**Этапы работы по формированию правильного речевого дыхания у детей с ринолалией.**

Формирование речевого дыхания проводится на протяжении всей работы с ребенком. Наиболее продуктивным для формирования правильной речи является диафрагмальное (нижнереберное) дыхание. Поэтому, вначале обучения необходимо определить вид физиологического дыхания ребенка, положив свою ладонь на боковую поверхность выше его талии. Если дыхание ребенка нижнереберное, логопед приспосабливает свое дыхание к ритму его дыхания и начинает работу. Если же у ребенка верхнеключичное или грудное дыхание, следует попытаться вызвать нижнереберное дыхание по подражанию. Для этого можно приложить ладонь ребенка к себе на бок и проверить своей ладонью его дыхание. Ребенок, ощущая при вдохе движение ребер логопеда и подражая ему, переключается на нижнереберное дыхание. При этом типе дыхания полностью расширяется грудная полость, максимально вентилируются все участки легких. Напряжение нижних межреберных мышц позволяет удерживать диафрагму в сокращенном состоянии, что ведет к спокойному, равномерному выдоху, незаметному для окружающих, что в свою очередь опосредованно снижает утечку воздуха через нос.



1. **Формированием только длительного ротового выдоха.**

**Упражнения:**

“Дуем на свечу” - стараемся сохранить ровность (*равномерность*) выдоха, чтобы воображаемая свеча не потухла.

«Понюхаем цветок»

“Испугайся” – упражнение полезно ***для развития опоры дыхания, диафрагмы, мышц брюшного пресса***.

«Сдуем ватку с ладошки»

Упражнение «Поясок»
Исходное положение: встать прямо, сжать кулаки, прижать их к поясу.
В момент короткого шумного вдоха носом с силой толкнуть кулаки к полу, как будто что-то сбрасывая с рук. Во время толчка кулаки разжать, пальцы растопырить. На выдохе вернуться в исходное положение.

Упражнение «Ладошки»
Исходное положение: встать прямо, поднять ладошки на уровень лица, локти опустить.
Делать короткий, шумный, активный вдох носом и одновременно сжимать кулаки. Выдох плавный, свободный через нос или рот, пальцы разжать, кисти рук расслабить.

При ротовом выдохе кончик языка нужно удерживать у нижних резцов, рот открывать как при позевывании. При этом корень языка должен быть опущен. Если передвижение кончика языка к нижним резцам недостаточно снижает корень языка, можно временно допустить высовывание языка между зубами или нажать на корень языка шпателем (последний применяется в крайнем случае).

Правильный ротовой выдох при опущенном корне языка полностью снимает носовой оттенок в том или ином звуке, а впоследствии и во всей речи.

**2.** **Дифференциация ротового и носового выдохов.**

В результате выполнения упражнений ребенок должен научиться ощущать разницу в направлении воздушной струи. Цель этих упражнений — в процессе разучивания различных видов вдоха и выдоха закрепить диафрагмальный вдох и постепенный спокойный выдох. Кроме того, эти упражнения закладывают основы ритма речевого дыхания с паузой после вдоха. Для работы над дыханием на данном этапе созданы три комплекса упражнений.

После отработки первого комплекса необходимо последовательно переходить к следующим.
Главная особенность этих комплексов - сочетание дыхательных упражнений с работой артикуляционного и голосового аппаратов, что способствует развитию координации между дыханием, голосом и артикуляцией.

1. **Формирование фиксированного выдоха**

 **Первый комплекс** направлен на формирование фиксированных (плавных) выдохов через нос или рот и их чередований. Фиксированный выдох необходим для произнесения фрикативных (щелевых) согласных звуков - «ф», «в», «с», «з», «ш», «ж», «щ», «х».

Упражнения:

* Широко открыть рот и спокойно подышать носом.
* Закрыть одну ноздрю средним пальцем - вдох. Плавный выдох через другую ноздрю. Попеременно закрывать то левую, то правую ноздрю.
* Вдох через слегка сомкнутые губы, плавный выдох через нос сначала без голоса, затем с голосом (м…).
* Вдох широко открытым ртом, плавный выдох носом (рот не закрывать).
* Вдох носом, плавный выдох ртом (рот широко открыть, язык на нижних зубах - как греют руки) сначала без голоса, затем с голосом (а…).
* Вдох носом, плавный выдох через неплотно сомкнутые губы (ф…).
* Вдох через нос, плавный выдох через углы рта, сначала через правый, затем через левый.
* Вдох через нос, выдох - высунуть язык (он должен быть расслаблен), поднять к верхней губе, подуть на нос (сдувать ватку с носа).
1. **Формирование форсированного выдоха**

**Второй комплекс** предназначен для овладения форсированным (толчкообразным) выдохом через нос или рот и чередованием одного и другого. Форсированный выдох необходим для произнесения взрывных (смычных) согласных звуков - «п», «б», «т», «д», «к», «г».

**Упражнения:**

2. Формирование форсированного выдоха
2.1. Вдох - носом, выдох через нос толчками.

 2.2. Вдох носом, выдох через неплотно сомкнутые губы толчкообразно, прерывисто, делая короткие промежутки (ф! ф! ф!).
2.3. Рот широко открыть, высунуть язык, вдох и выдох ртом толчкообразно, прерывисто (как дышит собака).
2.4. Вдох широко открытым ртом, толчкообразный выдох носом (рот не закрывать).
2.5. Вдох через слегка сомкнутые губы, толчкообразный выдох через нос сначала без голоса, затем с голосом (м! м! м!).
2.6. Вдох через нос, толчкообразный выдох через углы рта, сначала через правый, затем через левый.
2.7. Губы трубочкой вытянуты вперед. Вдох носом, толчкообразный выдох через «трубочку» (у! у! у!).

1. **Формирование умения сочетать фиксированный и форсированный выдохи**

**Третий комплекс** должен помочь научиться сочетать фиксированный и форсированный выдохи. Это необходимо для произнесения аффрикат («ц», «ч») и групп согласных звуков разного способа образования («тс», «пл», «вр» и т.д.).

* Вдох носом, удлиненный выдох с усилением в конце (ф… ф! ф!).
* Вдох носом, толчкообразный выдох, в конце переходящий в плавный выдох (ф! ф! ф…).
* Губы трубочкой вытянуты вперед. Вдох носом, удлиненный выдох через «трубочку» с усилением в конце (у… у! у!).
* Губы трубочкой вытянуты вперед. Вдох носом, толчкообразный выдох, в конце переходящий в плавный выдох (у! у! у…).
* Вдох через слегка сомкнутые губы, удлиненный выдох через нос с усилением в конце с голосом (м… м! м!).
* Вдох через слегка сомкнутые губы, толчкообразный выдох, в конце переходящий в плавный выдох (м! м! м…).
* Губы в улыбке. Вдох носом, удлиненный выдох через рот
(с… с! с!).
* Губы в улыбке. Вдох носом, толчкообразный выдох, в конце переходящий в плавный выдох (с! с! с…).
* Вдох носом. Длительно произносить звук «ш» с усилением в конце (ш… ш! ш!). Вдох носом. Кратко произносить звук «ш», удлинить выдох в конце произнесения (ш! ш! ш…).

**3)Формирование речевого дыхания имеет большое значение для плавности речи.**

Работа на данном этапе проводится последовательно. Сначала осуществляется распределение выдоха в процессе речи, а потом - добор воздуха.

Распределение выдоха заключается в овладении умением сознательно делить объем выдыхаемого воздуха на равномерные отрезки. Четкое распределение выдоха необходимо для правильного членения фразы на интонационно-смысловые единицы речи - синтагмы

**Упражнения:**

1. Сделав полный вдох, на выдохе произносить словосочетания:

па, папа, папапа, папапапа;

папо, папопу, папопупы, папопупыпэ;

папапопопупу, папапапопопопупупу;

фаф, фаф, фаф.

Слогосочетания сначала следует произносить равноударно, ритмично, отрывисто. Затем сделать ударение на первый слог, последовательно перемещая его на второй, третий.
- сделав полный вдох, посчитать на выдохе. Счет может быть прямым (один, два, три, четыре), обратным ( пять, четыре, три, два, один).
- по аналогии с упражнением 2 перечислять дни недели, названия месяцев, времена года.
Добор воздуха необходим для того, чтобы ребенок быстро, энергично, а главное, незаметно для слушателей пополнял запас воздуха в каждой удобной паузе. Упражнения сначала рекомендуется проводить с использованием детских считалочек. Затем добор закрепляется на материале стихотворений. При отработке речевого дыхания на материале скороговорок и стихотворных текстов сначала необходимо их заучить, только потом можно переходить к тренировкам. Вдыхать новую порцию воздуха необходимо после каждой строки, сохраняя связность текста. Для самоконтроля ладонь ребенка должна лежать на грудной клетке, ощущая ее подъем при вдохе.

- Произносить считалочку в умеренном темпе, равномерно распределяя выдох на порции по три слова.
Как на горке , на пригорке (вдох)
Стоят тридцать три Егорки( вдох)
Один Егорка, два Егорка (вдох)
Три Егорка, четыре Егорка (вдох)
- Чтение стихотворений.
Среди белых голубей ( вдох)
Вот летает воробей ( вдох)
Откликайся, не робей ( вдох)
Вылетай – ка, воробей !

Шли семеро стариков (вдох),
Говорили старики про горох (вдох).
Первый говорит: «Горох хорош!»
(Вдох.)
Второй говорит: «Горох хорош!» (Вдох.)
Третий говорит: «Горох хорош!» (Вдох.)
и т.д. до конца счета.

- Наращивание слов в предложении.
Падает снег.
Тихо падает снег.
Тихо падает бел снег.
Рациональное использование ротового выдоха способствует яркости, четкости и разборчивости речи, развитию мелодичности и звучности голоса.

В работе использовалась методика А.Г. Ипполитовой.

Еще одним важным этапом при работе с детьми, страдающими ринолалией , является работа по активизации мышц мягкого неба в послеоперационный период. Для этого применяют следующие упражнения:

1. Позевывать с широким открыванием рта, шумным втягиванием воздуха.
2. Произвольно покашливать.

Хорошо откашляться с широко открытым ртом, с силой сжимая кулаки. Покашливать с высунутым языком.

1. Произносить гласные на твердой атаке: А, О, Э, У.
2. «Сосем витаминку», глотаем слюнку.
3. Храпение на вдохе и выдохе.
4. Подражание дыханию собачки.

В работе использовалась методика Л.С. Волковой

Учитель-логопед: Шишигина О.А.