



Коррекционная работа по формированию речевого дыхания у детей с заиканием

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

Составитель:
Лагун Татьяна Томашевна,
преподаватель
кафедры логопедии БГПУ им. М.Танка

Выделяют следующие типы дыхания:

1. верхнегрудное (ключичное) дыхание,
2. грудное дыхание,
3. диафрагмальное дыхание.

РЕПОЗИТОРИЙ БГМУ

При верхнегрудном (ключичном) дыхании:

дыхательные движения осуществляются при поднятии и расширении верхней части грудной клетки, а диафрагме приходится пассивно следовать за этими движениями, живот на вдохе втягивается, а верхняя часть грудной клетки, ключицы, а порой и плечи поднимаются.

При грудном дыхании:

вдох производится главным образом при поднятии и расширении верхней части грудной клетки, при этом обязательно приходит в действие диафрагма.

РЕПОЗИТОРИЙ ГНУ

При диафрагмальном дыхании:

грудная клетка и диафрагма активно задействованы в работе.

Наиболее полезен и рационален для речевого процесса диафрагмальный тип дыхания.

РЕПОЗИТОРИЙ ИМЭГУ

Диафрагмальное дыхание лежит в основе фонационного и речевого дыхания, которые характеризуются:

1. активностью, связанной с тем, что дыхание является энергетической базой нашей речи;
2. организованным выдохом;
3. связаны с возникновением и распространением звука;
4. распределение выдоха в процессе речи;
5. речевой выдох происходит в основном через рот, он несколько замедлен; при физиологическом дыхании вдох и выдох совершаются только через нос;
6. ритм этого типа дыхания сильно отличается от обычного: вдох – пауза – выдох, при этом вдох до 15 раз короче, чем выдох;
7. добор дыхания в процессе речи;
8. фонационное и речевое дыхание осуществляются произвольно, физиологическое дыхание – автоматически.

Нарушение речевого дыхания у детей с заиканием выражается в следующих показателях

(Белякова Л.И., Дьякова Е.А. и др.):

- недостаточный объем вдыхаемого воздуха перед началом речевого высказывания;
- укороченный, нерационально используемый речевой выдох;
- прерывание речевого выдоха для дополнительного вдоха;
- несформированность координаторных механизмов между речевым дыханием и фонацией.
- У некоторых детей с заиканием отмечается речь на вдохе.

Правильное речевое дыхание у детей с заиканием:

- создает условия для поддержания нормальной громкости речи, четкого соблюдения пауз, сохранения плавности речи и интонационной выразительности;
- предохраняет голосовой аппарат от переутомления.

При проведении упражнений по формированию речевого дыхания у детей с заиканием должны быть учтены следующие методические указания:

- ~~1. Не заниматься в пыльной, непроветренной или сырой комнате.~~
2. Не заниматься после еды (только через 1,5 – 2 часа).
3. Занятия проводить в свободной одежде, не стесняющей движений.
4. Дыхательные упражнения должны быть организованы таким образом, чтобы ребенок с заиканием не фиксировал внимание на процессе вдоха и выдоха. Все инструкции должны касаться только процесса выдоха.
5. Для детей дошкольного возраста с заиканием дыхательные упражнения организуются в виде игры так, чтобы ребенок непроизвольно мог сделать более глубокий вдох и более длительный выдох.
6. Все упражнения на тренировку речевого дыхания связаны с выполнением двух основных движений:
 - руки из положения «в стороны» движутся «кпереди» с обхватом грудной клетки,
 - руки из положения «вверху» движутся «вниз».

При проведении упражнений по формированию речевого дыхания у детей с заиканием должны быть учтены следующие методические указания:

7. Большинство дыхательных упражнений для детей дошкольного возраста с заиканием включают выдох с артикуляцией согласных (в основном щелевых) или фонацией гласных звуков, что позволяет учителю-логопеду на слух контролировать длительность и непрерывность выдоха, а в дальнейшем формирует у ребенка обратную биологическую связь.
8. Дозировать количество и темп проведения дыхательных упражнений.
9. Дыхательные упражнения ограничивать по времени: длительность их от 30 сек. до 2 мин. (можно использовать песочные часы) во избежание утомления ребенка и возможного головокружения.

Коррекционная работа по формированию речевого дыхания у детей с заиканием включает в себя следующие этапы (по Шишковой Т.Г.):

- 1) Расширение физиологических возможностей дыхательного аппарата: постановка диафрагмально-реберного дыхания и формирование длительного выдоха через рот.
- 2) Формирование длительного фонационного выдоха.
- 3) Формирование речевого дыхания при реализации простых речевых задач: формирование речевого выдоха на материале слогов, слов, коротких фраз, коротких стихотворных текстов.
- 4) Формирование речевого дыхания при реализации усложненных речевых задач: формирование речевого выдоха на материале прозаического текста.

I этап – постановка диафрагмально-реберного дыхания

В дошкольном возрасте **формирование диафрагмального дыхания** необходимо проводить на начальном этапе только в положении лежа. В этом положении мышцы всего тела слегка расслабляются и диафрагмальное дыхание без дополнительных инструкций устанавливается автоматически. Затем можно переходить к выполнению упражнений в положении сидя и стоя. Оптимально, чтобы постановка диафрагмального дыхания у детей с заиканием проводилась на фоне мышечного расслабления.

Упражнения для постановки диафрагмально-реберного дыхания

Упражнение 1 «Покачаем игрушку».

Ребенок с заиканием находится в положении лежа на спине. На область диафрагмы ребенку кладут легкую мягкую игрушку. Делая вдох носом живот выпячивается, а значит, игрушка, стоящая на нем, поднимается. При выдохе через рот живот втягивается, и игрушка опускается. Это упражнение длится в среднем 1,5-2 минуты. Упражнение должно выполняться без усилий, чтобы избежать гипервентиляции и повышения мышечного тонуса. **Инструкция:** «Запомни, как твой живот дышит и качает игрушку».

Упражнения для постановки диафрагмально-реберного дыхания

Упражнение 2 «Поиграем животиками».

Ребенок с заиканием находится в положении лежа на спине. Ладонь ребенка лежит на верхней части живота (диафрагмальная область). Внимание ребенка обращается на то, что его живот «хорошо дышит». **Инструкция:** «Положи руку на живот и почувствуй, как он поднимается». Это упражнение также длится в среднем 1,5-2 минуты.

Упражнения для постановки диафрагмально-реберного дыхания

Упражнение 3 (проводится аналогично предыдущему, только меняется положение ребенка).

Ребенок с заиканием находится в положении сидя, а затем – стоя. Ладонь ребенка лежит на верхней части живота (диафрагмальная область). **Инструкция:** «Посмотри и почувствуй, как мой живот дышит. А теперь попробуй так же подышать и своим животом». Это упражнение также длится в среднем 1,5-2 минуты.

Упражнения на формирование длительного выдоха через рот

Упражнение 1 «Задуй свечку».

Дети держат полоски бумаги на расстоянии около 10 см от губ. Детям предлагается медленно и тихо на выдохе через рот подуть на «свечу» так, чтобы пламя «свечи» отклонилось. Учитель-логопед отмечает тех детей, кто дольше всех дул на «свечу».

Упражнение 2 «Перышко».

Ребенок сдувает на выдохе через рот с ладони учителя-логопеда перышко или легкий ватный шарик.

Упражнения на формирование длительного выдоха через рот

Упражнение 3 «Ветерок».

Учитель-логопед предлагает ребенку подуть на веточку с листочками или на листочки, вырезанные из папиросной бумаги, как ветерок, сопровождая действия ребенка стихотворным текстом:

Очень жаркий день-денечек.

Дунь-подунь, наш ветерочек.

Ветерочек, ветерок,

Дунь-подунь, наш ветерок.

Упражнения на формирование длительного выдоха через рот

Упражнение 4 «Горячий чай».

Учитель-логопед предлагает ребенку подуть на горячий чай в чашке, чтобы он быстрее остыл. (Чашка вырезается из цветного картона, пар изображается папиросной бумагой и прикрепляется к чашке с помощью пружинки). Ребенок дует на «пар». Если правильно дует, то «пар» отклоняется от чашки.

II этап – формирование длительного фонационного выдоха

Формирование фонационного выдоха является основой для развития координаторных взаимоотношений между дыханием, голосом и артикуляцией. **Во избежание фиксации внимания на процессе вдоха инструкция должна касаться только длительности произнесения звука.**

- Как правило, тренировка длительного фонационного выдоха начинается с длительного звучания гласных. Порядок введения гласных звуков следующий: а, о, у, и, э.
- После того как дети с заиканием освоят длительное произнесение одного гласного на выдохе, предлагается произнести слитно сочетание из двух гласных на одном выдохе: А _____ О _____.
- Постепенно наращивается количество гласных звуков, произносимых на одном выдохе в следующем порядке: А — О — У — И — Э (эталон гласных звуков).
- Диафрагмальный вдох и выдох во время выполнения этих упражнений ребенок с заиканием может контролировать ладонью, положенной на область диафрагмы.

Упражнения на формирование длительного фонационного выдоха

Упражнение 1. Пропевание на выдохе гласного звука на мягкой атаке. **Инструкция:** «Сейчас будем петь звук А (О, У, И, Э). Петь нужно красиво, долго, не кричать. Итак поем: (вдох) а-а-а... Теперь вы будете петь, а я послушаю, кто поет красиво и дольше всех». Аналогичная работа проводится на материале остальных гласных звуков.

Упражнение 2. Пропевание на выдохе гласного звука с изменением высоты и силы голоса. **Инструкция:** «Сейчас мы будем гудеть, как большой паровоз, громко. Послушайте, как это у меня получается (учитель-логопед демонстрирует громкое пропевание звука «У» низким голосом). А теперь вместе погудим, как большой паровоз (дети гудят вместе). А теперь погудим, как маленький паровоз, тихо-тихо. Послушайте, как я это сделаю (учитель-логопед демонстрирует тихое пропевание звука «У» высоким голосом). А теперь вместе погудим, как маленький паровоз». Аналогичным образом отрабатываются другие гласные звуки.

Упражнения на формирование длительного фонационного выдоха

Упражнение 3. Пропевание на выдохе завершенного ряда гласных звуков «АОУ» с разной интонацией (вопроса, удивления, радости и т.д.). *Инструкция:* «Сейчас я пропою волшебное слово, а вы послушайте (учитель-логопед на выдохе слитно пропевает ряд гласных «АОУ»). А теперь давайте вместе (дети поют вместе с учителем-логопедом). А теперь давайте спросим, волшебное слово «АОУ?» (дети пропевают ряд гласных «АОУ» с интонацией вопроса). Аналогичным образом ряд гласных «АОУ» отрабатывается с другими интонациями.

Упражнение 4. Пропевание на выдохе сочетаний гласных звуков последовательно, каждое на отдельном выдохе, низким грудным голосом:

- А, АО, АОУ, АОУИ, АОУИЭ
- О, ОА, ОАУ, ОАУИ, ОАУИЭ
- У, УА, УАО, УАОИ, УАОИЭ
- И, ИА, ИАО, ИАОУ, ИАОУЭ

Упражнения на формирование длительного фонационного выдоха

Упражнение 5 «Полицейская сирена». Плавно вдохнуть, на полном выдохе изобразить звук сирены: «Уи-уи-уи-уи...».

Упражнение 6 «Спустить мяч». Сделать вдох, руки на уровне груди. Сжимать воображаемый мяч, произнося на выдохе «с-с-с...».

Упражнение 7 «Лопнула шина».

Исходное положение: дети разводят руки перед собой, изображая круг — «шину». На выдохе дети произносят медленно звук «ш-ш-ш...». Руки при этом медленно скрещиваются, так что правая рука ложится на левое плечо и наоборот. Грудная клетка в момент выдоха легко сжимается. Занимая исходное положение, дети делают произвольно вдох.

Упражнения на формирование длительного фонационного выдоха

Упражнение 8 «Воздушный шар».

Исходное положение: дети разводят руки перед собой, изображая круг — «воздушный шар». На выдохе дети произносят медленно звук «ф-ф-ф...». Руки при этом медленно скрещиваются, так что правая рука ложится на левое плечо и наоборот. Грудная клетка в момент выдоха легко сжимается. Занимая исходное положение, дети делают произвольно вдох.

Упражнение 9 «Жук жужжит».

Исходное положение: руки поднять в стороны и немного отвести назад словно крылья. Выдыхая, дети произносят «ж-ж-ж...», опуская руки вниз. Занимая исходное положение, дети делают произвольно вдох.

III этап – формирование речевого дыхания при реализации простых речевых задач

В дыхательные упражнения вводятся слоги, слова, короткие фразы (из 2-х, а далее 3-4-х слов), короткие стихотворные тексты.

Формирование речевого дыхания при реализации простых речевых задач

Для каждого возраста имеются свои показатели произнесения определенного количества слов на выдохе:

Возраст ребенка	Количество слов на выдохе в норме	Длительность упражнения по формированию речевого дыхания
2-3 года	2-3 слова	2-3 мин.
3-4 года	3-5 слов	3-4 мин.
4-6 лет	4-6 слов	4-6 мин.
6-7 лет	5-7 слов	5-7 мин.

Упражнения на формирование речевого выдоха при реализации простых речевых задач

Упражнение 1 «Трубач». Поднести к губам воображаемую трубу. Имитируя движения трубача, нажимая пальцами на воображаемые клавиши, на выдохе произносить нараспев слог «тууу...». **Инструкция:** «Сейчас мы будем играть на волшебной трубе и произносить длинно слог «тууу...» (дети по образцу учителя-логопеда нараспев произносят заданный слог).

Упражнение 2 «Волшебные слоги». На выдохе нараспев тянуть слог МА (далее МИ, МЫ, ЗА, ЗИ, ЗЕ, ЖА, ЖУ). **Инструкция:** «Сейчас мы будем произносить волшебные слоги длинно» (дети по образцу учителя-логопеда нараспев произносят заданный слог).

Упражнения на формирование речевого выдоха при реализации простых речевых задач

Упражнение 3 «Цепочки слогов». Сделав полный вдох, на выдохе произносить слоговые цепочки:

- па, папа, папапа, папапапа;
- ма, мама, мамاما, мамамاما;
- ва, вава, вавава, вававава.

При чем, слоговые цепочки сначала следует произносить равноударно и ритмично, с ударением на первый слог. Затем следует последовательно перемещать ударение на второй, третий и четвертый слог.

Упражнения на формирование речевого выдоха при реализации простых речевых задач

Упражнение 4 «Волшебные слова». На выдохе нараспев тянуть слог МА (далее МИ, МЫ, ЗА, ЗИ, ЖА, ЖУ). Затем выполняется еще один вдох и на выдохе произносится образованное на основе спетого слога слово (мама, Мила, мыло, зайка, Зина, жапо, жуки и т.д.). **Инструкция:** «Сейчас мы будем произносить волшебные слоги, а так как слоги волшебные, то из них у нас будут вырастать слова, которые мы также будем произносить» (дети по образцу учителя-логопеда нараспев на выдохе произносят заданный слог, а затем после очередного вдоха на выдохе произносят нараспев слово с этим слогом). Например: (вдох) – МА , (вдох) – МА-А-МА-А- и т.д.

Упражнения на формирование речевого выдоха при реализации простых речевых задач

Упражнение 5 «Волшебный счет». Сделать вдох. На одном выдохе посчитать от 1 до 5, а затем последовательно удлиняем выдох до 10. Следить за проговариванием, равномерностью и длительностью выдоха. По аналогии: перечисление дней недели, название месяцев.

Упражнение 6 «Скажи предложение». Предлагается на выдохе произносить фразу, состоящую из 2-х слов: из только что произнесенного слова и нового.

- (вдох) ма-а-ма-а – (вдох) Мама мыла.
- (вдох) Ми-и-ла-а – (вдох) Мила шила.
- (вдох) Ма-а-ша-а – (вдох) Маша ела.
- (вдох) По-о-ля-я – (вдох) Поля пила и т.д.

Инструкция: «Сначала мы будем произносить одно слово, а затем, присоединив к нему «паровозиком» второе слово, получим предложение, которое тоже произнесем сразу вместе с первыми, как паровозик с вагончиком, которые едут вместе» (дети по образцу учителя-логопеда нараспев на выдохе произносят слово – фразу).

Упражнения на формирование речевого выдоха при реализации простых речевых задач

Упражнение 7 «Скажи предложение длинно». Предлагается на выдохе произносить фразу, состоящую из 3-4-х слов: из только что произнесенного слова и новых:

- (вдох) ма-а-ма-а – (вдох) Мама мыла.– (вдох) Мама мыла Милу. – (вдох) Мама мыла Милу мылом и т.д.

Инструкция: «Сначала мы будем произносить одно слово, а затем, присоединять к нему «вагончики» – новые слова, чтобы получилось красивое длинное предложение, которое тоже произнесем сразу вместе» (дети по образцу учителя-логопеда нараспев на выдохе произносят слово – фразу из 2-3-4 слов).

Аналогичную работу можно провести на материале предложений:

- Мила шила платье кукле.
- У Зои болят зубы.

Усложненным вариантом данного упражнения может быть упражнение, в котором речевая задача усложнялась тем, что дети называют последнее слово во фразе сами, в соответствии с предъявляемой предметной картинкой. Например: «Маша ела кашу и ...» (учитель-логопед показывает детям картинку банан и дети заканчивают фразу: «банан»). Затем детям предлагается повторить всю фразу целиком на выдохе: «Маша ела кашу и банан».

Упражнения на формирование речевого выдоха при реализации простых речевых задач

Упражнение 8. Чтение коротких стихотворений, считалок, соблюдая плавность вдоха и выдоха. Например:

○ *стихотворения:*

1. (Вдох) на выдохе: Уронили мишку на пол (вдох),
Оторвали мишке лапу (вдох),
Все равно его не брошу (вдох),
Потому что он хороший.

2. (Вдох) на выдохе: Мама мыла Милу мылом (вдох),
Мила мыло не любила (вдох).

Уронила Мила мыло(вдох),
В мыльной пене утопила(вдох).

Если у ребенка хватает воздуха, то можно делать вдох после произнесения двух строчек стихотворения.

Упражнения на формирование речевого выдоха при реализации простых речевых задач

- *Считалка:*

(Вдох) на выдохе: Как на горке, на пригорке (вдох),
Стоят тридцать три Егорки (вдох),
Один Егорка, два Егорка (вдох),
Три Егорка, четыре Егорка.

При этом следует помнить, что при отработке речевого дыхания на материале скороговорок и стихотворных текстов сначала необходимо их заучить, только потом можно переходить к тренировкам. Вдыхать новую порцию воздуха необходимо после каждой строки, сохраняя связность текста.

IV этап – формирование речевого дыхания при реализации усложненных речевых задач

Данный этап предполагает формирование речевого выдоха на материале прозаического текста.

РЕПОЗИТОРИЙ ЕСПУ

Упражнения на формирование речевого выдоха при реализации усложненных речевых задач

Упражнение 1. Предлагается на выдохе проговаривать две фразы прозаического текста, не объединенные ритмом и рифмой: «Это яблоко. Яблоко большое и красное».

Упражнение 2. Предлагается на выдохе к двум фразам прозаического текста из предыдущего упражнения присоединить третью фразу: «Это яблоко. Яблоко большое и красное. Оно сочное и сладкое».

Вдыхать новую порцию воздуха необходимо после каждого предложения, сохраняя связность текста.

Литература по данной проблеме

- Белякова, Л.И. Методика развития речевого дыхания у дошкольников с нарушениями речи / Л.И. Белякова, Н.Н. Гончарова, Т.Г. Шишкова; Под ред. Л.И. Беляковой. – М.: Книголюб, 2004. – 56 с.
- Белякова Л.И., Гончарова Н.Н., Филатова Ю.А., Хатнюкова-Шишкова Т.Г. Здоровьесберегающие технологии развития речи у детей. Формирование речевого дыхания / Л.И. Белякова, Н.Н. Гончарова, Ю.А. Филатова, Т.Г. Хатнюкова-Шишкова. – М.: Национальный книжный центр, 2019. – 80 с.
- Щетинин, М.Н. Дыхательная гимнастика А. Н. Стрельниковой / М.Н. Щетинин. – М.: Метафора, Москва, 2010. – 293 с.



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ !

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ