**Развитие правильного речевого дыхания у детей дошкольного возраста с тяжёлыми нарушениями речи**

В работе с детьми дошкольного возраста с тяжёлыми нарушениями речи (ТНР) важно поставить ребёнку правильное речевое дыхание. Ведь без правильного дыхания, без которого характерны короткий*,* глубокий вдох и плавный, длительный экономный выдох, невозможна хорошо звучащая речь.

Данный цикл игр и игровых упражнений по развитию речевого дыхания, поможет учителю-логопеду и воспитателям, работающим в группах с ТНР научить ребенка правильно дышать, и впоследствии научить владеть своим голосом, который проводится в следующей последовательности: развитие физиологического дыхания

* без участия речи,
* на материале гласных звуков,
* согласных звуков,
* слогов,

слов, предложений и фраз.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Общеразвивающие и логоритмические игры и упражнения, развития физиологического дыхания | Цель: координация ротового и носового дыхания, выработка нижнерёберного типа дыхания при активном участии диафрагмы. | ***1. Вдох и выдох через нос***Вдох - глубокий, выдох - длительный, плавный.***2. Вдох через нос, выдох через рот*** Если выдох через рот не получается, зажать нос пальцами. ***3. Вдох через рот выдох через нос*** Для контроля можно подносить к носу или рту зеркало, ватку, полоску бумаги.***4. Вдох и выдох через рот***Если упражнение не получается, зажать нос пальцами.*Примечание:* При речи и пении мы пользуемся комбинированным носоротовым дыханием, поэтому одновременно тренируем и то и другое.***5. Комбинированный вдох***Задержка дыхания, выдох через нос. Задержка дыхания, выдох через рот (слегка приоткрытый). | *Варианты:*Вдох обычный - выдох с имитацией стона. Вдох через одну ноздрю - выдох через другую. Вдох толчками - выдох обычный. Вдох обычный – выдох толчками. Вдох толчками - выдох толчками. Вдох обычный - выдох с усилением в конце.*Примечание.* При систематическом повторении этих упражнений ребенок начинает ощущать разницу в направлениях воздушной струи и учится правильно ее регулировать. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Игры и упражнения****на развитие речевого дыхания без участия речи** | **Цель: Развитие длительного, плавного выдоха, активизация мышц губ.** | 1. *«Одуванчик»* (проводится на свежем воздухе). Сорвать одуванчик, подуть на него так, чтобы с первого - третьего раза слетели все пушинки.
2. *«Узнай по запаху».* Узнать яблоко, сок, одеколон и т.п. по запаху сначала с открытыми глазами, потом с закрытыми.
3. *«Свеча» («Задуй свечу»).* Сделать вдох. По сигналу «Тихий ветерок» медленно выдохнуть на пламя свечи, так чтобы оно отклонялось, но не гасло. По сигналу «Сильный ветер» задуть свечу резким выдохом.
4. *«Костер».* Логопед кладет перед детьми картинку (или макет) костра из полосок тонкой бумаги. Детям предлагается «раздуть угасающий костер», вдыхая через нос и медленно выдыхая через рот.
5. *«Физкультурные свистки».* Чей свисток будет свистеть дольше?
6. *«Губная гармошка».* Пронзительныйзвук издает гармошка, сделанная из расчёски, если дуть на нее через тонкую полоску бумаги.

Начинать следует с легких упражнений задуть свечу или сдуть ватку с ладони, расстояние 12-20 см (расстояние можно постепенно увеличивать). Надувать воздушные шары и резиновые игрушки можно только после того, как у ребенка будет развита достаточная сила ротового выдоха. Более трудной является игра на духовых инструментах.После того как у детей будет сформирован плавный длительный выдох, вводят голосовые упражнения; при этом внимание детей обращают на различную высоту, слух, тембр голоса. |
| **Дыхательно-голосовые игры и упражнения****на материале гласных звуков** | **Цель. Отработка удлиненного выдоха через рот с одновременным произношением гласных звуков.** | 1. Произношение гласного звука на выдохе *(2 - 4раза): а о у ы э* (шепотом, голосом).
2. Произношениедвух гласных на одном выдохе *(2 - 4раза):* а – э, о – у, и – ы, э – и (шепотом, голосом).
3. Произношение трех гласных на одном выдохе *(2 - 4 раза): а~э~о, о~у~и, о~у~а, о*~*э*~*ы,* (шепотом, голосом).
4. Произношение четырех гласных на одном выдохе *(2-4раза): а - э - о - у, а – о – у – з.* (шепотом, голосом).
5. Произношение гласного ряда на одном выдохе шепотом, голосом.
6. Произношение гласного ряда на одном выдохе со сменой темпа шепотом, голосом.
7. Произношение гласных в звукоподражаниях: *музыкальным инструментам -* труба гудит: *у-у~у-у-у; предметам -* кукла Ляля плачет: *уа-уа-уа;* - пароход гудит: *у-у-у-у-у животным* – медведь ревет: *а-а-а;* - голодный волк: *у-у-у; явлениям природы* - ветер (вьюга) воет: *у-у-у.*
8. *Вдох через рот - быстрый, пауза, выдох медленный с одновременным произношением гласных звуков сначала шёпотом, затем громко.*
 |
| **Дыхательно-голосовые игр и упражнения****на материале согласных звуков** | **Цель. Отработка удлиненного выдоха через рот с одновременным произношением согласных звуков.** | 1. Произношение согласных идёт на одном выдохе, сначала с беззвучной артикуляцией, затем - громко. Учитель-логопед должен следить за тем, чтобы ребенок правильно имитировалнужный звук, и поощрять длину выдоха (отмечать время счетом.)
2. Произношение глухих согласных одном выдохе: *ф, с, ш х.*
3. Произношение двух согласных на одном выдохе: *ф* - *с, с - ш, ш* - *с, х - ф* и др.
4. Произношение трех согласных на одном выдохе: *ф* - *с - ш* и др.
5. Произношение четырех согласных на одном выдохе: *ф* - *с* - *ш - х* и др.
6. Произношение согласных в звукоподражаниях: *- предметам* (зазвонил телефон: *з-з-з-з-з;* ревет трактор: *р-р-р-р-р-р;* качает насос: *ш-ш-ш-ш-ш-ш;* сдувается шарик *с-с-с-с-с;* паровоз выпускает пар: *ш-ш-ш ш-ш;* из крана течет вода: *с-с-с-с-с); - животным* (мышонок шуршит: *ш-ш-ш-ш-ш* тигр рычит: *р-р-р-р-р;* комар (оса) летит *з-з-з-з-з;* жук жужжит: *ж-ж-ж-ж-ж;* змея шипит: *ш-ш-ш-ш-ш;* злая собака рычит *р-р-р-р-р), - явлениям природы* (лес шумит) *ш-ш-ш-ш-ш;* воет вьюга (ветер): *в-в-в-в-в); - людям* («не шумите» - *тс-с-с-с).*
7. *«Каша кипит»,* Сидя, одна рука лежит на животе, другая - на груди. Втягивая живот *-* вдох, выпячивая живот – выдох.
8. *«На турнике»,* Стоя, ноги вместе, гимнастическую палку держать в обеих руках перед собой. Поднять палку вверх, подняться на носки - вдох, палку опустить назад на лопатки - длинный выдох. Выдыхая, произносить: *ф-ф-ф-ф-ф (3-4 раза).*
9. *«Дует ветер».* Дети водят хоровод. Логопед сопровождает движение рассказом: «Утром дети идут в детский сад. Светит солнце. Дует тихий ветерок: в-в-в-в-в *(произносится тихо).* Как дует тихий ветерок? *(Дети останавливаются и повторяют тихо: в-в-в-в-в)* Вечером дети идут домой. Подошли к дому. И вдруг подул сильный ветер; в-в-в-в-в *(произносится громко).* Как дует сильный ветер?»*.*
 |
| **Дыхательно-голосовые игры и упражнения****на материале слогов** | **Цель.** **Тренировка удлиненного выдоха через рот с одновременным проговариванием слогов.** | *Произнесение слогов сначала на шепоте, затем громко на одном выдохе. Упражнения можно сопровождать движением рук. Используется прием наращивания слогов, т.е. сначала дается один слог, потом два, три и т.д.*1. Повторение слогов с одинаковыми гласными и одинаковыми согласными;
2. *па па-па, па-па-па, па-па-па-па;*
3. *пап, пап-пап, пап-пап-пап, пап-пап-пап-пап;*
4. Повторение слогов с одинаковыми гласными и разными согласными: *та-па, ти-пи, то-по; та-па-ва, ти-пи-ви,*
5. Повторение слогов с разными гласными и одинаковыми согласными: *па-пу****,*** *па-па – пу-пу, па-па-па – пу-пу-пу, па-па-па-пу-пу-пу;*
6. Повторение слогов с разными гласными и разными согласными: *па-па-та, па-па-то, па-па-ту,*
7. Произнесение слогов в звукоподражаниях: *- музыкальным инструментам (ба*рабан: *там-там-там,* колокольчик; *динь-динь-динь,* дудочка: *ду-ду-ду); - предметам* (стучит молоток: *тук-тук-тук,* сигналит машина: *би-би-би,* идут часы: *тик-так, тик-так,* косит коса: *вжик-вжик- вжик,* фотографирует фотоаппарат: *чик-чик-чик); животным* (кошка: *мяу~мяу-мяу,* курица: *ко-ко-ко,* гусь: *га-га-га) явлении природы* (капает водичка: *кап-кап-кап,* булькает водичка: *буль-булъ-буль) людям* (укусила оса: *ой-ой-ой).*
8. *«Маятник». Стоя,* ноги на ширине плеч, палку держать за спиной на уровне нижних углов лопаток. Наклонять туловище в стороны, при наклоне - выдох, произносить: *ту-у-у-у-ух* (3-4 наклона в каждую сторону).
 |
| **Дыхательно-голосовые упражнения на материале слов** | **Цель. Тренировка удлиненного выдоха через рот с одновременным проговариванием слов с изменением силы и высоты голоса.** | *Произнесение слов идёт на одном выдохе. Удлинённый выдох наращивается постепенно. Произнесение слов можно сопровождать дирижированием, т.е. движениями руки в такт проговаривания.*1. Произнесение ряда слов на одном выдохе *папа, папа, пока; папа, пока, кипа.*
2. Перечисление дней недели (каждую строчку говорить на одном выдохе): *понедельник; понедельник, вторник; понедельник, вторник, среда* и т.д.
3. Перечисление названий месяцев; *январь; январь, февраль; январь, февраль, март* и т.д.
4. Перечисление времен года: *зима; зима, весна; зима, весна, лето; зима, весна, лето, осень.*
5. *«Этажи».* Детям предлагается представить, что они шагают вверх по этажам. Приговаривая: «1-й этаж, и 2-й этаж, и 3-й этаж» и т.д. Кто поднимется выше?
6. *«Позовем животных».* Логопед показывает картинки, на которых изображены животные, и предлагает подозвать их. Дети подзывают животных, произносят междометия или клички животных. Например, кошку: *кис, кискис;* корову: *Ласка, Ласка, Ласка;* щенка: *Пушок, Пушок, Пушок* и т.д. Подзывают животных ласково, доброжелательно, призывно, многократно повторяя слова.
7. *«Кто за кем или за чем следует?».* Учитель-логопед подбирает предметы и игрушки (три-четыре), ставит на стол, предлагает посмотреть на них и сказать, что за чем стоит. Дети называют предметы, перечисляя их на одном выдохе. Затем порядок предметов меняется, некоторые добавляются или убираются. Дети произносят названия предметов группами или по одному (на одном выдохе).
8. *Упражнение на счет. И.п.* - встать, плечи развернуть, голову держать прямо, одну руку положить на диафрагму, другую - на ребра (для контроля). Глубокий вдох на счет *1~2* (про себя), задержка дыхания на счет *1* (про себя), плавный выдох на счет *1 → 10* (вслух). Затем добирать воздух и продолжить счет до 15, опять добирать воздух и продолжать счёт до 20, 25, 30 (*Считать надо спокойно, ровно, не снижая голоса, так чтобы в лёгких всегда оставался запас воздуха).*
 |