ширине плеч, руки прямые. Логопед читает стихотворение, дошкольники выполняют движения.

Логопед

Комарика хлоп-хлоп,  
А то сядет на лоб.  
Слева хлопнем комара.

*Дети хлопают перед собой и  
произносят: «Хлоп-хлоп».*

*Поворачивают корпус влево,  
хлопают слева от себя и  
произносят: «Хлоп-хлоп».*

Справа хлопнем комара.

*Поворачивают корпус вправо,  
хлопают справа от себя и  
произносят: «Хлоп-хлоп».*

Упражнение повторяется 4—6 раз.

- «Веселый трубочист»

*Задачи:*

- развивать координацию движений;
- формировать умение чередовать вдох носом и выдох ртом.

\* \* \*

И.п.: стоя. Логопед читает стихи, а дети выполняют движения.

## Логопед

Вот веселый трубочист,  
Он трубы чистит, чистит.  
Руки ходят вверх и вниз,  
И крепко сжаты кисти.

*Дети поднимают руки вверх,  
делают вдох носом.  
Сгибают руки.  
Сжимают кулаки.  
Опускают руки и делают вы-  
дох ртом.*

## • «Звонкий ручеек»

*Задача:* развивать артикуляцию, ритмичность движений.

\* \* \*

Логопед читает стихотворение, дети выполняют движения.

## Логопед

Что там? Ручеек звенит:  
«З-з-з-з!»

*Дети ходят на месте.*

Вьется, вьется.  
Эй, кто с нами не смеется?  
Это ручеек петляет,  
Тот, что зародился в мае.  
Так ребята друг за другом  
Мчатся, мчатся, мчатся  
кругом,

*Бегут друг за другом.*

Кружат и не падают  
И друг друга радуют.

*Ходят, высоко поднимая коле-  
ни (носок оттянут, руки на  
поясе).*

*Бегут друг за другом.*

*Останавливаются, кружатся.  
Делают глубокий вдох, на  
выдохе произносят: «Ш-ш-ш».*

Логопед регулирует темп ходьбы и бега.

## • «Снежинки и ветер»

*Задачи:*

- формировать правильную осанку, умение расслаблять мышцы;
- укреплять мышцы свода стопы;
- развивать пластику.

*Оборудование:* шарики на нитке.

\* \* \*

Дети делятся на «снежинки» и «ветры», логопед — «мороз».

«Ветры» сидят на стульях, «снежинки» разбегаются по залу. Логопед произносит: «Дуют ветры!» «Ветры» дуют на



шарики вместе с «морозом» и произносят: «Ш-ш-ш». «Снежинки» встают на носки, поднимают руки вверх (кисти расслаблены) и начинают медленно переступать с ноги на ногу, затем бегают по залу и кружатся.

Логопед произносит: «Мороз». «Снежинки» приседают, обхватывают колени руками, произносят: «Ах-х-х-х-х» и опускают голову.

«Мороз» говорит: «Подули ветерки, они легко дуют». «Ветры» легко, не напрягаясь, делают глубокий выдох и произносят: «Ф-ф-ф-у-у». «Снежинки» плавно встают, поднимают руки вверх и на носках бегают по всей площадке. При этом они вытягивают губы «трубочкой» и дуют на шарики.

Упражнение повторяется. «Снежинки» и «ветры» меняются ролями.

#### • «Дышим правильно»

*Задачи:*

- формировать правильное дыхание;
- учить соотносить речь с движениями.

*Оборудование:* воздушный шарик.

\* \* \*

Дети встают в круг.

Логопед. Давайте улыбнемся друг другу, передадим друг другу воздушный шарик и назовем свое имя.

Дети выполняют задание.

Давайте правильно подышим, чтобы зарядиться энергией.

Носиком вдохнули,  
Ротиком подули.  
Солнышко вдыхаем.

*Дети делают вдох носом.  
Выдыхают ртом.  
Разводят руки в сторону и  
улыбаются.*

Логопед показывает игрушечного кота.

У нас беда приключилась — кот заболел, простудился. Ребята, вы знаете, что нужно делать, чтобы не болеть?

Дети. Делать зарядку, одеваться по погоде, закаляться, есть чеснок...

Логопед. Давайте поможем коту поправиться. Сделаем вместе с ним массаж.

Логопед показывает движения на игрушечном коте, дети повторяют их.

Чтобы горло не болело,  
Мы его погладим смело.  
Чтоб не кашлять, не чихать,  
Надо носик растирать.  
Лобик тоже мы потрем,  
Мы здоровыми растем.  
Знаем, знаем: да, да, да,  
Нам простуда не страшна!

*Дети гладят ладонью область горла.  
Поглаживают указательными пальцами крылья носа.  
Растирают ладонью круговыми движениями лоб.  
Хлопают в ладоши.*

Давайте вместе с котиком теперь правильно подышим: вдох носом, выдох ртом.

Дети выполняют задание.

Котик выздоровел благодаря нашим упражнениям. Спасибо вам! Попрощаемся с котиком.

Дети выполняют задание.

## Массажеры су-джок в логопедической работе

В логопедической работе часто используются массажеры су-джок: массажные шарики и кольца. Первыми можно стимулировать зоны на ладонях, а вторыми — пальцы.

### Массажные шарики су-джок

Массажные шарики су-джок (рис. 1) катают круговыми движениями между ладонями, перекатывают его от кончиков пальцев к основанию ладони, вращают кончиками пальцев, сжимают между ладонями, передают из руки в руку, подбирают, ловят и сжимают ладонями.

*Задачи логопедического массажа с использованием массажных шариков су-джок:*

- развивать речь, ориентировку в пространстве, тактильную чувствительность, эмоционально-волевую сферу;
- стимулировать речевые области коры головного мозга;
- корректировать произношение;
- проводить автоматизацию звука;
- приводить в норму мышечный тонус (что особенно важно для детей с двигательными расстройствами, минимальной мозговой дисфункцией).

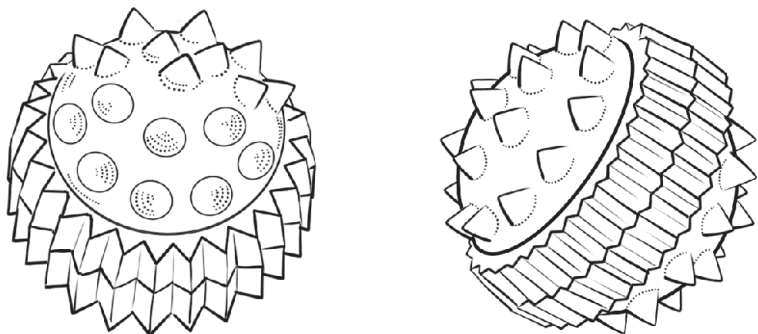


Рис. 1. Массажные шарики су-джок

Вариантов игр и упражнений с массажными шариками множество. Дети и педагоги могут проявить фантазию и воображение.

### Комплекс игровых упражнений с массажными шариками «Колючие мячики»

Первые игровые упражнения с массажным шариком должны быть несложными.

*Задачи:*

- знакомить с массажерами су-джок;
- развивать координацию движений.

*Организация работы.* Упражнения лучше проводить сидя за столом. Дети могут работать в парах, индивидуально, фронтально. Каждое упражнение лучше повторять от 3 раз.

*Оборудование:* шарики су-джок разного цвета.

#### • «Познакомимся с колючими шариками»

*Задачи:*

- развивать тактильные ощущения;
- формировать пространственные представления.

\* \* \*

Логопед

Это шарик непростой,  
Он колючий, вот какой!  
Зажмите шарик в ладошку.

Дети выполняют задание.

Возьмите шарик в правую руку и спрячьте его за спину.

Дети выполняют задание.

А теперь покатайте шарик по ладоням.

Дети выполняют задание.

#### • «Цветные мячики»

*Задача:* развивать зрительное восприятие, тактильные ощущения.

\* \* \*

Логопед. Зажмите шарик желтого цвета, потом — зеленого, а затем — синего.

Конец ознакомительного фрагмента.  
Приобрести книгу можно  
в интернет-магазине  
«Электронный универс»  
[e-Univers.ru](http://e-Univers.ru)