**Экспериментальная работа**

**по выявлению особенностей развития речевого дыхания у дошкольников**

**и воспитанию правильного речевого дыхания**

**у дошкольников с нарушениями речи**

**Содержание**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  | стр. |
| I часть | Теоретические основы особенностей развития речевого дыхания у дошкольников | 2-4 |
| II часть | Констатирующий эксперимент по обследованию внеречевого и речевого выдоха | 4-7 |
| III часть | Работа по воспитанию у детей правильного речевого дыхания (формирующий эксперимент) | 7-9 |
|  | Приложения | 10-12 |
|  | Список использованной литературы | 13 |

**I часть**

**Теоретические основы особенностей**

**развития речевого дыхания у дошкольников**

Речевое дыхание дошкольников резко отличается от речевого дыхания взрослых: оно характеризуется слабостью дыхательной мускулатуры, малым объемом легких. Многие дети пользуются верхнегрудным дыханием, часто совершают вдох с резким поднятием плеч. Некоторые дети не умеют рационально расходовать воздух в процессе речевого высказывания, нередко добирают воздух почти перед каждым словом.

Известно, какую важную функцию в жизнедеятельности человеческого организма выполняет дыхание. Но, кроме своей основной физиологической функции — осуществления газообмена (поглощения, из атмосферы кислорода и выделения в нее углекислоты), дыхание обеспечивает еще и такую функцию, как речевое дыхание. Под речевым дыханием понимается способность человека в процессе высказывания своевременно производить короткий, достаточно глубокий вдох и рационально расходовать воздух при выдохе. Правильное речевое дыхание дает возможность при меньшей затрате мышечной энергии речевого аппарата добиваться максимума звучности, более экономно расходовать воздух.

Речевое дыхание — основа звучащей речи, источник образования звуков, голоса. Оно обеспечивает нормальное голосообразование, правильное усвоение звуков, способно изменять силу их звучания, помогает верно соблюдать паузы, сохранять плавность речи, менять громкость, использовать речевую мелодику (Г. В. Артоболевский, 3. В. Савкова, М. И, Фомичев, М. Е. Хватцев, Э. М. Чарели). Э. М. Чарели указывает: от правильного речевого дыхания «зависит красота и легкость речевого голоса, его сила, богатство динамических эффектов, музыкальность речи». «Правильное использование дыхания в речи,— пишет Г. В. Артоболевский,— заключается, во-первых, в экономном и равномерном расходовании воздуха, во-вторых, в своевременном и незаметном наполнении запаса его (на паузах)». В исследованиях 3. В. Савковой отмечается, что речевое (фонационное) дыхание дает не только энергию для голоса, но и принимает активное участие для выравнивания силы звучания звуков. В качестве примера Савкова предлагает произносить гласные звуки «а» и «и». При произнесении звука «и» будет более сильное напряжение в области диафрагмы, так как он возьмет больше энергии, чтобы «не отстать» в громкости звучания по сравнению с произнесением звука «а». Такое «выравнивание» звуков речи, по мнению Савковой,— необходимое условие ее разборчивости.

Развитие речевого дыхания зависит от правильного функционирования физиологического дыхания, хотя последнее от речевого отличается тем, что в процессе высказывания после вдоха, который чаще всего осуществляется одновременно через рот и нос, следует пауза, а затем плавный выдох (при физиологическом дыхании после вдоха сразу следует выдох, а потом пауза). Речевое дыхание осуществляется произвольно, неречевое — автоматически. При речевом дыхании выдох в зависимости от содержания высказывания может быть то короче, то длиннее; вдох осуществляется одним импульсом, выдох — несколькими и постоянно меняется по своей силе. Речевое дыхание оказывает влияние на плавность звучания речи. При этом оно часто зависит не от количества воздуха, взятого в момент вдоха, а от умения рационально расходовать его в процессе говорения.

Достаточная продолжительность выдоха обеспечивает нормальную длительность звучания голоса. Чтобы сохранить его плавность, легкость и длительность, необходимо не только рационально расходовать воздух в процессе высказывания, но и своевременно добирать его. В процессе речи выдох происходит в основном через рот, он несколько замедлен, значительно продолжительнее, чем вдох (при физиологическом дыхании вдох и выдох совершаются только через нос). При физиологическом дыхании, как считают В. Г. Ермолаев, Н. Ф. Лебедева, В. П. Морозов, отношение продолжительности вдоха и выдоха колеблется в пределах от 1:1 до 1:2; во время пения или разговора продолжительность фазы выдоха может быть длиннее фазы, вдоха в 12, 20 и даже 30 раз. При этом дыхание во время пения и разговора осуществляется одновременно через нос и через рот. О. В. Правдина указывает на такое же соотношение 1:20, 1:30, но считает, что вдох будет происходить главным образом через рот (путь вдыхаемого воздуха через рот короче и шире, чем через нос, поэтому происходит быстрее и незаметнее).

Звуки речи образуются при определенном положении артикуляционного аппарата, при соответствующих движениях языка, губ, мягкого нёба. Речевой выдох — необходимое условие для произношения звуков. В зависимости от того, куда направлена воздушная струя — в ротовую или носовую полость, звуки будут (при одинаковой установке артикуляционного аппарата) звучать по-разному: «м, мь», «н, нь» — при прохождении воздуха через носовую полость; «б, бь», «д, дь» — при выходе воздушной струи через рот. При произнесении фрикативных звуков «с», «ш», «ж» и др. требуется достаточно длительный выдох через рот. Чтобы привести в колебание кончик языка при произнесении звуков «р», «рь», нужна сильная воздушная струя.

Важный момент в овладении правильным речевым дыханием — это вопрос о том, каким типом дыхания пользуется человек во время речевого высказывания. Физиологи различают и выделяют три основных типа дыхания: грудной, брюшной и смешанный. В настоящее время большинство исследователей для нормального звучания речи отдают предпочтение смешанному типу, дыхания, т. е. такому, при котором легкое вентилируется равномерно во всех частях, и этот тип дыхания следует расценивать как наиболее выгодный для организма. Грудная клетка при этом типе дыхания расширяется равномерно.

До XIX века старая итальянская школа, уделяя огромное внимание певческому дыханию, не требовала выполнения каких-то правил, хотя и отдавала предпочтение грудному типу дыхания. Французская школа пения придерживалась в то время того же взгляда. Певцам предлагали производить достаточной глубины вдох, при котором плавно расширялась грудная клетка, стенки живота при этом оставались в неподвижном состоянии. Вдох рекомендовали производить плавно, постепенно, экономно.

Вокальное искусство, достигшее в прошлом столетии значительного развития, постепенно изменяет взгляд на использование типа дыхания при пении. Преподаватели начинают отдавать предпочтение реберно-диафрагматическому или смешанному типу дыхания, предлагая совершать вдох экономно, задерживая его при помощи мышц живота. Этой же точки зрения начинает придерживаться и русское вокальное искусство.

В настоящее время учащихся и студентов учат правильно пользоваться смешанным типом дыхания. Этот тип дыхания, как отмечают Э. М. Чарели, А. Н. Островский, выгодно отличается от других типов, так как осуществляется за счет «активной работы всей дыхательной мускулатуры, обеспечивает одновременное функционирование мышц грудной клетки и брюшного пресса», тогда как при грудном типе дыхания при недостаточной активности мышц брюшного пресса и диафрагмы создается препятствие длительному и ровному выдоху, что ведет к утомлению голоса; при брюшном типе дыхания — недостаточная подвижность верхнего и среднего отделов грудной клетки ухудшает качество звучания звука.

**II часть**

**Констатирующий эксперимент**

**по обследованию внеречевого и речевого выдоха**

Задача эксперимента состояла в следующем: установить длительность и силу выдоха у детей трёх возрастных групп, выявить умение рационально расходовать воздух при произнесении гласных звуков, определить, какое количество слов (слогов) дети способны произнести на одном выдохе. ***Эксперимент включал несколько заданий***.

**Суть первого**: выявить длительность и силу внеречевого выдоха. Дети должны были произнести выдох через рот. Чтобы увлечь их, разыгрывали ситуацию: как можно дольше дуть на ватку (снежинку). Время выдоха фиксировали с помощью секундомера. Силу выдоха, умение целенаправленно посылать воздушную струю определяли в ходе игры «Дует ветер». По заданию следовало подуть на «лыжника» так, чтобы он как можно дальше переместился по гладкой поверхности стола (как дуть, показывал экспериментатор). Путь, преодолённый «лыжником, измеряли линейкой.

**Суть второго задания**: выявить длительность произнесения гласных звуков на одном выдохе. Дети должны были как можно дольше на одном выдохе произнести звуки «а», «у», «и», наиболее контрастные по артикуляционным и акустическим свойствам. По заданию следовало как можно дольше спеть колыбельную песенку (произнести звук «а»), песенку паровоза (звук «у), ослика (звук «и»). Время звучания звуков (выдоха) фиксировали с помощью секундомера. Кроме того, соревнуясь, распевая песенку («Кто дольше споет песенку»), дети учились произносить гласные звуки.

**Третье задание** — на материале стихотворения А. Барто «Наша Таня» (включает 17 слов или 30 слогов), чистоговорки «Сидит еж у елки, у ежа иголки» (содержит 7 слов или 12 слогов) — помогало установить, какое количество слов (слогов) могут произнести дошкольники на одном выдохе. Наблюдая, фиксировалось, когда ребенок добирает воздух, делает вдох в процессе речевого высказывания..

Учитывая, что произносимые слова могут быть различны по протяженности (короткие — длинные), при анализе одновременно подсчитывалось количество слогов, произносимых ребенком на одном выдохе (иными словами, за единицу измерения брались слова и слоги).

***Результаты обследования внеречевого выдоха***

*Средняя группа*. Длительность внеречевого выдоха составила 3,2 секунды: от 1,5 до 2 секунд — у 4 детей; от 3—4 секунд — у 9; 5 секунд — у 4 детей. Звук «а» дети произносили в среднем в течение 3,9 секунды, звук «у» — 5,1 секунды, звук «и» — 5,5 секунды. В этой группе отметилась следующая закономерность: дети, которые дольше дули на ватку, дольше воспроизводили и гласные звуки, но звук «а» произносили несколько короче.

*Старшая группа*. Внеречевой выдох составлял в среднем 4,5 с: (от 3—4 секунд — 5 детей, 5 секунд – 5 детей, 6—9 секунд — 6 детей), звук «а» дети произносили в среднем в течение 5,2 с, звук «у» — 6 секунд, звук «и» — 6,2 с.

*Подготовительная к школе группа.* Обследовано 17 детей. В среднем дети свободно совершали выдох в течение 5,7 секунды (от 3—4 секунд — 7 детей, 5 секунд – 5 детей, 6—9 секунд — 5 детей).

Примечательно, что при длительном произнесении звуков у некоторых детей дрожал голос, чувствовалась прерывистость в произнесении, что свидетельствовало: дети по возможности пытались использовать почти весь воздух, находящийся в легких.

***Результаты обследования речевого выдоха***

Проверка количества слов (слогов), которые дети могли произносить на одном выдохе без дополнительного добора воздуха (3-е задание), показала:

*В средней группе* при чтении стихотворения А.Барто «Наша Таня громко плачет» дети сделали в среднем 4,6 вдоха: 4 вдоха — 5 детей, 5 вдохов — 6 детей, при проговаривании чистоговорки — 1,6; 1 вдох — 4 детей, 2 вдоха — 4. Читая стихотворение, дети, как правило, совершали вдох перед каждой новой строкой, причем многие начинали свое высказывание на остаточном выдохе, т. е. перед чтением не делали вдоха. Но что примечательно, для произнесения 4—5 слов детям не хватало воздуха, так как в конце чтения они вновь его добирали. Некоторые же ребята, читая стихотворение, перед словами «не плачь» делали паузы, добирая воздух для дальнейшего высказывания (Тише, Танечка, / не плачь!/ ...).

Полностью чистоговорку на одном выдохе могли воспроизвести 7 детей.

*В старшей группе* при чтении стихотворения потребовалось в среднем 4,3 вдоха: 3 вдоха сделали 4 детей, 4 вдоха —5 детей, 5 — 6 детей, 6 вдохов — 2. При проговаривании чистоговорки — 1,2: 1 вдох — 13 ребёнок, 2 вдоха — 4 детей.

*В подготовительной группе* при чтении стихотворения сделали в среднем 3,9 вдоха: 3 вдоха — 7 детей; 4 вдоха — 8детей; 5, 6 вдохов — по одному ребенку; при воспроизведении чистоговорки — 1,1 вдоха.

Прежде чем приступить к обучающему эксперименту, мы попытались выяснить, могут ли дошкольники без специальных занятий и тренировок увеличить выдох воздуха (по предложению педагога сделай глубокий вдох, а потом как можно дольше подуй в трубочку, подуй на шарик, произнеси звук. В средней и старшей группах мы предложили ребятам дуть в трубочку, один конец которой находился в банке с водой.

**Результаты**: в средней группе дети выдыхали воздух в трубочку — 3,4 секунды, в старшей — 4,2 секунды. Наводящая установка педагога показала: специальные занятия с детьми увеличивают продолжительность выдоха (в средней группе — 4,1, в старшей — 5,4 секунды). Удлинение выдоха у детей мы наблюдали и при произнесении гласных звуков, изменялись положительно показатели и в ходе соревнований (разыгрывалась игра «Кто дольше погудит паровозиком»). Выдох в этом случае почти у всех детей был дольше примерно на 1 — 1,5 секунды и более.

Итак, подытожим все вышесказанное: с возрастом у детей выдох, как внеречевой, так и речевой, становится более продолжительным. Внеречевой выдох, как правило, короче выдоха, совершаемого в процессе произнесения гласных звуков. В процессе фонации расходуется воздух более рационально, нежели при свободном выдохе: звук «а» воспроизводится несколько короче звуков «у», «и». Выдох, внеречевой и при фонации звуков, увеличивается, если детям дают установку («Сделай глубокий вдох и подуй как можно дольше», «Произнеси как можно дольше»). Чем старше дети, тем больше слов они способны воспроизводить на одном выдохе.

Обследование речевого дыхания показало: выдох у детей более младшего возраста короче в сравнении со старшими детьми и значительно уступает взрослым. Дети не всегда перед началом говорения делают вдох и нередко начинают свою речь с остаточного выдоха. Поэтому *задача формирующего эксперимента была таковой: путем специально подобранных игр и упражнений попытаться преодолеть у детей возрастные трудности, т. е. попытаться увеличить длительность и силу внеречевого выдоха и выдоха в процессе фонации звуков, произнесения слов и фраз.*

*Результаты констатирующего эксперимента представлены в виде диаграмм (см. Приложения 1,2)*

**III часть**

**Работа по воспитанию у детей правильного речевого дыхания**

**(формирующий эксперимент)**

***Время проведения эксперимента – февраль-май 2022г.***

Работа по воспитанию у детей правильного речевого дыханияосуществлялась в процессе общего речевого развития: дыхательные упражнения проводили в разные режимные моменты — на занятиях по речевой гимнастике (сразу после утренней), по развитию речи (на физкультминутке, при уточнении произношения изолированных звуков), вне занятий (игры и тренировочные упражнения). Особое внимание уделяли тем детям, у кого дыхание в покое неровное, поверхностное.

В работе по воспитанию речевого дыхания в экспериментальной группе использовали такие методические приемы, как образец, упражнения, дидактические игры.

Цель дыхательных упражнений — увеличить жизненную емкость легких, научить детей быстро, бесшумно производить вдох и рационально, плавно расходовать воздух на выдохе.

Работа по воспитанию вне- и речевого дыхания вели поэтапно. Сначала детей учили спокойно, достаточно глубоко вдыхать и плавно, протяжно выдыхать воздух без произнесения звуков (работа над внеречевым дыханием), затем рационально, экономно производить выдох в процессе фонации звуков при произнесении слов и фраз (работа над речевым дыханием). Обучая детей внеречевому дыханию, учили их производить быстрый вдох и плавно, равномерно выдыхать воздух с различной силой (сдувать с руки снежинки, ватку, дуть на султанчики (тонкие полоски бумажек), греть ладошки, дуть на подвешенные к нитке легкие бумажные бабочки, птички, на одуванчики), широко использовали дидактические игры «Лыжники», «Ветер», «Погрей ладошки», «Прожорливые фрукты», «Футбол», «Мыльные пузыри», особое внимание уделялось рисованию воздушными фломастерами «Blopens».

В средней и старшей группах в игровой форме предлагали задания (задувать в ворота легкие шарики — игра «Попади в ворота», включали элементы соревнования — кто дольше сможет подуть на «листики деревьев», у кого дальше улетит снежинка; предлагали передвигать по гладкой поверхности стола легкие предметы — игры «Футбол», «Прожорливые фрукты»).

Для выработки ровного, планомерного, удлиненного выдоха организовывали игры с использованием картотеки «Развитие дыхания» («Комары и комарики», «Большие и маленькие жуки», «Кто дольше споет песенку», «Чья песенка длиннее»). Детям следовало с различной громкостью произносить протяжно звуки «а», «у», «и», «з», «ж» и др. Задания давали на речевых занятиях в процессе уточнения и закрепления звуков. Особое внимание обращали на правильность произнесения на одном выдохе нескольких звуков, добиваясь одинаковой длительности их произнесения, без добора воздуха, плавного перехода от одного звука к другому: а---------- у -----------, у ------------ и -----------, з ---------- ж -----------. В ходе дидактических игр и упражнений по воспитанию внеречевого выдоха внимание детей постоянно фиксировали на его длительности, а при произнесении звуков — на равномерности и плавности их произнесения. В старших группах игры и упражнения усложняли, например, проводили игры соревновательного характера («Кто дольше подует», «Чей лыжник убежит дальше», «Кто дольше пропоет», «У кого дольше гудит самолет» и др.).

Дыхательные упражнения проводили в хорошо проветренной комнате не ранее, чем через 1,5—2 часа после еды. Следили, чтобы одежда не стесняла ребенка, чтобы вдох он производил без напряжения, плавно, не поднимая плеч, не втягивая живот при выдохе. Длительность упражнений: для среднего и старшего дошкольного возраста — 3—5 мин.

Для выработки речевого дыхания предлагали детям, кроме фонации звуков, произносить на одном выдохе небольшие по объему шутки-чистоговорки, небольшие фразы в качестве ответов на вопросы по картине. Следили за тем, чтобы дети произносили слова на одном выдохе, а фразы, состоящие из 6—7 и более слов, членили на речевые отрезки, правильно распределяя паузы с учетом содержания текста. В качестве речевого материала использовали потешки, короткие стихотворения.

Результаты педагогического эксперимента показали: работа, направленная на развитие дыхания, дает положительный эффект — увеличивает длительность и силу внеречевого выдоха, оказывает влияние на воспитание речевого дыхания, возможность дольше воспроизводить звуки речи, больше слов произносить на одном выдохе. (*см.Приложение 3)*

Итак, речевое дыхание является произвольным, сознательным актом. Оно управляется и контролируется говорящим. В процессе развития ребенка совершенствуется физиологическое дыхание, развивается речевое дыхание. При педагогическом воздействии овладение правильным дыханием идет быстрее; раньше происходит удлинение и усиление внеречевого выдоха, удлинение выдоха в процессе фонации звуков, что дает возможность произносить больше слов на одном выдохе; создаются условия для правильного использования выдоха в процессе речевого высказывания.

Приложение 1

**Результаты констатирующего эксперимента**

**(обследование внеречевого выдоха**

**в игре «Дует ветер» с бумажным лыжником)**

*Средняя группа*. Длительность внеречевого выдоха составила 3,2 секунды: от 1,5 до 2 секунд — у 5 детей; от 3—4 секунд — у 8; 5 секунд — у 4 детей

*Старшая группа*. Внеречевой выдох составлял в среднем 4,5 с: (от 3—4 секунд — 5 детей, 5 секунд – 6 детей, 6—9 секунд — 6 детей),

*Подготовительная к школе группа.* Обследовано 17 детей. В среднем дети свободно совершали выдох в течение 5,7 секунды (от 3—4 секунд — 5 детей, 5 секунд – 6 детей, 6—9 секунд — 6 детей).

Приложение 2

**Результаты констатирующего эксперимента**

**(обследование речевого выдоха**

**на материале прочтения стихотворения А.Барто «Наша Таня…»)**

|  |
| --- |
|  |

*В средней группе* при чтении стихотворения А.Барто «Наша Таня громко плачет» дети сделали в среднем 4,6 вдоха: 4 вдоха — 6 детей, 5 вдохов — 11 детей.

*В старшей группе* при чтении стихотворения потребовалось в среднем 4,3 вдоха: 3 вдоха сделали 4 детей, 4 вдоха — 5 детей, 5 — 6 детей, 6 вдохов — 2.

*В подготовительной группе* при чтении стихотворения сделали в среднем 3,9 вдоха: 3 вдоха —6 детей; 4 вдоха — 12 детей; 5, 6 вдохов — по одному ребенку.

Приложение 3

**Результаты формирующего эксперимента**

**(в сравнении с констатирующим)**

*Средняя группа*. Длительность внеречевого выдоха в констатирующем эксперименте в среднем составила 3,2 секунды; после формирующего эксперимента – в среднем 4,7 сек.

*Старшая группа*. Длительность внеречевого выдоха в констатирующем эксперименте в среднем составила 4,5 секунды; после формирующего эксперимента – в среднем 5,1 сек.

*Подготовительная к школе группа.* Длительность внеречевого выдоха в констатирующем эксперименте в среднем составила 5,7 секунды; после формирующего эксперимента – в среднем 6,3 сек.

**Список использованной литературы**

1. Белякова Л.И., Гончарова Н.Н., Шишкова Т.Г.. Методика развития речевого дыхания у дошкольников с нарушениями речи. – М.: Книголюб, 2004.
2. Белякова Л.И., Дьякова Е.А.. Логопедия. Заикание.-М., 1998.
3. Максаков А.И. Воспитание звуковой культуры речи у дошкольников. Пособие для педагогов дошкольных учреждений. 2-е изд.- М.: Мозаика-Синтез, 2005.
4. Максаков А. И. Правильно ли говорит ваш ребенок. — М., Мозаика-Синтез, 2005.
5. Максаков А. И., Фомичева М. Ф. Звуковая культура речи./ В кн.: Развитие речи детей дошкольного возраста / Под ред. Ф. А. Сохина.— М., 1984.
6. Понятийно– терминологический словарь логопеда / Под ред. В.И.Селиверстова.– М.: ВЛАДОС, 1997.
7. Селиверстов В.И.. Речевые игры с детьми.– М., 1994.
8. Семенова Н.А.. Дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой.– М.– СПб., 2003.
9. Соловьева Е.Н.. Путь к преодолению заикания. Система занятий.– СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2002.
10. Фомичева М.Ф. Воспитание у детей правильного произношения.– М, 1998.
11. Хватцев М.Е.. Логопедия (работа с дошкольниками). – М. – СПб, 1996.
12. Чарели Э.М., Козлянинова И.П.. Речевой голос и его воспитание. – М –, 1985.