

Тема: Развитие речевого дыхания у
лиц с патологией речи

Выполнила:
Волкова
Юлия
Викторовна

Санкт - Петербург 2017 г.

Речевое дыхание – это правильное сочетание вдоха и выдоха во время произнесения звуков, слов, фраз. **Речевое дыхание** является основой звучащей речи.

Правильное речевое дыхание
обеспечивает:

- нормальное голосо- и звукообразование;
- правильное произнесение слов, фраз;
- четкое соблюдение пауз;
- сохранение плавности речи и интонационной выразительности.

Развитие дыхания – один из первых и очень важных этапов коррекционного воздействия на детей – логопатов независимо от вида их речевого дефекта.

Авторы коррекционных методик значительную роль отводят развитию физиологического и речевого дыхания, которое у детей с речевыми патологиями нарушено (Л.С. Волкова , А.Г. Ипполитова , З.А. Репина , В.И. Селиверстов , М.Е. Хватцев и др.).



- Большое число исследователей указывают на несформированность и нарушение речевого дыхания у детей с речевой патологией;
- Если речевое дыхание в онтогенезе формируется у детей без отклонений в развитии спонтанно по мере становления речевой функции, то у детей с речевыми нарушениями оно развивается патологически;
- Как отмечает А.Г. Ипполитова, нарушение дыхания почти всегда имеет место у детей с дизартрией. Она связывает это с задержкой созревания дыхательной функциональной системы. Для детей с дизартрией характерна большая частота дыхания, недостаточная его глубина, укороченный речевой выдох, наблюдаются нарушения координации между дыханием, фонацией и артикуляцией;
- У детей с ринолалией глубоко страдает фонационное дыхание в связи с анатомическими дефектами строения твердого неба, что проявляется в отсутствии дифференциации носового и ротового дыхания. У таких детей дыхание учащенное, поверхностное, резко укорачивается время фонационного выдоха;
- Как указывает ряд авторов, фонационное дыхание нарушается также и при патологии голоса, причем независимо от природы дефекта, речевой выдох отличается непродолжительностью, нарушается синхронность функционирования всей системы - дыхания, голоса, артикуляции.

Несовершенства речевого дыхания у лиц с речевыми нарушениями

- **Очень слабый вдох и выдох**, что ведет к тихой, едва слышимой речи. Это часто наблюдается у физически слабых детей, а также у робких, стеснительных;
- **Неэкономное и неравномерное распределение выдыхаемого воздуха**. В результате этого человек иногда выдыхает весь запас воздуха на первом слоге и затем договаривает фразу или слово шепотом. Нередко из-за этого он не договаривает, "заглатывает" конец слова или фразы;
- **Неумелое распределение дыхания по словам**. Ребенок вдыхает в середине слова (мы с мамой пой – (вдох) – дем гулять);
- **Торопливое произнесение фраз без перерыва и на вдохе**, с "захлебыванием";
- **Неравномерный толчкообразный выдох**: речь звучит то громко, то тихо, едва слышно;
- **Слабый выдох или не правильно направленная выдыхаемая воздушная струя** в свою очередь приводит к искажению звуков;
- **Судорожные сокращения мышц диафрагмы и грудной клетки**.

Таким образом, лицам с речевой патологией прежде всего необходимо развивать объем лёгких и формировать диафрагмальный тип дыхания.

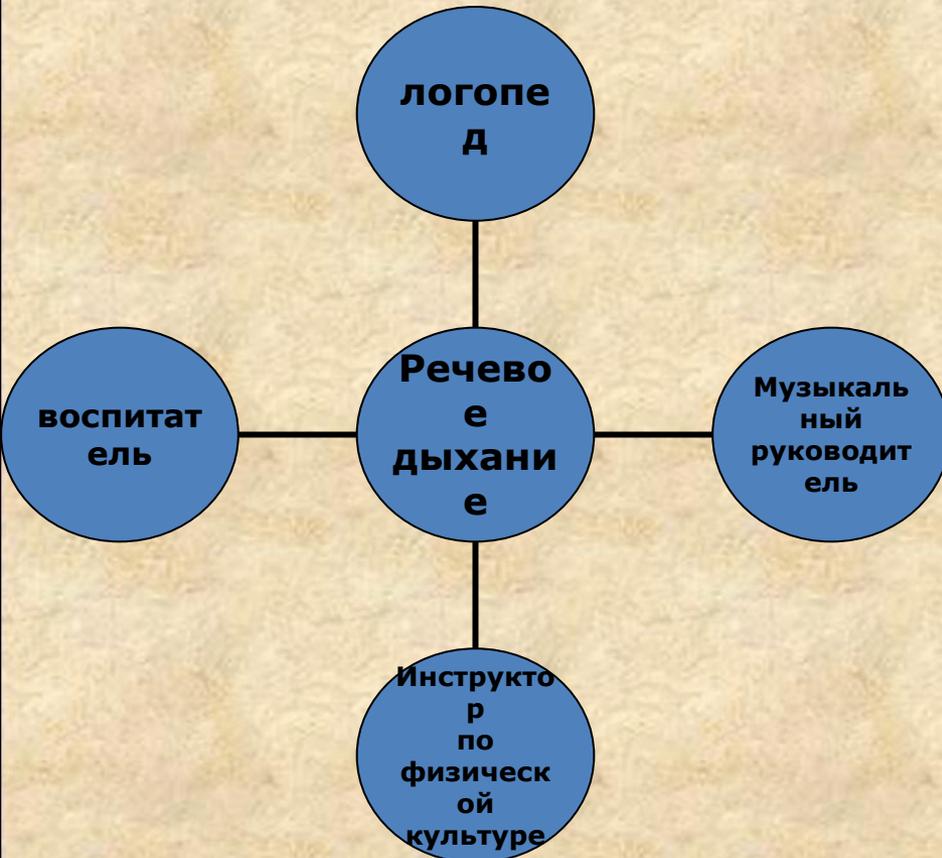
Основные различия между физиологическим и речевым дыханием

	Физиологическое (жизненное) дыхание	Речевое дыхание
Произвольность	Происходит произвольно, рефлекторно, вне нашего сознания	Происходит сознательно, произвольно, контролируемо, управляемо
Назначение	Осуществление газового обмена	Является основой голосообразования, формирования речевых звуков
Последовательность фаз дыхания	Вдох – выдох - пауза	Вдох – пауза - выдох
Полости, через которые осуществляются вдох и выдох	Вдох и выдох через нос	Вдох и выдох через рот
Соотношение времени, затраченного на вдох и выдох	Примерно одинаковое (4:5)	Выдох значительно длиннее вдоха (1:2 или 1:3)
Смена фаз дыхания	Однообразно ритмическая	В смене фаз дыхания ритмической последовательности нет

Два аспекта комплексного воздействия на дыхательную систему



*Участие в процессе коррекции
разных специалистов:*



*Использование дыхательных
упражнений в разных
режимных моментах:*



Работа по формированию *речевого дыхания* включает в себя следующие этапы



**Формирование
диафрагмального
дыхания**



**Формирование
длительного
ротового
выдоха**



**Формирование
фонационного
(озвученного)
и речевого
выдоха**

Задачи работы по развитию речевого дыхания:

- формирование навыков правильного речевого дыхания;
- укрепление мышц лица и грудной клетки;
- профилактика болезней верхних дыхательных путей и нервной системы;
- повышение умственной работоспособности детей;
- нормализация звукопроизношения и просодических компонентов речи;
- закрепление лексических тем и грамматических категорий;
- стимуляция интереса к занятиям.

I этап - Формирование диафрагмального дыхания

Необходимо начать обучение с **диафрагмально-рёберного дыхания**, когда вдох и выдох совершается при участии диафрагмы и подвижности рёбер. Активна нижняя часть лёгких, плечи же остаются неподвижными. Данный тип дыхания является **основой речевого дыхания**. Диафрагмальное дыхание позволяет увеличить объём дыхания, нормализовать его ритм, выработать плавный, экономный выдох.

Задача: развитие координации движений органов дыхания: диафрагмы и передней стенки живота с озвученным выдохом.

- Ребенок находится в положении лежа на спине. Рука ребенка лежит на верхней части живота (диафрагмальная область). Внимание ребенка обращается на то, что его живот “хорошо дышит”. Ребенку предлагается по подражанию воспроизводить дыхательные упражнения. Можно положить на живот игрушку для привлечения внимания. При выдохе через рот живот втягивается, и игрушка опускается. Это упражнение длится в среднем 2-3 минуты. Упражнение должно выполняться без усилий, чтобы избежать гипервентиляции и повышения мышечного тонуса.;
- Затем отрабатываются варианты сидя, потом стоя;
- Закрепление в динамических упражнениях в сочетании дыхательных движений с движениями рук, ног, шеи, корпуса;
- В дошкольном возрасте формирование диафрагмального дыхания необходимо проводить на начальном этапе в положении лежа. В этом положении мышцы всего тела слегка расслабляются, и диафрагмальное дыхание без дополнительных инструкций устанавливается автоматически.

Упражнения, направленные на развитие диафрагмального дыхания

«**Покатай игрушку**» (Ребенок лежит на спине, на живот положить мягкую игрушку; на вдох игрушка поднимается, на выдох опускается);

«**Обними плечи**» (встать прямо, руки согнуть в локтях на уровне плеч, кистями друг к другу; в момент короткого шумного вдоха носом обнять себя за плечи, руки должны двигаться параллельно; на выдохе вернуться в исходное положение);

«**Поклон**» (встать прямо, руки опущены, слегка наклониться вперед, округлить спину, опустить голову и руки). Сделать короткий шумный вдох в конечной точке поклона. Затем плавно, свободно выдыхая через нос или рот, вернуться в исходное положение.

«**Собачка дышит**» (рука на животе; положить широкий язык на нижнюю губу; сделать несколько интенсивных вдохов и выдохов; ладонью ощутить движение диафрагмы);

«**Полоскание живота**» (стоя, резкий выдох ртом, кисти рук опираются на колени, тело наклонено вперед, ноги чуть согнуты. Задерживая дыхание на выдохе, необходимо втягивать живот, затем выпячивать его. Один цикл движений животом длится до тех пор, пока сохраняется задержка дыхания).

II этап - Формирование длительного ротового выдоха

Приступая к развитию речевого дыхания необходимо прежде всего сформировать сильный плавный ротовой выдох (без речевого материала).

Задача: выработать более глубокий вдох и длительный выдох.

□ **Параметры правильного ротового выдоха:**

- выдоху предшествует сильный вдох через нос - "набираем полную грудь воздуха";
 - выдох происходит плавно, а не толчками;
 - во время выдоха губы складываются трубочкой, не следует сжимать губы, надувать щеки;
 - во время выдоха воздух выходит через рот, нельзя допускать выхода воздуха через нос (если ребенок выдыхает через нос, можно зажать ему ноздри, чтобы он ощутил, как должен выходить воздух);
 - выдыхать следует, пока не закончится воздух.
- При этом надо научить ребенка контролировать время выдоха, расходовать воздух экономно. Дополнительно развивается способность направлять воздушную струю в нужном направлении.
- Во время проведения упражнений необходим постоянный контроль за правильностью дыхания.
- При проведении игр, направленных на развитие дыхания, необходимо иметь в виду, что дыхательные упражнения быстро утомляют ребенка, даже могут вызвать головокружение. Поэтому такие игры необходимо ограничивать по времени (можно использовать песочные часы) и обязательно чередовать с другими упражнениями.

Условия проведения дыхательных упражнений

Возраст ребенка	Длительность занятия по формированию речевого дыхания
2-3 года	2-3 мин.
3-4 года	3-4 мин.
4-6 лет	4-6 мин.
6-7 лет	5-7 мин.

Игры-упражнения, способствующие развитию силы и длительности выдоха

1. Игра “Бабочки”

Задача: формировать произвольный ротовой выдох, активизацию губных мышц

Взрослый показывает бабочку, вырезанную из цветной бумаги, закрепленную по центру ниткой, дует на нее. Бабочка летает.

2. Игра “Перышко”

Задача: формировать произвольный ротовой выдох.

Ребенок сдувает с ладони взрослого перышко, легкий ватный шарик.

3. Игра “Занавесочка”

Задача: формировать произвольный ротовой выдох.

Ребенок дует на бахрому, выполненную из папиросной бумаги.

4. Упражнение “Загони мяч в ворота”

Задача: формировать длительный целенаправленный ротовой выдох.

Используя бумажный или выполненный из ваты (из фольги, цветной бумаги) “мячик”, ребенок и взрослый попеременно дуют на него, перекачивая по столу.

5. Игра “Волейбол”

Задача: формировать длительный целенаправленный ротовой выдох.

Оборудование: воздушный шарик.

Взрослый и ребенок стоят напротив друг друга. Взрослый дует на шарик, который летит к ребенку, а ребенок в свою очередь тоже дует на шар (шар летает от взрослого к ребенку и наоборот).

ПРАВИЛА ПРОВЕДЕНИЯ РАБОТЫ ПО ФОРМИРОВАНИЮ РЕЧЕВОГО ДЫХАНИЯ

- помещение предварительно проветрить перед проведением дыхательной гимнастики;
- заниматься до еды, 3 раза в день;
- не заниматься с ребенком, если у него заболевание органов дыхания в острой стадии;
- не переутомлять ребенка, дозировать темп и количество упражнений (упражнение повторять не более 3-5 раз);
- осанка ребенка должна быть правильной (спину держать прямо, не сутулиться, не опускать плечи);
- следить: вдох через нос, выдох осуществляется ртом; губы при выдохе немного открыты («трубочкой»);
- выдох должен быть продолжительный и плавный;
- не допускать поднятие плечевого пояса;
- сдуваемый предмет должен находиться на уровне рта ребенка и быть изготовлен из легких материалов;
- переход от данного этапа работы к другому осуществляется в том случае, если ребенок правильно, точно выполняет все упражнения данного этапа.

III этап - Формирование фонационного (озвученного) и речевого выдоха

Формирование фонационного выдоха — основа развития координаторных взаимоотношений между дыханием, голосом и артикуляцией.

Задача: развитие фонационного и речевого выдоха

- Работа на данном этапе проводится последовательно;
- Сначала происходит распределение выдоха в процессе речи, а потом – добор воздуха. Распределение выдоха заключается в овладении умением сознательно делить объем выдыхаемого воздуха на равномерные отрезки;
- Использование речевого материала: звуки, слоги, слова, фраз;
- Как правило, тренировка фонационного выдоха начинается с длительного звучания гласных;
- После того как освоят длительное произнесение одного гласного звука на выдохе, предлагается произнести **слитно сочетание из двух гласных, из трех и т.д.;**
- Специальные упражнения проводятся с применением слогов. Для этого используется прием их наращивания. Они должны быть составлены с одним из согласных звуков, сначала с одинаковыми, а затем с разными гласными. Постепенно их количество увеличивается. Затем навыки произнесения слогов на одном выдохе переносятся на слова, словосочетания и предложения;
- Удлинение цепочки на один слог или слово зависит от тяжести речевого дефекта у ребенка.

игры-упражнения, направленные на развитие речевого дыхания

1. Озвученный выдох – на плавном длительном выдохе произнести:

- Пропеть гласные звуки А, О, У, И, Е (А _____ О _____);
- Отдельные гласные и согласные звуки (Игры: «Паровоз гудит», «Заблудились», «Гусь шипит», «Пчела жужжит», «Комар звенит», «Насос», «Ветер воет», «Дровосеки» и т.д.);
- Слитное произнесение рядов гласных звуков и прямых слогов с постепенным наращиванием их количества (Игры: «Лесенка», «Радист», «В гости по дорожке» и т.д.);
- «Разговор гласных звуков» (произнести несколько гласных звуков с переносом ударения и с разной интонацией); Игра «Пропавшие звуки» (по беззвучной артикуляции взрослого догадаться и озвучить 2-3 гласных звука)

2. Развитие речевого дыхания в процессе произнесения слогов, слов, фраз, текста:

- «Переключка животных и птиц» (между детьми распределяются роли различных животных и птиц. Ребенок услышав от взрослого название своего животного или птицы, на плавном выдохе произнести соответствующее звукоподражание из 3-5 слогов) и др.
- Произнесение слогов: ма, мама, мамама, мамамама
- Произнесение слов (с разным количеством слогов и местом ударения) малина,
- Наращивание слов в предложении: Падают листья. Падают желтые листья. Падают и кружатся желтые листья.

Слитное произнесение короткой стихотворной строки стихов, считалок, потешек, стихотворного текста в подвижных играх на плавном длительном выдохе.

- Как на горке , на пригорке (вдох)
Стоят тридцать три Егорки (вдох)
Один Егорка, два Егорка (вдох)
Три Егорка, четыре Егорка (вдох)
- Мы веселые лягушки, (пауза, вдох)
Мы зеленые квакушки. (пауза, вдох)
Громко квакаем с утра: (пауза, вдох)
Ква! Ква! Ква! (пауза)
- Среди белых голубей (вдох)
Вот летает воробей (вдох)
Откликайся, не робей (вдох)
Вылетай – ка, воробей!

Заучивание и инсценировка диалогов, подвижных игр с диалогами.

«Лис и мышонок»:

- Мышонок, мышонок! (пауза, вдох)
- Почему у тебя нос грязный? (пауза, вдох)
- Землю копал? (пауза, вдох)
- А для чего землю копал? (пауза, вдох)
- Норку делал (пауза, вдох)
- А для чего норку делал?
- От тебя, лис, прятаться! (пауза, вдох)
- Мышонок, мышонок! (пауза, вдох)
- Я твою норку разорю! (пауза, вдох)
- А я шмыг в отнорочек (пауза, вдох) и нет меня!



Составление рассказа по сюжетной картинке

«Зимние забавы»

Наступила снежная зима. // Ребята во дворе построили из снега горку, // залили каток. // Они выбежали на улицу// и стали кататься на санках, // на лыжах, // на коньках. // Мальчик и девочка скатали комья// и слепили красивого снеговика. // Мальчики построили из снега крепость// и стали играть в снежки. // Вот какая веселая зимушка – зима!// (// – пауза, вдох).



Пересказ рассказа «Белые мухи».

«Маша утром проснулась, // выглянула в окно и ахнула: // «Бабушка, посмотри в окно, // белые мухи летят! // Я таких еще никогда не видела!» // «Так это не мухи, – говорит бабушка.// – Это зима пришла, // белый снег принесла! // Давай скорее одеваться// и пойдем на санках кататься!» (// – пауза, вдох).

Спасибо за внимание!