**Картотека**

**развития речевого дыхания**

**I этап Подготовка к развитию грудобрюшного типа дыхания по традиционной методике**

Цель: развитие ощущений движения органов дыхания, главным образом диафрагмы и передней стенки живота, что соответствует грудобрюшному типу дыхания.

**Упражнение 1.** Ребенку, находящемуся в положении лежа, кладут на живот в области диафрагмы легкую игрушку. (Работа диафрагмы по опусканию и подниманию игрушки, лежащей на животе, воспринимается ребенком зрительно).

*Инструкция*: «Положим игрушку на живот и посмотрим, как она поднимается, когда ты делаешь вдох, и опускается, когда ты делаешь выдох».

В соответствии с инструкцией взрослого ребенок следит глазами за подниманием и опусканием игрушки вслед за сокращением и расслаблением диафрагмы.

Внимание ребенка обращается на то, что игрушка становится «живой», если он дышит животом.

Упражнение можно сопровождать рифмовкой:

Качаю рыбку на волне,

То вверх (*вдох*),

То вниз (*выдох*)

Плывет по мне.

В течение недели можно менять игрушки, разнообразить словесное сопровождение. Например: «Качели – вверх, качели – вниз, крепче, куколка, держись!»

**упражнение 2.** Ребенок, находящийся в положении лежа, кладет ладонь на область диафрагмы.

Работа диафрагмы воспринимается ребенком не только зрительно, но и тактильно (ощущается ладонью).

*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:

Бегемотики лежали,

Бегемотики дышали.

То животик поднимается (*вдох*),

То животик опускается (*выдох*).

**упражнение 3.** Ребенок, находящийся в положении сидя, кладет ладонь на область диафрагмы

Работа диафрагмы продолжает контролироваться зрительно и тактильно.

*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:

Сели бегемотики,

Потрогали животики.

То животик поднимается (*вдох*),

То животик опускается (*выдох*).

**упражнение 4.** Ребенок, находящийся в положении стоя, кладет ладонь на область диафрагмы

Упражнение выполняется перед большим зеркалом.

*Инструкция*: «Встань перед зеркалом, положи ладонь на живот, посмотри, как она движется, если ты дышишь правильно».

**Примеч.**

Это упражнение проводится также и с обнаженным торсом. Дети стоят в профиль к большому зеркалу, что помогает не только тактильно, но и визуально контролировать выполнение упражнений в положении стоя. При выполнении упражнений взрослый следит за тем, чтобы вдох ребенка не был форсированным и его плечи не поднимались. Важно помнить, что внимание ребенка на этом этапе сосредоточивается не на длительности вдоха и выдоха, а на работе диафрагмы, т.е. на ощущениях сокращений этой мышцы. Так же следить за тем, что бы не возникала гипервентиляция (наступление гипервентиляции можно определить по следующим признакам: побледнение лица, жалобы на головокружение; и как следствие – отказ от занятий).

**II этап Развитие грудобрюшного типа дыхания с включением элементов дыхательной гимнастики А.Н. Стрельниковой**

Цель: дальнейшее развитие сократительной активности диафрагмальной мышцы, а также развитие координаторных отношений между двумя функциями: дыханием и движениями туловища или конечностей.

**Первый комплекс упражнений**

Задача: обучение детей выполнению двойных «быстрых вдохов» через нос в положении стоя, а также в сочетании с движениями головы и рук.

**упражнение 1.** Выполнение пары «быстрых вдохов».

Исходное положение: стоя перед взрослым, подбородок слегка приподнят, плечи расправлены, руки на поясе, ноги на ширине плеч.

Инструкция с поэтапной демонстрацией упражнения: «Нюхаем воздух шумно, быстро, как собачки. Нюхаем по два раза: "нюх-нюх" и отдыхаем. Смотрите на меня и слушайте, как я буду нюхать воздух».

**упражнение 2.** Выполнение пары «быстрых вдохов» по условному сигналу взрослого (быстрое движение руки вверх).

Исходное положение: стоя, подбородок слегка приподнят, плечи расправлены, руки на поясе, ноги на ширине плеч.Взр. произносит рифмовку, дети выполняют «быстрые вдохи» по его сигналу – быстрому движению руки вверх.

В качестве примера приводим два текста.

Текст 1

За стеклянными дверями Стоит мишка с пирогами. Здравствуй, мишенъка – дружок,

Дай понюхать пирожок

(два коротких «быстрых вдоха» по сигналу логопеда).

Текст 2

Мышки водят хоровод, На диване дремлет кот. И мышиный хоровод

Вдруг увидел серый кот

(два коротких «быстрых вдоха» по сигналу логопеда).

«Кот понюхал нас! Ура!

Разбегайся детвора!»

**упражнение 3.** Выполнение пары «быстрых вдохов» при повороте головы то вправо, то влево

Исходное положение: стоя, подбородок приподнят, плечи расправлены, руки на поясе, ноги на ширине плеч.

Инструкция с поэтапной демонстрацией упражнения: «Все помнят, как собачки нюхают воздух?

Сейчас собачки будут нюхать воздух, чтобы найти спрятавшегося зайчика.

Сначала понюхаем воздух справа. (Логопед поворачивает голову направо, делает пару «быстрых вдохов».)

Отдыхаем. (Возврат головы в исходное положение, выдох.)

Затем нюхаем воздух слева. (Логопед поворачивает голову налево и делает пару «быстрых вдохов».)

Отдыхаем». (Возврат головы в исходное положение, выдох.)

Логопед показывает упражнение целиком, не останавливаясь на отдельных позициях.

Упражнение можно сопровождать рифмовкой:

Раз, два, три, четыре, пять!

Где же зайчика искать?

Может, справа под кустом?

(поворот головы вправо, два «быстрых вдоха», возврат головы в исходное положение)

Может, слева за бревном?

(поворот головы влево, два «быстрых вдоха», возврат головы в исходное положение)

**упражнение 4.** Выполнение пары «быстрых вдохов» при поднесении ладони то к правому, то к левому уху и легком повороте головы в противоположную сторону («прислушиваемся и нюхаем»)

Исходное положение: стоя, голова прямо, плечи расправлены, руки на поясе или опущены, ноги на ширине плеч.

Инструкция с поэтапной демонстрацией упражнения: «Чтобы найти зайчика, будем смотреть то направо, то налево, прислушиваться и нюхать воздух.

Поворачиваем голову вправо и прикладываем ладонь к левому уху, нюх-нюх.

Отдыхаем. (Возврат в исходное положение и выдох.)

Поворачиваем голову влево и прикладываем ладонь к правому уху, нюх-нюх.

Отдыхаем». (Возврат в исходное положение и выдох.)

**упражнение 5.** Выполнение пары «быстрых вдохов» при поднятии подбородка

Исходное положение: стоя, голова прямо, плечи расправлены, руки на поясе, ноги на ширине плеч.

Инструкция с поэтапной демонстрацией упражнения: «Поднимаем голову вверх и нюхаем воздух: "нюх-нюх".

Отдыхаем. (Возврат в исходное положение и выдох.)

Поднимаем голову вверх и нюхаем воздух: "нюх-нюх".

Отдыхаем ». (Возврат в исходное положение и выдох.)

Логопед показывает упражнение целиком.

**упражнение 6.** Выполнение пары «быстрых вдохов» при наклоне головы то к правому, то к левому плечу

Исходное положение: стоя, голова прямо, плечи расправлены, руки на поясе, ноги на ширине плеч.

Инструкция с поэтапной демонстрацией упражнения: «Наклоняем голову к правому плечу, нюхаем воздух: "нюх-нюх".

Отдыхаем. (Возврат в исходное положение и выдох.)

Наклоняем голову к левому плечу, нюхаем воздух: "нюх-нюх".

Отдыхаем». (Возврат в исходное положение и выдох.)

Логопед показывает упражнение целиком.

**Второй комплекс упражнений**

Задача: развитие грудобрюшного типа дыхания в процессе ходьбы.

На изучение второго комплекса отводится шесть недель, в течение которых детям предлагается

**упражнение 1.** На первый шаг выполняется пара «быстрых вдохов», далее следуют три шага, во время которых происходит непроизвольный выдох.

Исходное положение: стоя в колонну по одному.

Инструкция с поэтапной демонстрацией упражнения: «На первый шаг нюхаем воздух: "нюх-нюх" – раз.

Затем делаем три шага – два, три, четыре. Шагать будем под мои хлопки в ладони. Вам хлопать не надо. Посмотрите, как я буду шагать и нюхать воздух».

Логопед показывает упражнение целиком.

*Схема:*

1-й шаг – два «быстрых вдоха»;

2, 3, 4-й шаги – выдох.

**упражнение 2.** На первый шаг выполняется поворот головы (то вправо, то влево) и пара « быстрых вдохов », далее голова возвращается в исходное положение и следуют три шага, во время которых происходит непроизвольный выдох.

Исходное положение: стоя в колонну по одному.

Инструкция с поэтапной демонстрацией упражнения: «На первый шаг поворачиваем голову направо и нюхаем воздух: "нюх-нюх".

Затем смотрим прямо, делаем подряд три шага и отдыхаем.

А теперь делаем шаг и поворачиваем голову налево, нюхаем воздух: "нюх-нюх".

Опять смотрим прямо, делаем три шага и отдыхаем.

Все движения выполняем под мои хлопки в ладони. Вам хлопать не надо. Посмотрите, как я буду шагать, поворачивать голову и нюхать воздух».

Логопед показывает упражнение целиком.

*Схема:* дети стоят друг за другом;

на счет «раз» – шаг с поворотом головы направо и два «быстрых вдоха»;

насчет «два», «три», «четыре» – возврат головы в исходное положение, ходьба в такт, свободный выдох;

насчет «раз» – шаг с поворотом головы налево и два «быстрых вдоха»;

на счет «два», «три», «четыре» – возврат головы в исходное положение, ходьба в такт, свободный выдох.

Далее все эти движения на 4 такта повторяются.

**упражнение 3.** На первый шаг ладонь подносится то к правому, то к левому уху и выполняется пара «быстрых вдохов», далее рука опускается и следуют три шага, во время которых происходит непроизвольный выдох .

Исходное положение: стоя в колонну по одному.

Инструкция с поэтапной демонстрацией упражнения: «На первый шаг прислушиваемся и нюхаем воздух, как собачка: "нюх-нюх".

Затем опускаем руку, делаем три шага и отдыхаем.

Все движения выполняем под мои хлопки, вам хлопать не надо.

Посмотрите, как я буду шагать, прислушиваться и нюхать воздух».

Логопед показывает упражнение целиком.

*Схема:* дети стоят друг за другом;

на счет «раз» – шаг с поворотом головы вправо с прикладыванием левой ладони к уху и два «быстрых вдоха»;

на счет «два», «три», «четыре» – возврат головы и руки в исходное положение, продолжение ходьбы в такт, свободный выдох;

на счет «раз» – шаг с поворотом головы влево с прикладыванием правой руки к уху;

насчет «два», «три», «четыре» – возврат головы и руки в исходное положение, продолжение ходьбы в такт.

Далее все эти движения на 4 такта повторяются.

**упражнение 4.** На первый шаг подбородок поднимается вверх и выполняется пара « быстрых вдохов», далее голова возвращается в исходное положение и следуют три шага, во время которых происходит непроизвольный выдох.

Исходное положение: стоя в колонну по одному.

Инструкция с поэтапной демонстрацией упражнения: «На первый шаг поднимаем голову вверх и нюхаем воздух: "нюх-нюх".

Затем смотрим прямо и делаем три шага.

Все движения выполняем под мои хлопки, вам хлопать не надо. Посмотрите, как это буду делать я».

Взр. показывает упражнение целиком.

*Схема:*

1-й шаг – поднимание подбородка, два «быстрых вдоха»;

2, 3, 4-й шаги – голова прямо, выдох.

**упражнение 5.** На первый шаг выполняется наклон головы то к правому, то к левому плечу и пара «быстрых вдохов», далее голова возвращается в исходное положение и следуют три шага, во время которых происходит непроизвольный выдох.

Исходное положение: стоя в колонну по одному.

Инструкция с поэтапной демонстрацией упражнения: «На первый шаг наклоняем голову к правому плечу и нюхаем воздух: "нюх-нюх".

Затем смотрим прямо и делаем три шага.

А теперь делаем шаг, наклоняем голову к левому плечу и нюхаем воздух: "нюх-нюх".

Опять смотрим прямо и делаем три шага.

Все движения выполняем под мои хлопки, вам хлопать не надо. Посмотрите, как я буду шагать, наклонять голову и нюхать воздух».

Взр. показывает упражнение целиком.

*Схема:*

1-й шаг – наклон головы к правому (левому) плечу, два «быстрых вдоха»;

2, 3, 4-й шаги – голова прямо, выдох.

**упражнение 6.** На первый шаг выполняется поворот головы то вправо, то влево, пара «быстрых вдохов» и хлопок в ладони, далее голова возвращается в исходное положение и следуют три шага, во время которых дети трижды хлопают в ладони и спонтанно выдыхают воздух.

Исходное положение: стоя в колонну по одному.

Инструкция с поэтапной демонстрацией упражнения: «На первый шаг поворачиваем голову направо, нюхаем воздух: "нюх-нюх" и одновременно хлопаем в ладони.

Затем смотрим прямо, шагаем спокойно и хлопаем в ладони.

А теперь поворачиваем голову налево, нюхаем воздух: "нюх-нюх" и одновременно хлопаем в ладони.

Смотрим прямо, шагаем спокойно и хлопаем в ладони.

Посмотрите, как я буду шагать, прислушиваться и нюхать воздух».

Взр. показывает упражнение целиком.

Схема:

1-й шаг – поворот головы направо (налево), два «быстрых вдоха» и хлопок в ладони;

2-й шаг – голова прямо, выдох, хлопок в ладони;

3-й шаг – голова прямо, выдох, хлопок в ладони;

4-й шаг – голова прямо, выдох, хлопок в ладони.

**Третий комплекс упражнений**

Задача: дальнейшая тренировка грудобрюшного дыхания и увеличение объема легких.

**упражнение 1.** Выполнение встречных движений рук, направленных на сжатие грудной клетки

Ритм и темп движений задается хлопками логопеда.

Инструкция с поэтапной демонстрацией упражнения: «В лесу стало совсем холодно и надо согреться. Поднимите руки до уровня плеч, согните их в локтях. Чтобы согреться, обнимите себя за плечи. Верните руки в исходное положение и, не останавливаясь, опять обнимите себя за плечи. Верните руки в исходное положение.

Согрелись? Помните, что та рука, которая у вас сейчас сверху, должна и потом находиться сверху, не меняйте руки. Кисти рук должны быть "мягкие", не напряженные. Локти не опускайте, и руки шире, чем я показываю, не разводите».

Логопед показывает упражнение целиком и продолжает:

«А теперь сделаем это упражнение вместе. На счет "раз" – быстро обняли плечи и вернули руки в исходное положение. На счет "два" – снова быстро обняли плечи и вернули руки в исходное положение. Опускаем руки и отдыхаем на счет "три", "четыре", "пять"».

**упражнение 2.** Выполнение «быстрых вдохов» при встречных движениях рук, после чего руки возвращаются в исходное положение и осуществляется непроизвольный выдох (рис. 16).

Исходное положение: см. предыдущее упражнение.

Инструкция с поэтапной демонстрацией упражнения: «На счет "раз" – быстро обняли плечи и понюхали воздух.

Вернули руки в исходное положение, но не опускаем их.

На счет, "два" – сделали такое же движение руками и снова понюхали воздух.

Опускаем руки и отдыхаем на счет "три", "четыре", "пять"».

Ритм и темп движений задается логопедом с помощью счета или хлопков в ладони.

С детьми, которые не могут соединить пару «быстрых вдохов» с движениями рук, проводится индивидуальная работа.

*Схема:*

«раз» – обхват плеч, «быстрый вдох», исходное положение (руки остаются на уровне плеч);

«два» – обхват плеч, «быстрый вдох», исходное положение;

«три», «четыре», «пять» – руки опускаются, выдох.

**упражнение 3.** Выполнение «быстрых вдохов» при наклонах туловища и движениях рук (имитация накачивания шины).

Исходное положение: стоя, ноги на ширине плеч, руки опущены, кисти сведены, ладони сжимают палочку («рукоятку насоса»).

Инструкция с поэтапной демонстрацией упражнения: «Будем накачивать шину и нюхать воздух. Взяли насос в руки, делаем небольшой наклон вперед – "нюх" – раз.

Чуть выпрямились.

Еще наклон – "нюх" – два.

Теперь выпрямились, отдыхаем – три, четыре, пять».

Логопед показывает упражнение целиком.

Ритм и темп движений задается логопедом с помощью счета или хлопков в ладони.

С детьми, которые не могут соединить «быстрые вдохи» с движениями, проводится индивидуальная работа.

Схема:

«раз» – наклон вперед, «быстрый вдох», слегка выпрямиться;

«два» – наклон вперед, «быстрый вдох»;

«три», «четыре», «пять» – исходное положение, выдох.

**III этап Развитие фонационного выдоха**

Цель: развитие фонационного (озвученного) выдоха.

**упражнение 1.** Выполнение пары «быстрых вдохов» и пропевание на выдохе гласного звука.

Исходное положение: стоя, подбородок слегка приподнят, руки на поясе, ноги почти на ширине плеч.

Инструкция: «Сейчас будем петь звук А (позже используются звуки О, У, И, Э).

Нужно не кричать, а петь красиво, долго. Делаем два вдоха: "нюх-нюх" и поем: "А-А-А..." (Логопед делает пару «быстрых вдохов» и на мягкой атаке поет звук А).

Теперь вы будете петь, а я послушаю, кто поет красиво и дольше всех.

Следите за моими руками».

Вначале рука логопеда быстро поднимается вверх, что служит сигналом к выполнению пары «быстрых вдохов», затем в процессе пения звуков рука медленно опускается.

Упражнение повторяется 3-5 раз в день на протяжении недели.

**упражнение 2.** Выполнение ротового вдоха (замена пары «быстрых вдохов» одним быстрым вдохом через рот).

Исходное положение: произвольное.

Инструкция: «Давайте представим, что к нам в комнату на цветном парашюте спустился Чебурашка. Мы обрадовались и удивились. (Логопед изображает радостное удивление, приподнимает руки, приоткрывает рот, быстро и бесшумно вдыхает ртом воздух). Давайте вместе обрадуемся и удивимся, только очень тихо, чтобы не испугать Чебурашку».

При возникновении затруднений логопед предлагает детям выполнить упражнение перед большим зеркалом.

В течение одного занятия упражнение повторяется 3-4 раза, обязательно с паузой между ними.

Упражнению обучают на протяжении недели. Предыдущее упражнение больше не выполняется.

**упражнение 3.** Выполнение ротового вдоха при поднятии рук вверх и пропевание на выдохе гласного звука А (О, У, И, Э) при медленном возвращении рук в исходное положение.

Исходное положение: стоя, подбородок слегка приподнят, руки опущены, ноги почти на ширине плеч.

Инструкция: «Сейчас мы тихо-тихо удивимся, быстро вдохнем и поднимем руки вверх.

Затем будем медленно опускать руки и петь звук .

Посмотрите и послушайте, как я пою. (Логопед показывает упражнение).

А теперь давайте споем вместе».

Некоторые дети быстро заканчивают пение гласных и опускают руки. В этом случае логопед дает дополнительную инструкцию: «Руки опускаем еще медленнее и долго красиво поем».

Упражнение повторяется 3-5 раз в день на протяжении одной недели.

**упражнение 4.** Выполнение ротового вдоха и пение на выдохе звука У с изменением 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.

Послушайте, как это у меня получится. (Логопед выполняет вдох полуоткрытым ртом вместе с движением руки вверх и на выдохе, медленно опуская руку, громко поет звук У).

А теперь вместе погудим, как большой паровоз».

Инструкция 2: «А теперь погудим тихо-тихо, как маленький паровоз.

Послушайте, как я это сделаю. (Логопед выполняет вдох полуоткрытым ртом вместе с движением руки вверх. На выдохе, медленно опуская руку, тихо поет звук У).

А теперь вместе погудим, как маленький паровоз».

Упражнение выполняют 2-3 раза в день на протяжении одной недели.

**упражнение 5.** Выполнение ротового вдоха и пение на выдохе звука и с изменением высоты голоса. Исходное положение: стоя, подбородок слегка приподнят, руки опущены, ноги почти на ширине плеч.

Инструкция 1: «Сейчас мы будем рычать, как большой медведь, низким голосом. Послушайте, как у меня это получится. (Логопед выполняет вдох полуоткрытым ртом вместе с движением руки вверх и на выдохе, медленно опуская руку, низким голосом поет звук И).

А теперь вместе порычим, как большой медведь».

Инструкция 2: «А теперь порычим, как маленький медвежонок, высоким голосом. Послушайте, как я это сделаю. (Логопед выполняет вдох полуоткрытым ртом вместе с движением руки вверх и на выдохе высоким голосом поет звук И).

А теперь вместе порычим, как маленький медвежонок».

Пропевание других гласных звуков проходит аналогичным способом.

Упражнение выполняют 2-3 раза в день на протяжении одной недели.

**упражнение 6.** Выполнение ротового вдоха и пение на выдохе ряда гласных звуков с разной интонацией.

Длительность пения не фиксируется.

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 полуоткрытым ртом вместе с движением руки вверх и на выдохе, медленно опуская руку, слитно продевает ряд гласных: АОУ).

А теперь поем вместе.

Давайте попробуем спросить на волшебном языке: "Как дела?"» (Логопед выполняет вдох полуоткрытым ртом 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.

Упражнение выполняется 3-4 раза в день на протяжении двух недель.

**упражнение 7.** Выполнение ротового вдоха и длительное пение на выдохе гласного звука. (Тренировка длительности фонационного выдоха.)

Исходное положение: произвольное.

Инструкция: «Я расскажу вам сказку, а вы внимательно ее слушайте.

Как-то раз царь зверей Лев собрал всех жителей леса на большой поляне и сказал: "Я решил устроить соревнование. Победителем станет тот, кто дольше всех сможет тянуть голосянку". Первым решил испробовать свои силы Медведь. Он вдохнул много-много воздуха и со всей силы как крикнет: "А!" Голосянка у него получилась хоть и громкая, но совсем короткая. Вторым решил участвовать в соревнованиях Волк. Он забыл вдохнуть воздух и только завыл свою голосянку: "У-у", она тут же у него и кончилась. Нужно было снова вдохнуть, а этого делать было нельзя, и Лев выгнал его. Третьей была лиса. Вы знаете, что она хитрая и умная. Лисичка вдохнула воздуха не слишком мало и не слишком много и красивым голоском стала тянуть голосянку. Она не кричала, как Медведь. И ее голосянка получилась самой длинной. Лев и все звери признали Лисичку победительницей.

Ребята, как вы думаете, почему сильный Медведь не смог тянуть голосянку? Потому что Медведь вдохнул очень много воздуха и сильно кричал. Волк забыл вдохнуть воздух перед голослнкой.А вот Лисичка все сделала правильно – вдохнула воздуха не много и не мало, не кричала, а пела красивым голоском. Сейчас мы с вами тоже устроим соревнование и будем тянуть голосянку. Послушайте, как я тяну голосянку. (Логопед быстро вдыхает воздух полуоткрытым ртом и одновременно поднимает руку ладонью вверх, затем на мягкой атаке долго поет звук А, медленно опуская руку ладонью вниз).

А теперь вы будете тянуть голосянку все вместе. Соревнование должно быть честным.

У кого голосянка закончится, больше не начинайте ее. Приготовились. Начали!»

Логопед быстрым движением руки подает детям сигнал для выполнения вдоха. При этом логопед слегка приоткрывает свой рот. В процессе пения логопед медленно опускает руку вниз.

Постепенно у детей образуется условно-рефлекторная связь между началом вдоха и движением руки логопеда вверх. В дальнейшем быстрое движение руки вверх воспринимается детьми как невербальная инструкция к выполнению быстрого вдоха через рот.

(Упражнение выполняется 3-4 раза в день на протяжении одной недели.)

**IV этап Развитие речевого дыхания**

Цель: развитие собственного речевого дыхания.

(Каждое упражнение длится не более пяти минут и повторяется 3-4 раза в день.)

Примерная продолжительность этапа пять недель.

**Первый комплекс упражнений**

Упражнения первого комплекса выполняются в течение одной недели и заключаются в пропевании различных слогов.

**упражнение 1.** Выполнение ротового вдоха и на выдохе произнесение нараспев слога.

1.        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 и т.д.)

2.        Используются слоги, которые будут входить в состав слов, «пропеваемых» при изучении второго комплекса упражнений (КА, КО, КИ, ЛА, ЛО и т.д.)

Исходное положение: стоя, подбородок слегка приподнят, руки опущены, ноги почти на ширине плеч (или произвольное).

Инструкция: «Сейчас мы будем произносить волшебные слоги.

Волшебные они потому, что из них образуются слова.

Послушайте, как я произнесу волшебный 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».

**Второй комплекс упражнений**

Второй комплекс упражнений выполняется в течение двух недель.

**упражнение 1.** Выполнение ротового вдоха и на выдохе произнесение нараспев двусложного слова (по слогам).

Используются слова: МАМА, МИЛА, МЫЛА, НОТЫ, КОНИ, ДЕТИ и т.д.

Исходное положение: стоя, подбородок слегка приподнят, руки опущены, ноги почти на ширине плеч (или произвольное).

Инструкция: «Сейчас мы будем составлять из волшебных 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 пропевается 4-5 раз.

**упражнение 2.** Выполнение ротового вдоха и на выдохе произнесение нараспев трехсложного слова (по слогам).

Используются слова: МАЛИНА, КАЛИНА, МАШИНА, КУБИКИ, ЗАПЕЛИ и т.д.

Исходное положение: стоя, подбородок слегка приподнят, руки опущены, ноги почти на ширине плеч (или произвольное).

Инструкция: аналогична инструкции, данной в предыдущем упражнении.

**Третий комплекс упражнений**

Третий комплекс упражнений выполняется в течение одной недели.

**упражнение 1.** 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» и т.д.

Исходное положение: стоя, подбородок слегка приподнят, руки опущены, ноги почти на ширине плеч (или произвольное).

Инструкция: «Сейчас мы произнесем одно из слов, которое изучали раньше, затем присоединим к нему второе слово и будет фраза. Получится, словно паровозик с вагончиком едут вместе.

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».

**упражнение 2.** 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» и т.д.

Исходное положение: стоя, подбородок слегка приподнят, руки опущены, ноги почти на ширине плеч (или произвольное).

Инструкция: «А теперь мы будем присоединять к паровозику новые вагончики-слова».

Логопед, называя каждое слово «вагончиком», рисует на доске схему:



Логопед, указывая рукой на каждый «вагончик», проговаривает фразу:



Затем логопед проговаривает текст слитно и плавно, быстро поднимая руку перед началом произнесения фразы (вдох полуоткрытым ртом) и опуская медленно руку к концу фразы (выдох):



Теперь все вместе говорим:



*(СНОСКА: Символ указывает на вдох с одновременным подъемом руки вверх. Символ указывает на выдох с одновременным опусканием руки)*

Введение в упражнение новой фразы предваряется инструкцией: «А теперь также плавно и слитно скажем: "МИЛА ЕЛА КАШУ"».

**упражнение 3.** 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» и т.д.

Исходное положение: стоя, подбородок слегка приподнят, руки опущены, ноги почти на ширине плеч (или произвольное).

Инструкция: аналогична данной в предыдущем упражнении.

Логопед проговаривает фразу, например:



И зарисовывает на доске ее схему:

**Четвертый комплекс упражнений**

Четвертый комплекс упражнений выполняется в течение одной недели.

Детям предлагается не просто повторять фразу совместно с логопедом или вслед за ним по данному образцу и схеме, а самостоятельно заканчивать предложение, называя предъявленную предметную картинку.

Все упражнения построены аналогично, но вначале меняются только предметные картинки, позже меняются отдельные слова во фразе, а затем – фраза целиком.

Например: «Маша ела кашу и банан», «Маша ела кашу и салат», «Мила ела кашу и банан», «Мама шила шубу и пальто» и т.д.

**упражнения.** Выполнение ротового вдоха и на выдохе произнесение нараспев фразы, состоящей из четырех слов с соединительным союзом И.

Исходное положение: стоя, подбородок слегка приподнят, руки опущены, ноги почти на ширине плеч (или произвольное).

Инструкция: «Посмотрите на схему. Произнесите вслед за мной: "МИЛА ЕЛА КАШУ"».

На доске рисуется схема:



Логопед прикрепляет в конце схемы картинку с изображением груши (банана и пр.) или демонстрирует муляжи. Схема приобретает следующий вид:



Логопед продолжает: «Что нарисовано на картинке? Правильно, груша. А теперь послушайте, как я скажу: МАША ЕЛА КАШУ И ГРУШУ . (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».

В дальнейшем картинки заменяются и дети произносят фразу с новым словом самостоятельно.

**Пятый комплекс упражнений**

Пятый комплекс упражнений выполняется в течение двух недель.

**упражнение 1.** Произнесение нараспев двух стихотворных фраз по схеме.

Используются строфы известных детям стихотворений А. Барто, С. Маршака, С. Михалкова и др.

Исходное положение: произвольное.

Логопед проговаривает фразы, например:

«Наша Таня громко плачет,

Уронила в речку мячик»

и зарисовывает на доске их схемы (место каждого слова в схеме указывается):





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.)

Дети сопряженно с логопедом произносят фразы 2-3 раза, а затем повторяют их самостоятельно – по сигналу логопеда (подъем руки).

**упражнение 2.** Произнесение нараспев четырех стихотворных фраз по схеме.

Используются известные детям стихотворения или отрывки из них.

Исходное положение: произвольное.

Логопед проговаривает фразы, например:

«Наша Таня громко плачет,

Уронила в речку мячик.

Тише, Танечка, не плачь,

Не утонет в речке мяч»

И зарисовывает на доске их схемы (место каждого слова в схеме указывается):



Инструкция: «Сейчас мы будем продолжать разучивать стихи. Обратите внимание на то, что теперь у нас четыре паровозика, и они едут друг за другом. (Соотнося каждое слово со схемой, логопед произносит каждую строку стихотворного текста, выполняя перед началом каждой строки быстрый ротовой вдох и подъем руки.)

А теперь произнесем все вместе:



Тренировка произнесения стихотворных текстов продолжается на логопедических занятиях и дома. Рекомендуется разучивание новых стихотворений, проговаривание стихотворных текстов при маршировании, под музыку и пр.

**V этап Развитие речевого дыхания в процессе произнесения прозаического текста**

Цель этапа: тренировка речевого дыхания в процессе произнесения прозаического текста.

Примерная продолжительность этапа – четыре недели.

**упражнение 1.** Произнесение двух фраз прозаического текста по схеме.

Исходное положение: произвольное.

Логопед проговаривает фразы, например:

«Это яблоко. Яблоко большое и красное.»

И зарисовывает на доске их схемы (место каждого слова в схеме указывается):



Инструкция: «Сейчас мы будем вместе говорить о яблоке. Обратите внимание на схему и послушайте меня». (Логопед выполняет ротовой вдох с одновременным быстрым движением руки вверх, а на выдохе опускает руку и произносит первую фразу.)

«Это яблоко». (Небольшая пауза: 1-2 сек.)

«Яблоко большое и красное».

Теперь произнесем все вместе по моему знаку:



После того как дети вместе с логопедом четко выполнят упражнение, можно перейти к самостоятельному (не сопряженному) произнесению текста по сигналу логопеда.

**упражнение 2.** Произнесение трех-четырех фраз прозаического текста по схеме.

Исходное положение: произвольное.

Логопед проговаривает фразы, например:

«Это яблоко. Яблоко большое и красное. Оно сочное и сладкое.»

И зарисовывает на доске их схемы (место каждого слова в схеме указывается).

Инструкция: «А теперь мы более подробно расскажем о яблоке:



(Соотнося каждое слово со схемой, логопед произносит текст, выполняя перед началом каждой фразы быстрый ротовой вдох и подъем руки.) Теперь произнесем все вместе».

При выборе текстов необходимо учитывать возраст и речевые возможности детей.

**упражнение 3.** Произнесение прозаического текста, каждую фразу которого необходимо закончить, называя экстренно предъявленный предмет или предметную картинку.

Исходное положение: произвольное.

Инструкция: «Сейчас вы будете подбирать слово и сами заканчивать фразу: "НА СТОЛЕ ЛЕЖАТ ЯБЛОКО И ..." (Логопед показывает грушу. Дети хором отвечают: "ГРУША".)»

**упражнение 4.** Самостоятельное проговаривание текста при предъявлении картинного или предметного материала (фрукты, овощи и т.п.).

Исходное положение: произвольное.

Инструкция: «Сейчас каждый из вас перечислит, что лежит на столе.

Перечислять будете по моему сигналу. Вова, ты начинаешь. Будь внимателен. (Логопед взмахивает рукой, и ребенок начинает называть картинки или предметы. Логопед плавно опускает руку по мере проговаривания ребенком слов.)

Варьирование текста и постепенный переход на самостоятельное высказывание способствуют автоматизации речевого дыхания.

Все этапы развития диафрагмального, фонационного и речевого дыхания соотносятся с планом работы логопеда, воспитателя группы, музыкального руководителя, преподавателя физической культуры и ритмики.