**Упражнения на развитие дыхания, голоса, артикуляции.**

Упражнения включаются в занятия, проводимые в начале коррекционного курса.

По мере успешного устранения речевого нарушения, количество их в середине и

конце коррекционного курса сокращается, но не исключается, в целях обеспечения

преемственности.

Цель упражнений – способствовать нормализации деятельности периферических

отделов речевого аппарата.

Упражнения на развитие дыхания помогают выработать правильное диафрагмальное дыхание, продолжительность выдоха, его силы и постепенности.

Их можно сочетать с движениями рук (вверх – вниз, вверх – в стороны, вверх – на

пояс, вверх – на голову и т.д.), туловища (вправо – влево, наклоны вперед,

круговые вращения), головы (к плечу, на грудь, круговые повороты). Например,

подняться на носки, руки вытянуть вверх – вдох, опуститься на полную ступню,

руки на пояс – выдох. Поворот туловища вправо, руки на уровне плеч также

отводятся вправо – вдох, возвращение в исходное положение: туловище – прямо,

руки опущены вниз – выдох. Поднять голову вверх – вдох, опустить медленно на

грудь – выдох. В упражнения на развитие дыхания включается речевой материал, произносимый на выдохе. Например, подняться на носки, руки потянуть вверх –

вдох, опускаясь на полную ступню и ставя руки на поясе длительно тянуть сначала

глухой звук [«с»] (или [«ц»], [«ф»], [«х»], затем гласные звуки изолированно и в

различных сочетаниях, затем гласные в сочетании с согласными звуками. Далее –

на выдохе – произносить слова с открытыми слогами, закрытыми, двух и

трехсложные фразы, состоящие из 3 – 4 – 5 слов. Удлинение фразы требует более

длительного выдоха.

Работа над голосом начинается с произношения на выходе гласных и согласных

звуков. Упражнения проводятся с музыкальным сопровождением и без него.

Гласные пропеваются с изменениями в высоте голоса. Если это упражнение сразу

не получается, можно использовать «мурлыканье» или «гудение» (как

звукоподражание кошке, гудку парохода), чтобы добиться изменения в высоте

голоса.

Сила голоса воспитывается при произнесении гласных более громким или более

тихим голосом, с соответствующим усилением или ослаблением музыкального

аккомпанемента. Длительность звучания голоса зависит от продолжительности

выдоха. Для воспитания выразительности голоса полезна мелодекламация: чтение

стихотворений (а для взрослых – и прозаических текстов) с вопросительной,

восклицательной, побудительной и другими интонациями под соответствующую

музыку. Работа над дикцией проводится с помощью дыхательных, голосовых и

артикуляторных упражнений. Вначале под ритмическую музыку или счет педагога

занимающиеся обозначают гласные немой артикуляцией, затем произносят на

шепоте и громко, изолированно и в ряду из 2, 3, 4 гласных, всего ряда. Далее на

выдохе произносятся слоги, слова произносятся на шепоте со звуками [«п»], [«т»],

[«с»], [«ф»], [«ш»] («па-по-пу-пы», «паф-поф-пуф-пыф» и т.д.) и громко,

четверостишья, пословицы, поговорки произносятся со сменой ударения и темпа

речи.

К середине коррекционного курса дыхательные, голосовые и артикуляторные

упражнения включаются в подвижные игры, игры драматизации, в ходьбу с

замедлением, в упражнения с хлопками, счетом, пением.

Полезно пение вокализов – мелодии без слов. Гласные пропеваются в

последовательности [«у»], [«о»], [«а»], [«и»]. Затем поются гаммы, вводится другой

вид связного пения – звучание голоса со скольжением звука с ноты на ноту вверх

или вниз, что развивает гибкость, высоту голоса.

Необходимо развивать диапазон голоса. Начинать упражнения следует с

произношения звуков [«м»], [«в»] с гласными. Голос звучит на среднем регистре, в

одной тональности: ммуммоммэммиммамм. Далее: повышение и понижение

голоса на сонорных согласных [«н»], [«ж»] с паузами и без пауз при произношении

слов и фраз. Например, в инсценировке «Мишка» два ребенка в масках просят у

третьего – медведицы: «Мам меду нам-м, мам молока бы нам-м». Медведица

отвечает: «Вотя вам-м, все мало вам-м». Мишки отбегают и вновь пропевают свою просьбу в высоком регистре, медведица грозит им лапой и отвечает в низком

регистре: «Вотя вам-м, вотя вам-м!»

В занятия по воспитанию дыхания, голоса и артикуляции включается пение и

произношение междометий, которые экспрессивно окрашены, выражают эмоции,

волевые побуждения человека – радость, боль, гнев, страх: «Ах! Ох! Ух! Ой! Аи-

аи-аи!» – и т.д. Затем междометия включаются в стихи, которые подбираются

таким образом, чтобы окраска звука в них была разной: минорной или мажорной, с

соответствующей музыкой. Полезны распевания на материале артикуляторной

гимнастики с одновременным развитием мелкой моторики.

Примеры упражнений.

1) Исходное положение (И.п.) – основная стойка. На сильную долю – вдох

носом, на слабую – выдох ртом. (Муз. сопровождение в размере 2/4.)

2) «Пожар».

И.п. – основная стойка, руки перед грудью. На сильную долю – резкий, шумный

вдох носом и движения руками перед грудью, сжимающие грудную клетку; на сла-

бую долю – непроизвольный выдох, руки возвращаются в и.п. (Муз.

сопровождение в размере 2/4.)

3) «Самурай».

И.п. – сидя по-турецки, руки свободно лежат на коленях. Упражнение

выполняется с проговариванием сочетаний: а-на-хат; о-хо-хам.

а – правая рука вытягивается вперед, кисть сжата в кулак, возврат в и.п.;

на – левая рука вытягивается вперед, кисть в кулаке, возврат в и.п.;

хат – руки, сжатые в кулак, идут в стороны и к полу, возврат в и.п.;

о – правая рука через середину поднимается вверх, возврат в и.п.;

хо – левая рука поднимается через середину вверх, возврат в и.п.;

хам – поднимаются и опускаются обе руки.

 3) «Муха».

1. Увидеть муху, сидящую на правом колене, всмотреться в нее, поймать ее,

почувствовать в кулаке, поднести кулак к уху. Слушать, как звенит муха. Пить на

выдохе, подражая мухе: «з-з-з». Выпустить муху, раскрыть ладошку, проследить

глазами ее полет, вдохнуть вновь.

2. "На паркете в восемь пар мухи танцевали,

Увидали паука – в обморок упали".

Одновременно на ударные слоги соединить на обеих руках второй, третий,

четвертый, пятый пальцы поочередно с первым пальцем руки. На слова «в обморок

упали» расслабить кисти рук, уронить их.

Петь эту же песенку на слогах «зум», «зу» и одновременно дирижировать

кистью руки. Кисть должна быть гибкой, четко указывать акценты в музыке.

4) «Тополиный пух».

Начало лета. Жаркий день. Вокруг лежит тополиный пух. Увидеть пух,

всмотреться в него, присесть, собрать немного пуха мягкими подгребающими движениями пальцев рук. Легкими движениями пальцев перебрасывать пух с руки

на руку, дуть на него, снова ловить и проговаривать стихотворение, дирижируя

рукой: "Летом снег! Просто смех! Снег по городу летает, Почему же он не тает?"