**Развитие речевого дыхания у детей с заиканием.**

Первоначально развитие речи у заикающихся детей (понимание и активное пользование ею) чаще всего происходит так же, как и у нормально говорящих сверстников. Отдельные слова у них появляются в возрасте около одного года, фраза – к двум годам. Заикание, как правило, возникает в период овладения фразовой речью, примерно от двух до четырех лет.

В большинстве случаев заикание наступает постепенно, начинаясь с легкой прерывистости речи по типу физиологических затруднений, сопровождающих переход к фразовой речи. В благоприятных условиях прерывистость речи быстро исчезает, уступая место нормальной регуляции речевого акта. В неблагоприятных условиях прерывистость речи усиливается, переходя в заикание. Причиной заикания нередко становится усиленное развитие речи, поощряемое родителями, заучивание и пересказ не по годам сложного речевого материала, ранние выступления при посторонних, воспитание детей без учёта особенностей их нервной системы.

При наличии нормального объема активного словаря и достаточной сформированности грамматического строя речь дошкольников изобилует вставными словами и звуками: ну, вот, как его, и, э и др. В самостоятельных развернутых высказываниях часто встречаются незаконченные предложения, неточные, приближенные по смыслу ответы на вопросы, часто их рассказы бывают непоследовательными. Подробно описывая малозначащие детали, дети упускают главное содержание мысли. Некоторые заикающиеся говорят в более быстром темпе по сравнению со своими незаикающимися сверстниками. Довольно часто заикание сопровождается сопутствующими или насильственными движениями (подергиванием век, морганием, постукиванием пальцами, притопыванием и т. д.).

Одним из постоянных признаков заикания является нарушение речевого дыхания. Помимо возможности появления судорожной активности в мышцах дыхательного аппарата, нарушение речевого дыхания у детей с заиканием выражается в следующих показателях:

- недостаточный объем выдыхаемого воздуха перед началом речевого высказывания;

- укороченный речевой выдох;

- несформированность координаторных механизмов между речевым дыханием и фонацией.

Нарушение речевого дыхания порождает прерывистость, судорожность речи. Вдох может быть слишком коротким, как и выдох. У детей с заиканием в момент эмоционального возбуждения речевое дыхание становится аритмичным. Часто объема выдыхаемого воздуха не хватает на произношение целой фразы, речь прерывается, а в середине слова делается судорожный вдох. Часто заикающиеся вообще говорят на вдохе или на задержанном дыхании. Неправильным считается дыхание, в процессе которого происходит подъем грудной клетки и втягивание живота на вдохе. Плохая осанка также играет серьезную роль в затруднении дыхания. Устранить эти затруднения помогает регулярное выполнение дыхательных упражнений.

Работа по формированию речевого дыхания включает в себя следующие этапы:

- расширение физиологических возможностей дыхательного аппарата (постановка диафрагмально-реберного дыхания и формирование длительного выдоха через рот),

- формирование длительного фонационного выдоха,

- формирование речевого выдоха.

Для тренировки диафрагмального дыхания, его силы и длительности используют различные игровые приемы. При этом должны быть учтены следующие **методические указания:**

1. Дыхательные упражнения должны быть организованы таким образом, чтобы ребенок не фиксировал внимание на процессе вдоха и выдоха.

2. Для детей дошкольного возраста дыхательные упражнения организуются в виде игры так, чтобы ребенок непроизвольно мог сделать более глубокий вдох и более длительный выдох.

3. Все упражнения на тренировку речевого дыхания связаны с выполнением двух основных движений: руки из положения «в стороны» движутся «кпереди» с обхватом грудной клетки, или из положения «вверху» движутся вниз. Движения корпусом, как правило, связаны с наклоном вниз или в стороны.

4. Большинство упражнений для детей дошкольного возраста включают выдох с артикуляцией согласных (в основном щелевых) или фонацией гласных звуков, что позволяет логопеду на слух контролировать длительность и непрерывность выдоха, а в дальнейшем формирует у ребенка обратную биологическую связь.

Заикающийся находится в положении лежа на спине. Рука ребенка лежит на верхней части живота (диафрагмальная область). Внимание ребенка обращается на то, что его живот «хорошо дышит». Можно положить на живот игрушку для привлечения внимания. Это упражнение длится в среднем 2-3 минуты. Упражнение должно выполняться без усилий, чтобы избежать гипервентиляции и повышения мышечного тонуса. После того, как натренировано движение диафрагмы в положении лежа, надо повторить то же упражнение в положении стоя: положить руку на область диафрагмы и сделать вдох, рука должна ощутить то же движение, что и в положении лежа. Полезно также проверить “глазом”, как изменяется объем грудной клетки. Заикающиеся встают перед большим зеркалом, чтобы понаблюдать за дыхательными движениями грудной клетки. Обращается внимание на то, что во время вдоха плечи не должны подниматься.

**«Покатай карандаш».**

Ребенку предлагается вдохнуть через нос и, выдыхая через рот, прокатить по столу круглый карандаш.

**«Листья шелестят».**

Предлагаются полоски тонкой зеленой бумаги, вырезанные в виде листочков и прикрепленные к «ветке». По сигналу «подул ветерок» ребенок плавно дует на листья так, чтобы они отклонились и зашелестели.

**«Снежинки летят».**

На ниточки прикрепляются легкие кусочки ваты или вырезанные из тонкой бумаги снежинки. Ребенку предлагается длительно подуть на них по сигналу «снежинки летят».

**«Загнать мяч в ворота».**

Вытянуть губы вперед трубочкой и плавно дуть на ватный или поролоновый шарик (диаметром 2-3 см), лежащий на столе перед малышом, загоняя его между двумя кубиками или любыми другими подходящими предметами. (Это «футбольные ворота».).

**«Ветряная мельница».**

Для этой игры необходима игрушка-мельница из песочного набора или вертушка. Ребенок дует на лопасти игрушки, взрослый сопровождает действия малыша стихотворным текстом:

«Ветер, ветер, ты могуч, ты гоняешь стаи туч!»

**«Бабочки»**

Вырезать из бумаги маленьких бабочек и подвесить их на нитках. Предложить ребенку дуть на бабочек так, чтобы они летали.

**«Запусти кораблик»**

Налить в ванну или таз воду, пустить на воду легкий кораблик и дуть на него, чтобы он плыл.

**«Задуй свечку»**

Дети держат полоски бумаги на расстоянии около 10 см от губ. Детям предлагается медленно и тихо подуть на «свечу» так, чтобы пламя «свечи» отклонилось.

**«Лопнула шина»**

Дети разводят руки перед собой, изображая круг – «шину». На выдохе произносят медленно звук «ш-ш-ш». Руки при этом медленно скрещиваются так, что правая рука ложится на левое плечо и наоборот. Грудная клетка в момент выдоха легко сжимается. Занимая исходное положение, дети делают непроизвольно вдох.

**«Накачать шину»**

Детям предлагают накачать «лопнувшую шину». Они сжимают перед грудью руки в кулаки, взяв воображаемую ручку насоса. Медленный наклон вперед сопровождается выдохом на звук «с-с-с». При выпрямлении вдох производится непроизвольно.

**«Воздушный шар»**

Выполнение упражнения аналогично упражнению «Лопнула шина», но во время выдоха дети произносят звук «ф-ф-ф».

**«Жук жужжит»**

Руки поднять в стороны и немного отвести назад словно крылья. Выдыхая, дети произносят «ж-ж-ж», опуская руки вниз. Занимая исходное положение, дети делают непроизвольно вдох.

**«Ворона»**

Исходное положение: руки поднять через стороны вверх. Медленно опуская руки и приседая, дети произносят протяжно «К-а-а-а-р». Занимая исходное положение, дети делают непроизвольно вдох.

**«Гуси»**

Исходное положение: руки поставить на пояс. Медленно наклонить туловище вперед, не опуская голову вниз. Произнести протяжно «Г-а-а-а». Принимая исходное положение, производится вдох.

В дальнейшем диафрагмальный тип дыхания надо тренировать при выполнении физических упражнений (ходьба, наклоны и повороты туловища и пр.).

Одной из распространенных ошибок в работе по формированию речевого дыхания является чрезмерное наполнение легких воздухом во время вдоха. Слишком большой вдох создает излишнее напряжение дыхательных мышц, создает условия для гипервентиляции.

Следующим этапом работы является развитие длительного фонационного выдоха. Формирование фонационного выдоха является основой для развития координаторных взаимоотношений между дыханием, голосом и артикуляцией. Во избежание фиксации внимания на процессе вдоха инструкция должна касаться только длительности произнесения звука.

Как правило, тренировка фонационного выдоха начинается с длительного звучания гласных. После того как заикающиеся освоят длительное произнесение одного гласного на выдохе, предлагается произнести слитно сочетание их двух гласных на одном выдохе: А\_\_\_\_\_\_ О\_\_\_\_\_\_. Постепенно наращивается количество гласных звуков, произносимых на одном выдохе в следующем порядке: А – О – У – И (эталон гласных звуков). Данный этап работы может проводиться уже в период молчания или охранительного речевого режима.

Диафрагмальный вдох и выдох во время выполнения этих упражнений заикающийся может контролировать ладонью, положенной на область диафрагмы. Помимо слухового контроля длительность фонационного выдоха можно контролировать плавным движением руки.

**Список литературы:**

1. Выгодская И.Г., Пеллингер Е.Л, Успенская Л.П. Устранение заикания у дошкольников в игровых ситуациях. - М.: Просвещение. - 1993.

2. Морозова Н.Ю. Как преодолеть заикание.- Эксмо-пресс. - 2002.

3. Одинцова Т.С. Заикание у детей. - Ростов-на-Дону. - Феникс. - 2000.

4. Поварова И.А. Коррекция заикания в играх и тренингах. - С-Пб.: Союз. - 2001.