

**Тема опыта:** «Формирование речевого дыхания, как основа правильной речи детей с ОВЗ».

**Автор опыта:** Доставалова Анна Петровна, учитель-логопед высшей квалификационной категории ГКОУ НАО «Ненецкая специальная (коррекционная) школа-интернат».

## **Раздел 1. ИНФОРМАЦИЯ ОБ ОПЫТЕ**

### **1.1. Условия возникновения опыта**

В трудах современных исследователей выделяется ряд особенностей развития речи детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ): у большинства таких детей отмечаются отклонения в сроках становления речи и своеобразие этого процесса; различные нарушения в развитии речи у данных детей встречаются чаще, чем у здоровых сверстников; число детей с речевыми нарушениями, в том числе и со сложными формами, постоянно растет. У большинства из них речевые отклонения являются доминирующими, так как нарушается способность к приему и переработке информации.

Дети с ОВЗ – это дети с нарушением психофизического развития, нуждающиеся в специальном (коррекционном) обучении и воспитании с применением инновационных технологий. Именно поиском эффективных логопедических технологий и методик, внедрением их в свою практику обусловлено возникновение и становление данного опыта.

Формирование опыта проходило на базе ГБУ НАО для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей «ЦССУ «Наш дом» с 2011 по 2014 год в процессе работы с дошкольниками 4-7 лет, зачисленными на логопункт с целью коррекции и развития речи.

В учреждении функционировали две группы компенсирующей направленности для детей с задержкой психического развития старшего дошкольного возраста и одна группа детей младшего дошкольного возраста. Дети (почти все) воспитывались в неполных или/и неблагополучных семьях, лишены возможности общения с родителями и родственниками. По анамнестическим сведениям, почти все воспитанники имеют патологии развития в пренатальный, натальный и постнатальный периоды, хронические заболевания различных органов или систем (в том числе дыхательной системы), различные сочетанные нарушения развития, некоторым установлена инвалидность. По заключениям ПМПК (психолого-медико-педагогической комиссии) большинство имеют задержку психического развития (ЗПР), задержку психоречевого развития (ЗППР), алалию, общее недоразвитие речи (ОНР) разного уровня, фонетико-фонематическое недоразвитие (ФФНР) часто осложненное дизартрией, и другие нарушения речи.

В начале каждого учебного года по результатам обследования логопеда на логопункт зачислялись дети 4-7 лет с соответствующими заключениями.

Беседы и консультации с воспитателями показали, что педагоги считают вопрос развития речи воспитанников детского дома одним из приоритетных направлений своей работы, но затрудняются в выполнении домашних заданий по рекомендациям логопеда. Также, они часто запрашивают проведение консультаций по вопросам развития речи детей, особенно по разделу «коррекция звукопроизношения».

Речевое дыхание – основа звучащей речи, источник образования звуков, голоса. Недостаточное развитие речевого дыхания влечет за собой нарушения речевой функции, в частности правильного звукопроизношения.

Перечисленные факты требуют разработки и внедрения системы коррекционной работы по преодолению нарушений речевого дыхания у детей с ОВЗ в условиях специализированного учреждения.

## **1.2. Актуальность опыта**

Известно, что дыхание обеспечивает жизнедеятельность человека. Речевое дыхание в свою очередь обеспечивает нормальное голосообразование, правильное усвоение звуков, способно изменять силу их звучания, помогает верно соблюдать паузы, сохранять плавность речи, менять громкость, использовать речевую мелодику (М.И. Фомичева, М.Е. Хватцев, З.В. Савкова).

Многочисленные исследователи, занимающиеся изучением детей с ОВЗ и речевыми нарушениями, в частности с ОНР, отмечают сложность и разнообразие картины дефекта (Т.А. Власова, К.С. Лебединская, В.И. Лубовский, М.С. Певзнер). Наряду с нарушениями различных психических функций, в той или иной степени оказывается несформированной и речевая система, почти все ее компоненты. Многим из них характерно нарушение звукопроизношения. Речь таких детей напряженная, аритмичная, смазанная.

Наиболее значимой характеристикой детей, воспитывающихся в условиях учреждений закрытого типа, является незрелость эмоционально-волевой сферы, чтобы выполнить определенное задание им приходится делать дополнительное усилие.

Кроме того, в детском доме родительскую функцию выполняют педагоги, поэтому особое место в работе по коррекции речевых нарушений занимает взаимосвязь учителя-логопеда и воспитателей, узких специалистов.

Все вышеперечисленные факты актуальности выбранной темы позволяют сделать вывод о необходимости разработки и внедрения системы мероприятий по формированию речевого дыхания у детей с ОВЗ (в условиях учреждения закрытого типа).

В ходе работы по этому направлению выявлен ряд противоречий, разрешить которые поможет данный опыт работы:

- между пониманием важности работы над правильным речевым дыханием у детей дошкольного возраста с ОВЗ и недостаточной осведомленностью педагогов в данном вопросе;
- между стремлением учителя-логопеда к организации работы по развитию физиологического и речевого дыхания у детей с ОВЗ и отсутствием системы работы у воспитателей и узких специалистов детского дома;
- между отсутствием методических, практических материалов и игр по развитию дыхания и необходимостью применения разнообразного материала в работе с детьми с ОВЗ.

## **1.3. Ведущая педагогическая идея опыта**

Ведущая педагогическая идея опыта заключается в разработке логопедом системы коррекционных мероприятий по формированию правильного речевого дыхания детей с ОВЗ и внедрению ее в работу педагогов и специалистов детского дома.

## **1.4. Длительность работы над опытом**

Данная работа проводилась на базе логопункта детского дома с разными группами детей 4-7 лет в период с 2011 по 2014 год. Работа представлена в трех этапах, последовательно сменяющих друг друга.

- 1 этап – начальный
- 2 этап – основной
- 3 этап – заключительный

Первый этап предполагает обнаружение и описание проблемы исследования, подбор специальной литературы и цифровых источников, их анализ. Также к первому этапу относится подбор методик и диагностического материала, обследование детей.

На втором этапе предполагается разработка системы коррекционно-развивающей работы по формированию речевого дыхания у детей с ОВЗ, систематизация и апробация методического, практического и игрового материала, повышение информационной компетентности воспитателей и узких специалистов, разработка памятки для работы над дыханием и модели взаимодействия педагогов детского дома.

На заключительном этапе осуществляется оценка деятельности учителя-логопеда, определение эффективности проведенной работы и обобщение опыта педагога.

### **1.5. Диапазон опыта**

Диапазон опыта представлен выработанной системой коррекционно-развивающих мероприятий, включающих в себя: комплексы дыхательной гимнастики с рекомендациями по их выполнению (памятки), серию консультаций для педагогов и узких специалистов, подборки игр и пособий для развития дыхательной функции у детей с ОВЗ; разработкой модели взаимодействия по данной теме специалистов детского дома, работающих с детьми с ОВЗ.

### **1.6. Теоретическая база опыта**

Представления о механизме дыхания и о правильном дыхании, в частности, накапливаются человечеством с древних времен. Возможности применения дыхательных упражнений для поддержания молодости организма, бодрости духа, работоспособности и здоровья содержатся в китайских энциклопедических книгах «Кунг-фу» (около 3000 лет до н.э.) и индийских книгах мудрости (Веды, 1800 лет до н.э.).

Гиппократ (V - IV вв. до н. э.) дыхательные упражнения возвел в ранг признанных лечебных методов. Авиценна (IX в. н.э.) высоко оценивал терапевтическое влияние дыхательных упражнений и считал, что с их помощью можно укрепить и оздоровить любой орган, даже организм человека в целом.

В конце XIX – начале XX столетия начинают развиваться профессии, специалистам которых необходима правильная постановка дыхания. Речь идет о спортсменах, драматических актерах, учителях.

В XIX веке, в медицине Петер Линг создает методику дыхательных упражнений, для лечения заболеваний внутренних органов, которая остается классикой лечебной физкультуры в наши дни.

В XX веке в России появляются различные методики работы над дыханием. В 70-80 года в кругах сторонников нетрадиционной медицины широкое распространение получает «Парадоксальная дыхательная гимнастика» А.Н. Стрельниковой. Но профессор Е.А. Маршак, проведя исследования, делает вывод, что применять этот метод следует осмотрительно, особенно людям, страдающим хроническими заболеваниями.

В настоящее время широко используется метод Сметанкина А.А. и технологии БОС (Биологической Обратной Связи), основанной на использовании электронных приборов.

Для современных исследователей интерес представляет изучение возможности применения дыхательных упражнений для оздоровления больных и ослабленных детей, в том числе детей с ОВЗ, а также благотворное влияние этих упражнений на организм здорового ребенка.

Большинство педагогических исследователей отмечают, что у детей с речевыми нарушениями имеется несформированность речевого дыхания. А физиологическое дыхание, по Л.И. Беляковой [1], имеет свои особенности: слабость дыхательной мускулатуры, малый объем легких. У детей дошкольного возраста превалирует дыхание верхнереберного типа, которое сопровождается подъемом плеч, многие дети не умеют экономно расходовать речевой выдох и «добирают» воздух в процессе высказывания дополнительными вдохами.

У детей с дизартрией отмечаются судорожные сокращения мышц диафрагмы и грудной клетки. В процессе речевого дыхания у них бывают задержки дыхания, произнесение отдельных слов происходит в разные фазы дыхания – как на выдохе, так и на вдохе (Н.С. Жукова, Е.М. Мастюкова, Т.Б. Филичева[4], Хватцев [10]).

При ринолалии артикуляция звуков и фонация существенно отличаются от нормы наличием измененного назализованного тембра голоса. Возникает патологическое направление дыхательной струи вследствие органических дефектов (расщелин) носоглотки, носовой полости, мягкого и твердого неба либо расстройств функции мягкого неба.

Физиологическое дыхание осуществляется через рот, а не через нос. Ротовой выдох в речевой акте затруднен из-за чрезмерно поднятого корня языка (И.И. Ермакова [5]).

На современном этапе специальных исследований, направленных на изучение вопроса овладения детьми дошкольного возраста речевым дыханием, проводилось недостаточно. Недостаточно разработаны и представлены диагностическо-измерительные методики и материалы. Имеющиеся в литературе данные касаются вопросов тренировки речевого выдоха и содержат отдельные упражнения (В.И. Селиверстов [8], М.Ф. Фомичева [9]).

В то же время, несколько шире освещен данный вопрос в методической литературе последних лет. В разработке Гуськовой А.А. помимо игр и упражнений на развитие ротового выдоха представлены дыхательно-гимнастические комплексы для развития физиологического дыхания [3]. В пособии Беляковой Л.И. представлена объемная и подробная методика развития речевого дыхания для детей с алалией, заиканием и дизартрией, включены комплексы гимнастики А.Н. Стрельниковой, но не представлены средства ее реализации в образовательном процессе [1].

Таким образом, представленные исследования и методики необходимо адаптировать для работы с детьми с речевыми нарушениями (с ОВЗ). У дошкольников с речевыми нарушениями в более младшем возрасте необходимо развивать объем легких, а в среднем и старшем дошкольном возрасте формировать диафрагмально-реберный тип дыхания. При приближении данных показателей к норме можно перейти к развитию речевого дыхания, так как диафрагмально-реберный тип дыхания является базой и обязательным условием такой сложной функции, как речевое дыхание.

### **1.7. Новизна опыта**

Новизна данного опыта состоит в сочетании традиционных и современных методик и технологий работы с детьми с ОВЗ, а также, в разработке системы работы учителя-логопеда по данной теме и модели взаимодействия участников образовательного процесса в детском доме.

## **Раздел 2. ТЕХНОЛОГИЯ ОПИСАНИЯ ОПЫТА**

Цель: разработка системы работы по формированию правильного речевого дыхания, способствующей повышению эффективности коррекционно-развивающей работы по преодолению речевых нарушений у детей с ОВЗ.

Задачи:

1. Повышение информационной компетентности в области существующих традиционных методик и инновационных технологий по данному направлению.
2. Определение и апробация эффективных методов и приемов коррекционно-развивающей работы, внедрение их в практику учителя-логопеда.
3. Разработка практического материала и рекомендаций для всех участников образовательного процесса.
4. Пополнение базы кабинета учителя-логопеда наглядностью и пособиями.
5. Выстраивание взаимосвязи с педагогами, специалистами детского дома по данному вопросу.

В рамках деятельности учителя-логопеда для достижения обозначенных задач были изучены как существующие методики по формированию неречевого и речевого дыхания, так и современные. Весь изученный материал собран воедино и представлен в виде системы работы учителя-логопеда по данному направлению с учетом возрастных групп детей с ОВЗ (**Приложение 1**).

За основу системы выбран труд Беляковой Л.И. Методика развития речевого дыхания у дошкольников с нарушениями речи [1]. Работа по формированию у детей с ОВЗ правильного речевого дыхания осуществлялась согласно следующих этапов:

1. Постановка диафрагмально-реберного типа дыхания.
2. Автоматизация диафрагмально-реберного типа дыхания.
3. Развитие фонационного выдоха.
4. Развитие речевого дыхания в процессе произнесения слогов, слов и фраз.
5. Развитие речевого дыхания в процессе произнесения прозаического текста.

Целью первого этапа является – развитие ощущений движения органов дыхания, главным образом диафрагмы и передней стенки живота.

Этап включает четыре упражнения. Длительность каждого упражнения 4-5 минут. Каждое упражнение отрабатывается в течение одной-двух недель.

Этот этап длится столько времени, сколько необходимо для развития правильного типа дыхания. Примерная продолжительность этапа – четыре недели. В течение этого времени ребенок последовательно выполняет упражнения вначале в положении лежа, затем сидя и стоя. Данный этап является обязательным, так как упражнения этого этапа закладывают основу рационального дыхания, являются обязательными для начала работы над формированием речевого дыхания.

#### Упражнение 1: «Подними игрушку», «Качели»

Ребенку, находящемуся в положении лежа, кладут на живот в области диафрагмы легкую игрушку (рыбку, куколку). Инструкция: «Положим игрушку на живот и посмотрим, как она поднимается, когда ты делаешь вдох, и опускается, когда ты делаешь выдох». Внимание ребенка обращается на то, что игрушка становится «живой», если он дышит животом. Упражнение можно сопровождать рифмовкой, произносимой педагогом:

<i>Качаю рыбку на волне, То вверх (вдох), То вниз (выдох) Плывет по мне.</i>	<i>Качели – вверх, Качели – вниз, Крепче, куколка, Держись!</i>
--	---

#### Упражнение 2: «Покачай ладошку лежа»

Ребенку, находящемуся в положении лежа, предлагают положить свою ладонь на живот в область диафрагмы. Инструкция: «Положи ладонь на то место, где раньше лежала игрушка, и почувствуй, как живот поднимается, когда ты делаешь вдох, и опускается, когда ты делаешь выдох». Упражнение можно сопровождать рифмовкой:

<i>Бегемотики лежали Бегемотики дышали. То животик поднимается (вдох), То животик опускается (выдох).</i>
---

#### Упражнение 3: «Покачай ладошку сидя»

Ребенку, находящемуся в положении сидя, предлагают положить свою ладонь на живот в область диафрагмы. Инструкция: «Сядь, положи ладонь на живот и почувствуй, как он поднимается, когда ты делаешь вдох, и опускается, когда ты делаешь выдох».

Упражнение можно сопровождать рифмовкой:

<i>Сели бегемотики, Потрогали животики. То животик поднимается (вдох), То животик опускается (выдох).</i>
---

#### Упражнение 4: «Покачай ладошку стоя»

Упражнение выполняется перед большим зеркалом. Инструкция: «Встань перед зеркалом, положи ладонь на живот, посмотри, как она движется, если ты дышишь правильно». Ребенок стоит в профиль к большому зеркалу, тактильно и визуально контролирует выполнение упражнений в положении стоя.

Наблюдения показывают, что некоторые из детей при изменении положения тела переходят к более привычному верхнегрудному типу дыхания, их рука, расположенная в области диафрагмы, не совершает движений. В таком случае эффективно применялся следующий прием: ладонь ребенка логопед положил себе на область диафрагмы и предложить ему «почувствовать рукой животик», а также посмотреть, как движется брюшная стенка в процессе дыхания.

При выполнении упражнений логопед следил за тем, чтобы вдох детей не был форсированным и его плечи не поднимались. Такой контроль необходим, потому что у детей с нарушениями речи при значительном увеличении объема вдыхаемого воздуха легко возникает гипервентиляция. Наступление гипервентиляции определялось по следующим признакам: побледнение лица, жалобы на головокружение; и как следствие - отказ от занятий.

Важно помнить, что внимание ребенка на этом этапе акцентируется не на длительности вдоха и выдоха, а на работе диафрагмы, т.е. на ощущениях сокращений этой мышцы.

Сформированность грудобрюшного типа дыхания, активность сокращения диафрагмальной мышцы ребенка определяется логопедом визуально и тактильно (с помощью ладони, положенной на область диафрагмы ребенка).

На втором этапе осуществляется дальнейшее развитие сократительной активности диафрагмальной мышцы, закрепление навыка рационального типа дыхания. Кроме того, на этом этапе проводится работа по дифференциации резкого и плавного выдоха и вдоха, развитие направленного выдоха.

Для автоматизации диафрагмально-реберного типа дыхания рекомендуются следующие упражнения: сдувать со стола мелко нарезанные цветные бумажки, вату, пушинки; дуть на лежащие на столе палочки, карандаши разной толщины, сдвигать их с места; надувать резиновые игрушки, воздушные шарики; дуть в дудочку, свистульку, губную гармошку и др. музыкальные инструменты; пускать мыльные пузыри; задувать на медленном и резком выдохе пламя свечи. Также можно рекомендовать следующие игры и упражнения:

Упражнение: «Вертушка»

Цель: развитие длительного плавного диафрагмально-реберного выдоха, активизация губных мышц. Инструкция: давай будем ветерком – подуем на вертушку. Подуй еще раз «животиком».

Упражнение: «Подуй на листок»

Цель: развитие длительного плавного диафрагмально-реберного выдоха. Упражнение с листочком (бумажный листочек на ниточке). Вдох носом короткий - выдох ртом длительный не прерывистый (губы трубочкой). Инструкция: «Подуй на листочек как можно дольше, делай вдох и выдох животиком». Можно сопровождать выполнение упражнения стихами:

Листопад, листопад, Листья желтые летят!
---

Упражнение: «Задуй свечу»

Цель: развитие длительного плавного диафрагмально-реберного выдоха, дифференциация длительного и резкого выдоха. В правой руке ребенок держит цветные полоски бумаги (контуры свечи); левую ладонь положить на живот, вдохнуть ртом и надуть живот; затем длительно выдыхать (или резко), «гасить свечу».

Упражнение: «Остуди чай»

Доставалова А.П.

Цель: развитие длительного плавного диафрагмально-реберного выдоха, активизация мышц губ, дифференциация холодной и теплой воздушной струи. Упражнение с чашечкой (контурное изображение). Вдох-носом, выдох-губы трубочкой, дуть на «предполагаемый пар от чая». Инструкция: «Остуди чай в чашечке, контролируй правильный вдох и выдох».

Чай горячий остужу, Сахарочек положу.
--

Упражнение: «Греем руки»

Цель: развитие длительного плавного диафрагмально-реберного выдоха, дифференциация холодной и теплой воздушной струи. Ребенок вдыхает через нос и дует на озябшие руки, плавно выдыхая через рот, как бы согревая руки. Инструкция: «Представь, что твои ручки замерзли на улице. Подуй на них и согрей теплым дыханием».

Упражнение: «Снегопад»

Цель: развитие длительного плавного диафрагмально-реберного выдоха. Упражнение с силуэтной снежинкой (бумажная снежинка на ниточке). Инструкция: «Проверим, чья снежинка будет летать дольше? Сделай вдох носом, а выдох – ртом, длительный не прерывистый, губы держи трубочкой».

Упражнение: «Сдуй снежинку»

Цель: развитие длительного плавного диафрагмально-реберного выдоха, дифференциация резкого и длительного выдоха. Упражнение с варежкой и снежинкой или несколько снежинок (изображения варежки и снежинки из бумаги, соединенные ниткой). Инструкция: «Сделай глубокий вдох животиком и сдуй снежинку с варежки плавно/резко, чтобы она улетела».

Упражнение: «Подуй на бабочку»

Цель: развитие длительного плавного диафрагмально-реберного выдоха. Упражнение с силуэтной бабочкой (бабочка из бумаги на ниточке). Вдох носом - выдох ртом длительный не прерывистый (губы трубочкой). Инструкция: «Проверим, чья бабочка будет летать дольше? Сделай вдох носом, а выдох – ртом, длительный не прерывистый, губы держи трубочкой».

Упражнение: «Сдуй бабочку с цветка»

Цель: развитие длительного плавного и резкого диафрагмально-реберного выдоха. Упражнение с цветком и бабочкой или несколько бабочек (силуэтные изображения цветка и бабочки из бумаги, соединенные ниткой). Инструкция: «Сделай глубокий вдох животиком и сдуй бабочку с цветка, чтобы она улетела».

Упражнение: «Чуткий нос»

Цель: развитие глубокого вдоха. Ребенку предлагают закрыть глаза и по запаху определить, какой предмет перед ним (апельсин, лимон, духи, кофе, хвоя). Инструкция: «Сделай плавный, глубокий вдох носом и определи, что в коробочке?».

Упражнение: «Шарик»

Цель: развитие короткого глубокого вдоха, длительного плавного диафрагмально-реберного выдоха. Инструкция: «Представь себя воздушным шариком; на счет 1-2-3-4 сделай четыре глубоких вдоха через нос и задержи дыхание. Затем на счет 1-2-3-4 медленно выдохни. Контролируй правильность вдоха и выдоха».

Упражнение: «Ветер-ветерок»

Цель: развитие длительного плавного диафрагмально-реберного выдоха, дифференциация резкого и длительного выдоха. Упражнение с контурным домиком со

шторами. Вдох носом, выдох – ртом длительный не прерывистый (губы трубочкой). Инструкция: «Будешь ветерком. Подуй на шторы плавно, а потом резко. Дыши животиком».

Упражнение: «Помоги пилоту»

Цель: развитие длительного плавного диафрагмально-реберного выдоха, дифференциация резкого и длительного выдоха. Упражнение с силуэтными изображениями воздушного транспорта (самолеты, вертолеты на ниточках). Вдох носом, выдох – ртом длительный не прерывистый или резкий и сильный (губы трубочкой). Инструкция: «Поможем пилоту управлять самолетом. Подуй на самолётик длительно и плавно».

Упражнение: «Дымящий паровозик»

Цель: развитие длительного плавного диафрагмально-реберного выдоха. Упражнение со свистулькой-паровозиком. Вдох носом, выдох – ртом в трубочку длительный не прерывистый. Инструкция: «Подуй в трубочку плавно, так, чтобы из трубы «вышел» дымок».

Упражнение: «Птицы летят»

Цель: развитие длительного плавного диафрагмально-реберного выдоха. Упражнение с силуэтами птиц на ниточках (перелетные или зимующие). Вдох- носом, выдох – ртом в «Трубочку» длительный не прерывистый. Инструкция: «Поможем птицам быстрее лететь. Подуй на птичку длительно и плавно».

Упражнение: «Не урони шарик»

Цель: развитие длительного плавного диафрагмально-реберного выдоха, увеличение объёма легких. Упражнение с игрушкой-свистулькой с шариком. Вдох – носом, выдох – ртом в трубочку длительный не прерывистый. Инструкция: «Дуй в свистульку плавно, удерживай шарик в воздухе как можно дольше и не потеряй его».

Упражнение: «Футболисты» или «Загони мяч в ворота»

Цель: выработка более глубокого вдоха и плавного диафрагмально-реберного выдоха. Упражнение с моделями футбольных ворот и мячом. Вдох – носом, выдох – ртом на шарик длительный, не прерывистый. Если воздуха не хватает, то его можно добрать. Инструкция: «Дуй на мяч резко, так, чтобы мяч закатился в ворота».

Упражнение: «Подуй на кораблик» или «Водные гонки»

Цель: развитие длительного плавного диафрагмально-реберного выдоха, увеличение объёма легких. Упражнения с моделями корабликов, которые плавают в емкости, наполненной водой. Вдох – носом, выдох – ртом длительный не прерывистый; губы трубочкой. Инструкция: «Подуй на кораблик резко, так, чтобы он приплыл первым». Можно сопровождать выполнение упражнения стихами:

*Ветерок, ветерок,  
Натяни парусок!  
Ты кораблик гони  
До Печоры до реки!*

Упражнение: «Буря в стакане»

Цель: развитие длительного плавного диафрагмально-реберного выдоха, увеличение объёма легких. Упражнение с одноразовыми коктейльными трубочками и стаканом, наполненным водой. Инструкция: «Сделай вдох носом, выдохни через трубочку в стакан, наполненный водой».

Целью третьего этапа является развитие фонационного (озвученного) выдоха, уточнение звукопроизношения, возможна автоматизация изолированного звука. Для



уточнения звукопроизношения сначала предлагаются гласные звуки (А, У, О, И, Э). При автоматизации изолированного звукопроизношения можно взять согласные звуки (С, З, Ш, Ж, Щ, Л, Р и др.). Важно помнить, что у дошкольников длительность фонационного выдоха в секундах соответствует количеству полных лет.

Этап включает упражнения, в ходе выполнения которых внимание детей направляется на звучание голоса в процессе выдоха. Примерная продолжительность этапа – восемь недель.

Упражнение: «Звуковая ниточка (дорожка)»

Цель: развитие длинного фонационного выдоха. Ребенок соединяет пальцы рук, собранные в щепоть, перед грудью, а затем начинает разводить руки в стороны, одновременно пропевая сначала гласные (А, позже О, У, И, Э), потом согласные звуки (тянет длинную нить). Инструкция: «Расположи руки перед грудью и протяни звук как можно дальше».

Упражнение: «Намотай клубочек»

Цель: развитие длинного фонационного выдоха. Упражнение с клубочками ниток. Дети вращают кисти рук одну вокруг другой перед грудью, длительно произнося гласный/согласный звук – как-будто наматывают клубок. Инструкция: «Намотай звук на клубочек. Посмотрим, чья ниточка будет длиннее?».

Упражнение: «Сигнал паровоза»

Цель: развитие длинного фонационного выдоха, изменение силы голоса. Исходное положение: стоя, подбородок слегка приподнят, руки опущены, ноги почти на ширине плеч. Инструкция 1: «Сейчас мы будем гудеть громко, как большой паровоз». Логопед выполняет вдох и на выдохе громко поет звук У и опускает руку. «А теперь вместе погудим, как большой паровоз». Инструкция 2: «А теперь погудим тихо-тихо, как маленький паровоз. (Логопед выполняет вдох, а на выдохе, медленно опуская руку, тихо поет звук У). А теперь вместе погудим, как маленький паровоз».

Упражнение: «Повтори за мной»

Цель: развитие длинного фонационного выдоха, умения петь ряд гласных звуков на выдохе с разной интонацией. Исходное положение: стоя, подбородок слегка приподнят, руки опущены, ноги почти на ширине плеч. Инструкция: «Сейчас я пропою волшебное слово, а вы послушайте. (Логопед выполняет вдох вместе с движением руки вверх и на выдохе, медленно опуская руку, пропевает ряд гласных: АОУ). А теперь поем вместе. Давайте попробуем спросить на волшебном языке: «Как дела?». Логопед выполняет вдох вместе с движением руки вверх и на выдохе, медленно опуская руку, пропевает с вопросительной интонацией ряд гласных: АОУ? Затем тот же ряд гласных пропевается с интонациями удивления, радости, жалобы.

На четвертом этапе проводится развитие собственного речевого дыхания. Дети обучаются в процессе выдоха произносить сначала слоги и отдельные слова, затем фразу из двух, трех, четырех слов, а далее короткие стихотворные тексты. Данный этап тесно связан с логопедической работой по формированию планирования речевого высказывания. На первых занятиях активно используется невербальная инструкция: быстрое движение руки с раскрытой ладонью вверх, означающее начало быстрого вдоха через рот, или возможна опора на зрительные символы (**Приложение 8**). По мере того, как дети начинают самостоятельно выполнять вдох перед речью, количество таких инструкций сокращается. Примерная продолжительность этапа – пять недель.

Упражнение: «Спой слог»

Цель: развитие длинного фонационного выдоха при произнесении слогов. Выполнение ротового вдоха и на выдохе произнесение нараспев слога. Ребенок стоит, подбородок слегка приподнят, руки опущены, ноги почти на ширине плеч. Инструкция: «Сейчас мы будем произносить слоги. Послушайте, как я произнесу слог. (Логопед выполняет вдох с одновременным быстрым движением руки вверх, затем на выдохе, медленно опуская руку, нараспев произносит слог, например, «МА»). А теперь произносим вместе». Используются слоги, состоящие из звуков, хорошо произносимых детьми (МА, МО, МУ, МЫ, МИ; НА, НО, НУ, НЫ, НИ; ТА, ТО, ТУ, ТЫ; ДА, ДО, ДУ, ДЫ; БА, БО, БУ, БЫ, БИ).

Упражнение: «Спой слово по слогам (из 2-х слогов)»

Цель: выполнение ротового вдоха, произнесение на выдохе нараспев двусложного слова (по слогам). Инструкция: «Сейчас мы будем составлять из слогов слова и произносить их. Послушайте, как у меня это получится. (Логопед выполняет вдох с одновременным быстрым движением руки вверх, а на выдохе, опуская руку, нараспев произносит слово, например, «МА-А-МА-А»). А теперь произносим все вместе». В течение одного занятия каждое слово пропеваётся 4-5 раз. Используются слова: МАМА, МИЛА, МЫЛА, НОТЫ, КОНИ, ДЕТИ.

Упражнение: «Спой слово по слогам (из 3-х слогов)»

Цель: выполнение ротового вдоха, произнесение на выдохе нараспев трехсложного слова (по слогам). Инструкция (см. выше). Используются слова: МАЛИНА, КАЛИНА, МАШИНА, КУБИКИ.

Упражнение: «Спой фразу из 2-х слов»

Цель: выполнение ротового вдоха, произнесение на выдохе нараспев фразы, состоящей из двух слов. Инструкция: «Сейчас мы произнесем одно из слов, которое изучали раньше, затем присоединим к нему второе слово и будет фраза. Послушайте, как это сделаю я. (Логопед выполняет вдох с одновременным быстрым движением руки вверх, а на выдохе нараспев произносит фразу, например: «МА-А-МА-А МЫ-Ы-ЛА-А»). А теперь произносим все вместе». Используются фразы, включающие двусложные и трехсложные слова, например: «МАМА МЫЛА», «МИЛА ШИЛА», «МАША ЕЛА», «ДЕТИ ЗАПЕЛИ».

Упражнение: «Спой фразу из 3-х слов»

Цель: выполнение ротового вдоха, произнесение на выдохе нараспев фразы, состоящей из трех слов. Инструкция: «Сейчас назовем фразу из 3-х слов». (Логопед проговаривает текст слитно и плавно, быстро поднимая руку перед началом произнесения фразы (вдох полуоткрытым ртом) и опуская медленно руку к концу фразы (выдох). Используются фразы, включающие двусложные слова, например: «МАМА МЫЛА МИЛУ», «МАМА МЫЛА КОЛЮ», «МИЛА ЕЛА КАШУ»).

Упражнение: «Спой фразу из 4-х слов»

Цель: выполнение ротового вдоха, произнесение на выдохе нараспев фразы, состоящей из четырех слов. Инструкция (см. выше). Используются фразы, включающие двусложные слова, например: «МАМА МЫЛА МИЛУ МЫЛОМ», «МАМА МЫЛА МАШУ МЫЛОМ», «МАМА ШИЛА МАШЕ ШУБУ».

Упражнение: «Спой фразу из 4-х слов с союзом»

Цель: выполнение ротового вдоха, произнесение на выдохе нараспев фразы, состоящей из четырех слов с соединительным союзом И. Инструкция: «Повтори за мной фразу». (Логопед выполняет вдох с одновременным движением руки вверх, а на выдохе, медленно опуская руку, произносит: «Маша ела кашу и...», показывает на картинку и заканчивает

фразу: «...грушу»). А теперь повторим все вместе». Примеры: МАША ЕЛА КАШУ И ГРУШУ. МАША ЕЛА КАШУ И СУШКУ...

Упражнение: «Спой две фразы»

Цель: учить произносить нараспев две стихотворные фразы по схеме. Педагог проговаривает фразы и зарисовывает их схемы, например:

«Наша Таня громко плачет,  
Уронила в речку мячик».

\_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_

Инструкция: «Рассмотрите схему. Теперь посмотрите на меня. Я покажу, как мы будем выполнять упражнение». Логопед выполняет ротовой вдох с одновременным быстрым движением руки вверх и произносит: «Наша Таня...», затем медленно опуская руку, заканчивает фразу: «...громко плачет...». Небольшая пауза (1-2 сек). Логопед быстро поднимает руку, делает вдох через рот и произносит: «...Уронила в речку мячик», одновременно опуская руку. Используются строки известных детям стихотворений А. Барто, С. Маршака, С. Михалкова.

Упражнение: «Спой четыре фразы»

Цель: учить произносить нараспев четыре стихотворные фразы по схеме (логопед произносит каждую строку стихотворного текста, выполняя перед началом каждой строки быстрый ротовой вдох).

«Наша Таня громко плачет,  
Уронила в речку мячик.  
Тише, Танечка, не плачь,  
Не утонет в речке мяч».

\_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_

Целью пятого этапа является тренировка речевого дыхания в процессе произнесения прозаического текста. На этом этапе рационально использовать схемы предложений, состоящих из слов (Это фрукт. - \_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_. Фрукт большой и желтый. - \_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_). При выборе текстов важно учитывать возраст детей и их речевые возможности, особенно состояние звукопроизношения. Примерная продолжительность данного этапа – четыре недели. Варьирование текста и постепенный переход на самостоятельное высказывание способствует автоматизации речевого дыхания.

Упражнение: «Повтори две фразы»

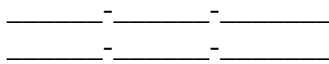
Цель: учить распределять дыхание при произнесении прозаического текста. После глубокого вдоха произносят первую фразу: «Это яблоко». 1-2 секунды пауза, произносят вторую фразу: «Яблоко большое и красное». Выдох.

\_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_

Упражнение: «Повтори 3-4 фразы»

Цель: учить распределять дыхание при произнесении прозаического текста. После глубокого вдоха произносят фразы: «Это яблоко. Яблоко большое и красное. Оно сочное и сладкое».

\_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_



Упражнение: «Договори фразу»

Цель: учить распределять дыхание при произнесении прозаического текста. После вдоха дети произносят фразу: «На столе лежат яблоко и ...» (педагог показывает картинку «Груша»), дети договаривают: «Груша».

«Перечисли все предметы»

Цель: учить распределять дыхание при произнесении прозаического текста. Дети после вдоха начинают проговаривать фразу: «На столе лежат яблоки, сливы, груши...» (перечисляют все овощи и фрукты, лежащие на столе).

Варьирование текста и постепенный переход на самостоятельное высказывание способствовали автоматизации правильного речевого дыхания, закреплению полученных навыков детьми с ОВЗ.

Все этапы предложенной системы взаимосвязаны и проходили в строгой последовательности. Примерная продолжительность каждого этапа указана, но она определялась результатами работы с каждым конкретным ребенком.

В начале учебного года и по мере поступления детей на логопункт учитель-логопед собирал сведения о состоянии их здоровья у врача-педиатра детского дома. Также обязательным условием было наличие заключения оториноларинголога о состоянии лор-органов детей с ОВЗ. В течение года поддерживалась взаимосвязь с медицинскими специалистами по вопросам состояния здоровья детей, воспитанники с острыми респираторными заболеваниями, ринитом, аденоидами к работе по формированию дыхания не допускались.

В рамках консультативной работы учителя-логопеда подготовлен доклад и проведен цикл консультаций для воспитателей образовательной организации: «Формирование дыхательной функции у детей с речевыми нарушениями». На консультациях была представлена выставка разнообразного наглядного материала и пособий (**Приложение 6**); проведен практикум для педагогов по выполнению упражнений дыхательной гимнастики; представлена картотека игр и упражнений по формированию правильного речевого дыхания у детей с ОВЗ (**Приложение 2**). Все упражнения этой картотеки подобраны с учетом этапа работы по формированию речевого дыхания, что дает возможность педагогам применять их последовательно, быть в тесной взаимосвязи с учителем-логопедом. Дополнительно изготовлены информативные памятки для педагогов по данной теме, где подробно изложены правила выполнения дыхательной гимнастики и указаны направления работы согласно возраста детей (**Приложение 3**).

Вопрос формирования правильного речевого дыхания рассматривался на заседании окружного методического объединения учителей-логопедов. Данный вопрос актуален в работе каждого логопеда, поэтому автор выступила перед коллегами с докладом по теме: «Формирование правильного речевого дыхания у детей с ОВЗ», представила свой опыт работы и получила положительные отзывы коллег.

В логопедическом кабинете детского дома создан центр «Страна-Дыхания», где собран практический и методический материал, игрушки-свистульки, свечи, вертушки, надувные шары, игры и пособия, изготовленные своими руками. Также представлен наглядный и дидактический материал по лексическим темам: «Времена года», «Деревья», «Птицы зимующие и перелетные», «Воздушный транспорт», «Игрушки», «Дом и его части», «Одежда», «Домашние и дикие животные», «Посуда», «Насекомые».

В зависимости от лексической темы учитель-логопед систематически включал упражнения для формирования дыхательной функции в подгрупповую непосредственно-образовательную деятельность (НОД) и в индивидуальные занятия по коррекции звукопроизношения. Важность включения данных упражнений в работу по коррекции

звукопроизношения неоспорима, так как невозможно воспроизвести длительный, четкий звук без нормализации дыхательной функции (**Приложение 4**).

Учитель-логопед еженедельно пополнял материал речевых центров в группах детей с ОВЗ и давал рекомендации педагогам. Воспитатели закрепляли отработанные навыки во время НОД в группе, при выполнении заданий с детьми на «коррекционных часах», включали дыхательные пятиминутки перед завтраком и после дневного сна. Важность взаимосвязи с воспитателем подчеркнем особенно, так как в организации закрытого типа дети не имеют возможности общения с родителями, ближайшими родственниками, основная работа по закреплению отработанных речевых навыков ложится на плечи педагогов.

Комплексы и упражнения дыхательной гимнастики отрабатывали и учителя-дефектологи, включая их еженедельно в НОД по формированию целостной картины мира и другую работу. Педагог-психолог пользовался картотекой дыхательных упражнений на психологических тренингах и в работе на релаксацию.

Игры на развитие дыхательной функции использовал инструктор на занятиях по физкультуре в зале и на улице. А музыкальный руководитель включал упражнения на развитие речевого дыхания во время исполнения песен.

Итак, целенаправленная работа по формированию правильного речевого и неречевого дыхания у детей с ОВЗ осуществлялась в следующих видах деятельности:

- Дыхательные игры и упражнения, как фрагмент логопедического занятия.
- Дыхательные игры и упражнения, как фрагмент занятия учителя-дефектолога.
- Дыхательные игры и упражнения, как фрагмент занятия воспитателя.
- Дыхательные пятиминутки перед завтраком, после сна и во время «коррекционных часов».
- Дыхательные упражнения, как элемент психологических тренингов и релаксационных занятий.
- Звуко-двигательные игры, как фрагмент занятия по физической подготовке.
- Упражнения на развитие речевого дыхания в процессе исполнения песен.

Интерес детей поддерживался игровой формой проведения упражнений с использованием разнообразного наглядного материала.

Вся вышечисленная работа по данному направлению работы составляет модель взаимодействия участников образовательного процесса с детьми с ОВЗ в детском доме (**Приложение 5**).

### Раздел 3. РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ ОПЫТА

Эффективность работы подтверждается результатами первичного и итогового обследования речевого развития детей с ОВЗ за три года.

Динамика речевого развития детей с ОВЗ, зачисленных на логопункт к учителю-логопеду Доставаловой А.П. за **2011-2012** уч.г.

Показатель итогового уровня развития речи	В начале года	В конце года
	Н (низкий) – 60%	Н (низкий) – 30%
	Н\С (ниже средн.) – 40%	Н\С (ниже средн.) – 50%
		С (средний) – 10%

Динамика речевого развития детей с ОВЗ, зачисленных на логопункт  
к учителю-логопеду Доставаловой А.П. за **2012-2013** уч.г.

Показатель итогового уровня развития речи	В начале года	В конце года
	Н (низкий) – 16,7%	Н (низкий) – 16,7%
	Н\С (ниже средн.) – 83,3%	Н\С (ниже средн.)– 66,6%
	С (средний) – 0%	С (средний) – 16,7%

Динамика речевого развития детей с ОВЗ, зачисленных на логопункт  
к учителю-логопеду Доставаловой А.П. за **2013-2014** уч.г.

Показатель итогового уровня развития речи	В начале года	В конце года
	Н (низкий) – 36,4%	Н (низкий) – 9,09%
	Н\С (ниже среднего) – 54,5%	Н\С (ниже среднего)– 54,5%
	С (средний) – 9,09%	С (средний) – 36,4%

Рассматриваемый итоговый уровень развития речи показывает, что у всех детей с ЗПР (церебро-органического генеза), алалией, ОНР (различного уровня), ФФНР и дизартрией отмечена положительная динамика уровня речевого развития. Можно отметить, что наибольшая динамика отмечалась в разделах: «понимание речи», «словарный запас», «слоговая структура слов», «звукопроизношение». Наибольшие трудности встречались у детей по разделам: «состояние связной речи», «фонематический слух», «навыки звуко-слогового анализа и синтеза», «навыки чтения, знание букв».

Также можно отметить, что воспитанники научились ощущать движения органов дыхания (диафрагмы, передней стенки живота). Выполняя вдох, дети (особенно с дизартрией) уже почти не поднимали плечи, а при выполнении движений дыхание не сбивалось, оставалось ровным. Напряжение мышц плечевого пояса, лица и шеи ослабло или нивелировалось. Практически у всех детей появился достаточный по объёму, рационально используемый речевой выдох, а произнесение фразы происходило в пределах одного речевого выдоха. Также ощутимо быстрее и легче проходила работа по автоматизации сложных групп звуков, таких как «свистящие», «шипящие» и «сонорные». У детей с алалией легче проходил процесс формирования фразовой речи, закрепилось правильное произношение гласных и парных согласных звуков.

Следовательно, в результате систематической работы учителя-логопеда, педагогов, медицинских специалистов, удалось повысить эффективность коррекционно-развивающей работы по преодолению речевых нарушений у детей с ОВЗ, добиться положительной динамики речевого развития, в том числе, посредством формирования правильного речевого дыхания. Наглядно динамика речевого развития отражена в диаграммах, представленных в Приложении (**Приложение 7**).

Таким образом, правильное неречевое и речевое дыхание у детей с ОВЗ формируется в ходе специально организованной деятельности, при тесном взаимодействии всех ее участников в детском доме: учителя-логопеда, учителя-дефектолога, педагога-психолога, музыкального руководителя, инструктора по физической подготовке, воспитателей, заменяющих детям родителей, и при помощи медицинских работников организации.

Библиографический список

1. Белякова Л.И. Методика развития речевого дыхания у дошкольников с нарушениями речи / Л.И. Белякова, Н.Н. Гончарова, Т.Г. Шишкова. – М.: Книголюб, 2004. – 132с.
2. Гвоздев А.Н. Вопросы изучения детской речи / А.Н. Гвоздев. – М.: Изд-во АПН РСФСР, 1961. – 471с.
3. Гуськова А.А. Развитие речевого дыхания детей 3-7 лет / А.А. Гуськова. – М.: Сфера, 2011. – 128 с.
4. Ермакова И.И. Коррекция речи при ринолалии у детей и подростков / И.И. Ермакова; под ред. С.А. Таптаровой. – М.:Просвещение, 1984. – 143 с.
5. Жукова Н.С. Преодоление общего недоразвития речи у дошкольников / Н.С. Жукова, Е.М. Мастюкова, Т.Б. Филочева. – М.: Просвещение, 1990. – 232с.
6. Максакова А.И. Развитие речевого голоса у дошкольников / А.И. Максакова // Дошкольное воспитание. – 1988. - №17. – С. 31-38.
7. Таптапова С.Л. Коррекционно-логопедическая работа при нарушении голоса: кн. для логопеда. / С.Л. Таптапова. – М.: Просвещение, 1984. – 112 с., ил.
8. Селиверстов В.И. Речевые игры с детьми. / В.И. Селиверстов. – М.: Академический проект, 2017. – 399 с.
9. Фомичева М.Ф. Воспитание у детей правильного произношения / М.Ф. Фомичева. – М.: Институт практической психологии, 1997. – 320 с.
10. Хватцев М.Е. Логопедия. Работа с дошкольниками / М.Е. Хватцев. – М.: ВЛАДОС, 2009. – 292 с.

Система работы учителя-логопеда по формированию речевого дыхания с детьми с ОВЗ

Возрастная группа детей	Направления работы по ФД	Примеры упражнений
Младшие группы (1-3 года)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Развитие силы выдоха и увеличение объёма легких</li> <li>• Дифференциация носового-ротового выдоха</li> <li>• Развитие направленного выдоха</li> <li>• Дифференциация резкого и плавного выдоха</li> </ul>	<p>«Загни мяч в ворота»                      «Буря в стакане»                      «Не урони шарик»                      «Сдуй снежинку/листочек»                      «Кто дольше?»                      «Задуй свечу» и т.д.</p>
Средняя группа (4-5 лет)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Постановка диафрагмально-реберного типа дыхания</li> <li>• Автоматизация диафрагмально-реберного типа дыхания</li> <li>• Развитие фонационного выдоха</li> </ul>	<p>«Подними игрушку»                      «Покачай ладошку лежа»                      «Покачай ладошку сидя»                      «Покачай ладошку стоя»                      «Остуди чай»                      «Снегопад»                      «Подуй на листок»                      «Водные гонки»                      «Намотай клубочек» и т.д.</p>
Старшая группа (5-6 лет)		
Подготовительная к школе группа (6-7 лет)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Развитие фонационного выдоха</li> <li>• Развитие речевого дыхания</li> </ul>	<p>«Звуковая ниточка»                      «Спой слог»                      «Спой слово по слогам»                      «Произнеси на одном вдохе»                      «Спой фразу»                      «Повтори стишок» и т.д.</p>
Школьная группа (7-10 лет)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Развитие речевого дыхания в процессе произнесения прозаического текста</li> </ul>	<p>«Повтори фразу»                      «Повтори фразу с паузами»                      «Договори фразу»                      «Перечисли все предметы»                      и т.д.</p>



Картотека игр и упражнений по формированию правильного речевого дыхания у детей с ОВЗ

**1 ЭТАП: постановка диафрагмально-реберного типа дыхания:**

«Подними игрушку»

Ребенку, находящемуся в положении лежа, кладут на живот в области диафрагмы легкую игрушку. Инструкция: «Положим игрушку на живот и посмотрим, как она поднимается, когда ты делаешь вдох, и опускается, когда ты делаешь выдох». Внимание ребенка обращается на то, что игрушка становится «живой», если он дышит животом.

«Покачай ладошку лежа»

Ребенку, находящемуся в положении лежа, предлагают положить свою ладонь на живот в область диафрагмы. Инструкция: «Положи ладонь на то место, где раньше лежала игрушка, и почувствуй, как живот поднимается, когда ты делаешь вдох, и опускается, когда ты делаешь выдох».

«Покачай ладошку сидя»

Ребенку, находящемуся в положении сидя, предлагают положить свою ладонь на живот в область диафрагмы. Инструкция: «Сядь, положи ладонь на живот и почувствуй, как он поднимается, когда ты делаешь вдох, и опускается, когда ты делаешь выдох».

«Покачай ладошку стоя»

Упражнение выполняется перед большим зеркалом. Инструкция: «Встань перед зеркалом, положи ладонь на живот, посмотри, как она движется, если ты дышишь правильно». Ребенок стоит в профиль к большому зеркалу, тактильно и визуально контролирует выполнение упражнений в положении стоя.

**2 ЭТАП: автоматизация диафрагмально-реберного типа дыхания:**

«Подуй на листок»

Упражнение с листочком (бумажный листочек на ниточке). Вдох носом короткий - выдох ртом длительный не прерывистый (губы трубочкой). Инструкция: «Подуй на листочек как можно дольше, делай вдох и выдох животиком».

«Задуй свечу»

В правой руке ребенок держит цветные полоски бумаги (контуры свечи); левую ладонь положить на живот, вдохнуть ртом и надуть живот; затем длительно выдыхать, «гасить свечу».

«Остуди чай»

Упражнение с чашечкой (контурное изображение). Вдох-носом, выдох-губы трубочкой, дуть на «предполагаемый пар от чая». Инструкция: «Остуди чай в чашечке, контролируй правильный вдох и выдох».

«Греем руки»

Ребенок вдыхает через нос и дует на озябшие руки, плавно выдыхая через рот, как бы согревая руки. Инструкция: «Представь, что твои ручки замерзли на улице. Подуй на них и согрей теплым дыханием».

Доставалова А.П.

«Снегопад»

Упражнение с силуэтной снежинкой (бумажная снежинка на ниточке). Инструкция: «Проверим, чья снежинка будет летать дольше? Сделай вдох носом, а выдох – ртом, длительный не прерывистый, губы держи трубочкой».

«Сдуй снежинку»

Упражнение с варежкой и снежинкой или несколько снежинок (изображения варежки и снежинки из бумаги, соединенные ниткой). Инструкция: «Сделай глубокий вдох животиком и сдуй снежинку с варежки, чтобы она улетела».

«Подуй на бабочку»

Упражнение с силуэтной бабочкой (бабочка из бумаги на ниточке). Вдох носом - выдох ртом длительный не прерывистый (губы трубочкой). Инструкция: «Проверим, чья бабочка будет летать дольше? Сделай вдох носом, а выдох – ртом, длительный не прерывистый, губы держи трубочкой».

«Сдуй бабочку с цветка»

Упражнение с цветком и бабочкой или несколько бабочек (силуэтные изображения цветка и бабочки из бумаги, соединенные ниткой). Инструкция: «Сделай глубокий вдох животиком и сдуй бабочку с цветка, чтобы она улетела».

«Чуткий нос»

Ребенку предлагают закрыть глаза и по запаху определить, какой предмет перед ним (апельсин, лимон, духи, кофе, хвоя). Инструкция: «Сделай плавный, глубокий вдох носом и определи, что в коробочке?».

«Шарик»

Инструкция: «Представить себя воздушным шариком; на счет 1-2-3-4 сделай четыре глубоких вдоха через нос, и задержи дыхание. Затем на счет 1-2-3-4 медленно выдохни. Контролируй правильность вдоха и выдоха».

«Ветер-ветерок»

Упражнение с контурным домиком со шторами. Вдох носом, выдох – ртом длительный, не прерывистый (губы трубочкой). Инструкция: «Будешь ветерком. Подуй на шторы плавно, а потом резко. Дыши животиком».

«Помоги пилоту»

Упражнение с силуэтными изображениями воздушного транспорта (самолеты, вертолеты на ниточках). Вдох носом, выдох – ртом длительный, не прерывистый или резкий и сильный (губы трубочкой). Инструкция: «Поможем пилоту управлять самолетом. Подуй на самолётик длительно и плавно».

«Дымящий паровозик»

Упражнение со свистулькой-паровозиком. Вдох носом, выдох – ртом в трубочку длительный, не прерывистый. Инструкция: «Подуй в трубочку плавно, так, чтобы из трубы «вышел» дымок».

«Птицы летят»

Упражнение с силуэтами птиц на ниточках (перелетные или зимующие). Вдох- носом, выдох – ртом в «Трубочку» длительный, не прерывистый. Инструкция: «Поможем птицам быстрее лететь. Подуй на птичку длительно и плавно».

Доставалова А.П.

«Не урони шарик»

Упражнение с игрушкой-свистулькой с шариком. Вдох – носом, выдох – ртом в трубочку длительный, не прерывистый. Инструкция: «Дуй в свистульку плавно, удержи шарик в воздухе как можно дольше и не потеряй его».

«Футболисты» или «Загони мяч в ворота»

Упражнение с моделями футбольных ворот и мячом. Вдох – носом, выдох – ртом на шарик длительный, не прерывистый. Если воздуха не хватает, то его можно добрать. Инструкция: «Дуй на мяч резко, так, чтобы мяч закатился в ворота».

«Подуй на кораблик» или «Водные гонки»

Упражнения с моделями корабликов, которые плавают в емкости, наполненной водой. Вдох – носом, выдох – ртом длительный, не прерывистый; губы трубочкой. Инструкция: «Подуй на кораблик резко, так, чтобы он приплыл первым».

«Буря в стакане»

Упражнение с одноразовыми коктейльными трубочками и стаканом, наполненным водой. Инструкция: «Сделай вдох носом, выдохни через трубочку в стакан, наполненный водой».

Также можно сдувать со стола мелко нарезанные цветные бумажки, вату, пушинки; дуть на лежащие на столе палочки, карандаши разной толщины, сдвигать их с места; надувать резиновые игрушки, воздушные шарик; дуть в дудочку, свистульку, губную гармошку и др. музыкальные инструменты; пускать мыльные пузыри; задувать на медленном и резком выдохе пламя свечи.

**3 ЭТАП: развитие фонационного выдоха:**

«Звуковая ниточка (дорожка)»

Ребенок соединяет пальцы рук, собранные в щепоть, перед грудью, а затем начинает разводить руки в стороны, одновременно пропевая сначала гласные, потом согласные звуки (тянет длинную нить). Инструкция: «Расположи руки перед грудью и протяни звук как можно дольше».

«Намотай клубочек»

Упражнение с клубочками ниток. Дети вращают кисти рук одну вокруг другой перед грудью, длительно произнося гласный/согласный звук – как будто наматывают клубок. Инструкция: «Намотай звук на клубочек. Посмотрим, чья ниточка будет длиннее?».

**4 ЭТАП: развитие речевого дыхания в процессе произнесения слогов, слов и фраз:**

«Спой слог»

Выполнение ротового вдоха и на выдохе произнесение нараспев слога. Используются слоги, состоящие из звуков, хорошо произносимых детьми (МА, МО, МУ, МЫ, МИ; НА, НО, НУ, НЫ, НИ; ТА, ТО, ТУ, ТЫ; ДА, ДО, ДУ, ДЫ; БА, БО, БУ, БЫ, БИ).

«Спой слово по слогам (из 2-х слогов)»

Выполнение ротового вдоха и на выдохе произнесение нараспев двусложного слова (по слогам). Используются слова: МАМА, МИЛА, МЫЛА, НОТЫ, КОНИ, ДЕТИ.

«Спой слово по слогам (из 3-х слогов)»

Выполнение ротового вдоха и на выдохе произнесение нараспев трехсложного слова (по слогам). Используются слова: МАЛИНА, КАЛИНА, МАШИНА, КУБИКИ.

«Спой фразу из 2-х слов»

Выполнение ротового вдоха и на выдохе произнесение нараспев фразы, состоящей из двух слов. Используются фразы, включающие двусложные и трехсложные слова, например: «МАМА МЫЛА», «МИЛА ШИЛА», «МАША ЕЛА», «ДЕТИ ЗАПЕЛИ».

«Спой фразу из 3-х слов»

Выполнение ротового вдоха и на выдохе произнесение нараспев фразы, состоящей из трех слов. Используются фразы, включающие двусложные слова, например: «МАМА МЫЛА МИЛУ», «МАМА МЫЛА КОЛЮ», «МИЛА ЕЛА КАШУ».

«Спой фразу из 4-х слов»

Выполнение ротового вдоха и на выдохе произнесение нараспев фразы, состоящей из четырех слов. Используются фразы, включающие двусложные слова, например: «МАМА МЫЛА МИЛУ МЫЛОМ», «МАМА МЫЛА МАШУ МЫЛОМ», «МАМА ШИЛА МАШЕ ШУБУ».

«Спой фразу из 4-х слов с союзом»

Выполнение ротового вдоха и на выдохе произнесение нараспев фразы, состоящей из четырех слов с соединительным союзом И. Например: МАША ЕЛА КАШУ И ГРУШУ.

«Спой две фразы»

Произнесение нараспев двух стихотворных фраз по схеме. Используются строфы известных детям стихотворений А. Барто, С. Маршака, С. Михалкова.

Педагог проговаривает фразы, например:

«Наша Таня громко плачет,  
Уронила в речку мячик».

«Спой четыре фразы»

Произнесение нараспев четырех стихотворных фраз по схеме (логопед произносит каждую строку стихотворного текста, выполняя перед началом каждой строки быстрый ротовой вдох).

«Наша Таня громко плачет,  
Уронила в речку мячик.  
Тише, Танечка, не плачь,  
Не утонет в речке мяч».

**5 ЭТАП: развитие речевого дыхания в процессе произнесения прозаического текста**

«Повтори две фразы»

После глубокого вдоха произносят первую фразу: «Это яблоко». 1-2 секунды пауза, произносят вторую фразу: «Яблоко большое и красное». Выдох.

«Повтори 3-4 фразы»

После глубокого вдоха произносят фразы: «Это яблоко. Яблоко большое и красное. Оно сочное и сладкое».

«Договори фразу»

После вдоха дети произносят фразу: «На столе лежат яблоко и ...» (педагог показывает картинку «Груша»), дети договаривают: «Груша».

«Перечисли все предметы»

Дети после вдоха начинают проговаривать фразу: «На столе лежат яблоки, сливы, груши...» (перечисляют все овощи и фрукты, лежащие на столе).

Памятка для педагогов по развитию речевого дыхания у детей с ОВЗ

Примерный комплекс упражнений дыхательной гимнастики

Возрастная группа детей	Примеры упражнений
Младшие группы (1-3 года)	«Загни мяч в ворота», «Буря в стакане» «Не урони шарик», «Сдуй снежинку/листочек», «Кто дольше?», «Задувай свечу» и т.д.
Средняя группа (4-5 лет)	«Подними игрушку», «Покачай ладошку лежа», «Покачай ладошку сидя», «Покачай ладошку стоя», «Остуди чай», «Снегопад», «Подуй на листок», «Водные гонки», «Намотай клубочек» и т.д.
Старшая группа (5-6 лет)	
Подготовительная к школе группа (6-7 лет)	«Звуковая ниточка», «Спой слог», «Спой слово по слогам», «Произнеси на одном вдохе», «Спой фразу», «Повтори стишок» и т.д.
Школьная группа (7-10 лет)	«Повтори фразу», «Повтори фразу с паузами», «Договори фразу», «Перечисли все предметы» и т.д.

Правила выполнения дыхательной гимнастики:

1. Выполнять упражнения не реже 4-5 раз в неделю по 3-6 минут.
2. Проводить упражнения в хорошо проветриваемом помещении или при открытой форточке.
3. Заниматься до еды или через 20-30 минут после еды.
4. Заниматься в свободной, не стесняющей движения одежде.
5. Дозировать количество упражнений и темп их проведения.
6. Вдыхать воздух через рот и нос, выдыхать – через рот.
7. Вдыхать легко и коротко, а выдыхать длительно и экономично.
8. В процессе речевого дыхания не напрягать мышцы в области шеи, живота, рук, груди, лица; плечи не поднимать при вдохе и не опускать.
9. После выдоха перед новым вдохом сделать остановку на 2-3 секунды.
10. Обращать внимание на то, чтобы во время выполнения упражнений дети не наддували щеки.
11. С детьми с ОРЗ, ринитом, выраженными аденоидами работать не рекомендуется.

Использование дыхательных упражнений на занятиях учителя-логопеда



Модель взаимодействия участников образовательного процесса в детском доме по формированию дыхательной функции у детей с ОВЗ

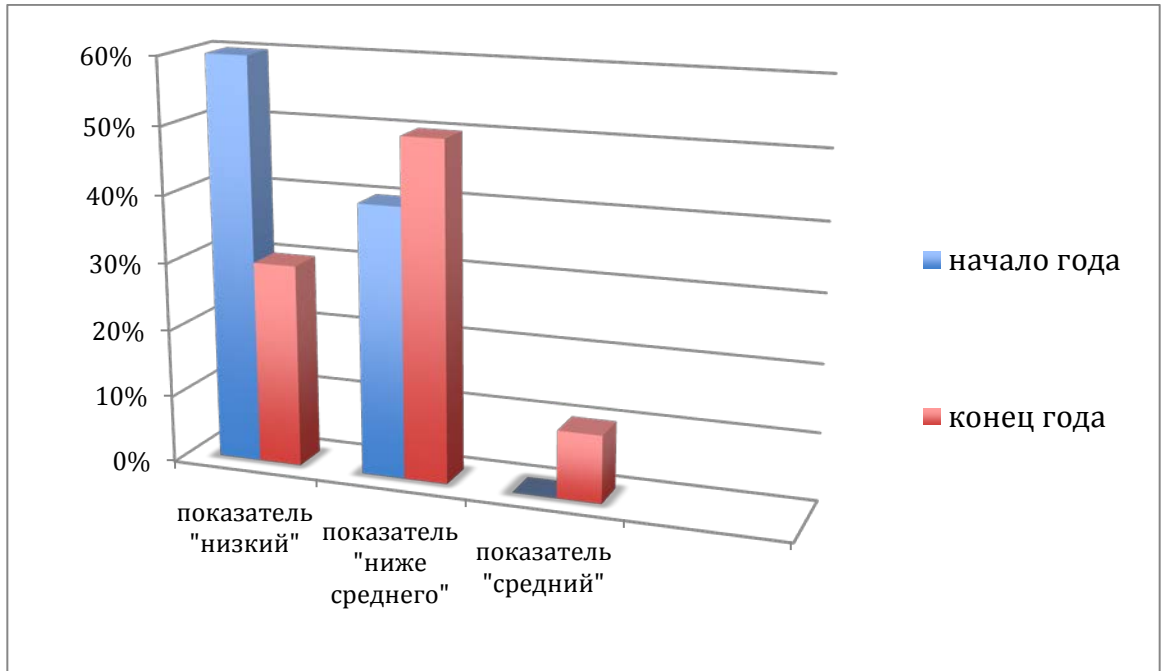


Выставка пособий по формированию дыхательной функции у детей с ОВЗ

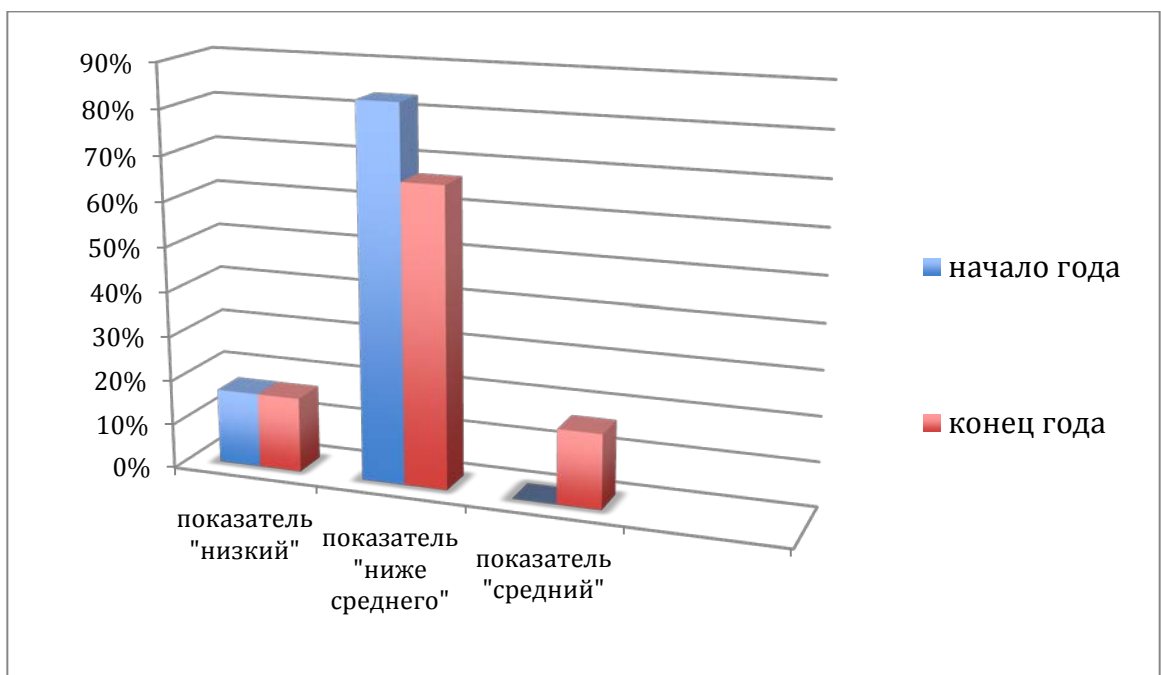




Динамика речевого развития детей с ОВЗ, зачисленных на логопункт к учителю-логопеду Доставаловой А.П. за **2011-2012** уч.г.



Динамика речевого развития детей с ОВЗ, зачисленных на логопункт к учителю-логопеду Доставаловой А.П. за **2012-2013** уч.г.



Динамика речевого развития детей с ОВЗ, зачисленных на логопункт к учителю-логопеду Доставаловой А.П. за **2013-2014** уч.г.

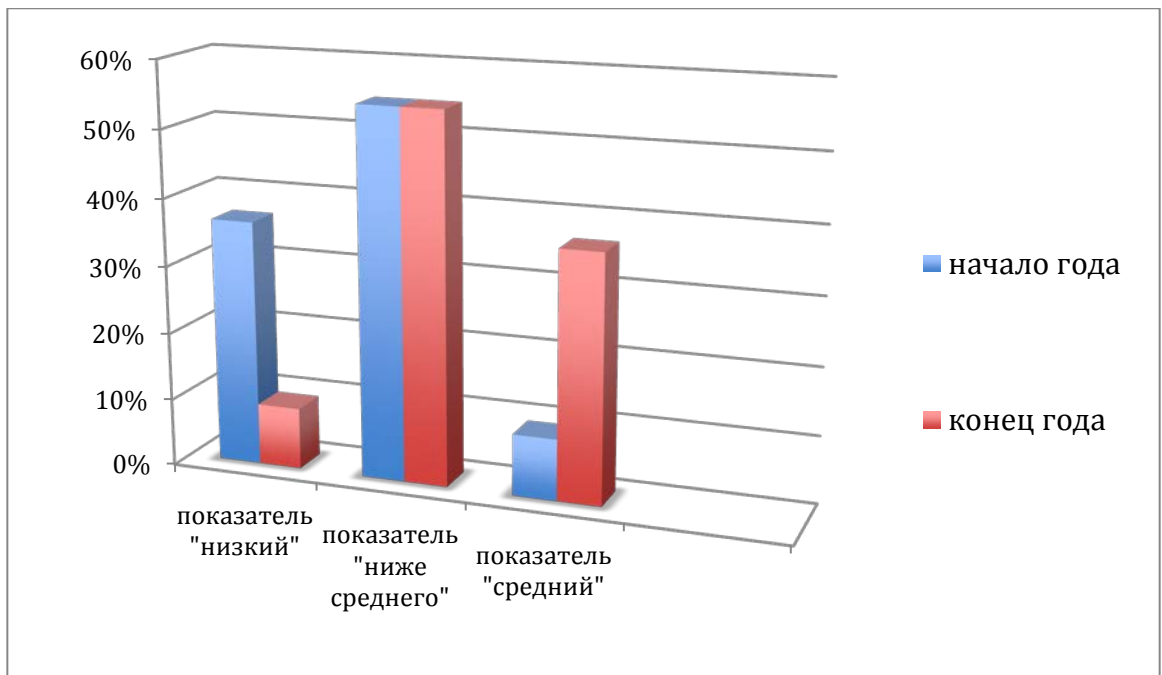


Схема: «Зрительные символы вдоха и выдоха»

## Дыхательная гимнастика

**ВДОХ**

**ВЫДОХ**

