

# Применение вокальных приемов в логопедической практике

В последние годы отмечается увеличение количества детей, имеющих нарушение речи. Нарушение речи, преодолевается как педагогическими методами, включающими специальное обучение и коррекционно-воспитательные мероприятия, так и медицинскими средствами воздействия. Подразумевается не только медикаментозное лечение, но и некоторые нетрадиционные виды терапии, например, с помощью музыки и движения.

В конце XIX века начался этап экспериментально – физиологических исследований в этой области. Ученые доказали, что под действием музыки у ребёнка изменяется тонус мышц, ускоряются сердечные сокращения, снижается давление. Во время слушания музыки у детей меняется электрическая активность клеток мозга, улучшается память

Именно музыка, музыкальное воспитание может оказать большую помощь в коррекционной работе. Под влиянием музыки, музыкальных упражнений и игр при условии использования правильно подобранных приемов положительно развиваются психические процессы и свойства личности, чище и грамотнее становится речь.

Логопедия тесно связана с вокалом, так как речевые и певческие функции голосового аппарата тесно связаны между собой. Поэтому, элементы вокала в логопедии, как вспомогательное средство, применяется достаточно часто в коррекции речевых нарушений.

Все психические процессы – память, внимание, воображение, мышление развиваются с прямым участием речи. Поэтому устранение речевых дефектов очень важно для нормального развития человека

Вокальные упражнения благотворно влияют на устранение таких видов логопедических нарушений, как дисфония, дислалия, ринофония, и др., если только они не связаны с анатомическими нарушениями артикуляционного аппарата.

Логопедическая работа часто направлена на снятие напряжения, зажатости, активизацию работы речевого аппарата (губ, языка). В этих случаях вокал приносит большую пользу.

Известный логопед С.Л. Гаптапова рекомендовала вокальные занятия, как составную часть комплексной логопедической терапии.

Также вокальные упражнения применяются при коррекции нарушений темпа речи (некоторые виды тахилалии – ускоренная речь). Замечено, что заикающиеся при разговоре люди, при пении не заикаются. В комплексном подходе к преодолению легкой и средней степени заикания, отмечается благотворное влияние занятием вокалом.

Вокал по своей физиологической сути тесно смыкается с фонопедией и фонотерпией. Специальный комплекс занятий пением может иметь лечебно-

терапевтическое воздействие на некоторые виды дисфонии и фонастении. А позитивный, эмоциональный настрой, возникающий при выполнении вокальных упражнений, благотворно влияет на общий психологический тонус всей нервной системы, что очень полезно при коррекции речевых расстройств.

Занимаясь вокальными упражнениями можно решить множество речевых проблем у детей с ТНР и добиться следующих задач:

1. Формирование у детей правильного речевого дыхания
2. Формирование навыка выразительной речи
3. Формирование навыка интонационной речи
4. Формирование у детей навыков правильного и естественного звукоизвлечения, правильной артикуляции, четкой дикции.

Пение способствует развитию речевых процессов, оказывает влияние на артикуляторную и общую моторику, память.

Актуальность темы не вызывает сомнений, так как использование пения в логопедической коррекции положительно влияет на детей, страдающих нарушением речи.

Обучение пению и вокалу развивает голос и слух ребенка, раскрывает его творческий потенциал, способствует хорошему настроению и избавляет от замкнутости и чувства неуверенности. Кроме того, дети учатся правильно дышать и четко произносить слова.

Известно, что музыка и пение являются важнейшим средством формирования здорового человека, что образование начинается с музыки.

Исполнение песен улучшает произношение и практику разговорной речи.

Тренируя дикцию, можно справиться с таким дефектом, как заикание.

Поэтому роль пения и вокала при совершенствовании речевых функций трудно переоценить.

Помимо этого, дети, которые поют, гораздо реже болеют, кроме того, пение снимает стресс, дает человеку расслабиться. Пение развивает владение речью, устраняет речевые проблемы у детей с ТНР.

С учетом всех особенностей построения коррекционных занятий, их организацией и планированием, анализ логопедических исследований, показывает результативность, межпредметной связи коррекционных занятий – музыки и логопедии.

Привожу основные вокальные упражнения и игры, которые я использую в работе над преодолением ТНР у детей.

### **Упражнения, применяемые в вокальной практике, для снятия мышечного напряжения, зажатости:**

Эти простые упражнения используются политиками, актерами, дикторами и людьми всех публичных профессий уже много десятилетий. Они знают - занятия сценической речью помогают раскрыть природный голос и

расширить его диапазон, сделать голос более привлекательным, звучным для слушателя.

Упражнение 1. «Почувствуй вибрацию» Поколачивание кулаком в области грудной клетки. Произносим звук «М» с ЗАКРЫТЫМ ртом. Получится «ММММММММ». Таким образом, мы активизируем область груди и живота. Вы точно делаете все правильно, если почувствуете легкие вибрации в теле. Для проверки своих ощущений приложите руки к животу и груди. Продолжая «мычать» постукивайте себя кулачками по всему телу. Так вы еще больше расшевелите свои резонаторы.

Вибрационный массаж заключается в поколачивании крыльев носа с одновременным произнесением звука *м*.

Также аналогичные упражнения можно производить и с гласными звуками. Встаньте перед зеркалом. Сделайте выдох, затем вдох и произнесите каждый звук до тех пор, пока у вас хватит дыхания. Итак, вдохните и начинайте:

Иииииииииии (звук и способствует улучшению кровообращения)

Эээээээээээээээ (активизирует область шеи и горла)

Аааааааааааааа (благоприятно воздействует на область грудной клетки)

Оооооооооооооо (усиливает кровоснабжение сердца)

Уууууууууууууууу (оказывает положительное влияние на весь организм)

Эти упражнения можно можно выполнять с одновременным легким поколачиванием кулаками в области грудной клетки.

Упражнение 2. Массаж лицевой мускулатуры со звуками *в, з*.

На выдохе произносим звуки *вввв...* «Пылесос» -имитируем звук пылесоса, *зззз* «Комарик» ..., одновременно поколачивая подушечками пальцев мышцы над верхней губой и под нижней губой. Массаж активизирует движения лицевой мускулатуры, улучшает мимику лица, вырабатывает дыхательную опору. Вслед за массажем ребенок учится самостоятельно морщить лоб, нос, хмуриться, сдвигать брови, надувать щеки, улыбаться. Все эти упражнения улучшают окраску голоса, его силу и тембр, так как, по данным физиологии, работа мимических мышц, раздражения кожи лица повышают тонус голосовых мышц.

Ребенку с нарушением речи при наличии определенных двигательных навыков легче передать характер музыки в движении, чем описать его словами.

Основная направленность работы по музыкальному движению – психологическое раскрепощение ребенка через освоение своего собственного тела как выразительного (“музыкального”) инструмента.

Для правильной постановки корпуса и дыхательного аппарата нам помогут занимательные *упражнения на освобождение мышц*.

*Упражнение «Штангист».* Станьте прямо, поднимите руки перед собой. Сожмите пальцы в кулаки и напрягите мышцы рук. Через 3-4 сек расслабьте мышцы. Руки свободно падают вниз.

*Упражнение «Саженец».* Представьте, что вы-маленькое молодое деревце-саженец, которое посадили в землю. Стойте ровно, подняв вверх руки-веточки. Ощутите, как плотно прилегает земля к корням и стволу саженца (ноги и туловище напряжены). Только веточки (голова и обе руки) тянутся к солнышку и свободно поворачиваются вслед за ним.

*Упражнение «Марионетка».* Марионетка- это деревянная кукла на ниточках. Представьте, что вы такая кукла. К голове, рукам и ногам у вас привязаны шелковые нити, которые заставляют выполнять то или иное движение руками, ногами или головой. Ваши мышцы то напрягаются (ниточки натягиваются), то полностью расслабляются.

*Упражнение «Подсолнушек».* Представьте, что вы вдруг превратились в подсолнух. Позвоночник-это крепкий стебель подсолнуха, он не дает ему согнуться или наклониться. Стойте ровно, но не напрягайтесь. Руки –листья и голова подсолнушка могут свободно двигаться и поворачиваться то вправо, то влево «за солнышком».

*Упражнение «С колышком».* Представьте, что у вас на плечах лежит колышек. Походите с воображаемым колышком по комнате. Поворачивайтесь в разные стороны, но не забывайте о нем. Повторите упражнение несколько раз: то снимайте, то снова «надевайте» свое тело на колышек.

Упражнения на освобождения мышц выполняют и со звуками.

*Упражнение «Устал»* Исходное положение: ноги на ширине плеч, руки опущены. При вдохе встаньте на носки, поднимая руки вверх в стороны. На выдохе резко наклонитесь вперед со словом «ух!». Не разгибаясь, еще трижды наклонитесь, выдохнув остальной воздух: Ух! ух! ух!

*Упражнение «Больной»* Освободим мышцы шеи. Сделайте вдох. На выдохе голова расслабленно «перекатывается» со звуками «с», «ж» или «н».

*Упражнение «Слабость».* Сделав вдох, выполняйте на выдохе свободные вращения корпусом с одновременным произношением звуков с, ш, ж, ф, н, м по очереди. Эти упражнения помогают преодолевать «мышечные зажимы».

# Игры на формирование правильного дыхания

Работая с «дизартриками» не стоит забывать, что нарушение речевого дыхания является постоянным сопутствующим признаком дизартрии, проявляющееся в недостаточности объема вдыхаемого воздуха перед началом речевого высказывания, несформированностью между речевым дыханием. Особое значение имеет сформированность речевого выдоха, который оказывает большое влияние на организацию плавной речи. Поскольку у «дизартриков» наиболее часто встречается недостаточно регулярное, поверхностное дыхание, которое сопровождается излишним напряжением мышц грудной клетки, особенно мышц верхнего плечевого пояса, то оптимальным условием является проведение постановки смешанного дыхания при дизартрии в состоянии релаксации, на фоне мышечного расслабления. Для тренировки быстрого, бесшумного вдоха носом и длительного выдоха ртом очень полезно использовать в работе вокальное дыхание- короткий вдох, долгий выдох и умение правильно направить выдыхаемый воздух.

Приемы, используемые на занятиях вокальными упражнениями, помогают корректировать моторный механизм нарушенного произношения путем артикуляционной гимнастики-активизируют сокращение губных мышц, мягкого неба и работу языка.

На начальном этапе коррекции дыхания при дизартрии формирование смешанного типа дыхания рекомендуется проводить в положении лежа, так как все мышцы расслабляются и необходимый нам тип дыхания устанавливается автоматически.

Упражнение 1. Для воспитания навыков правильного полного вдоха. Выполняются лежа, сидя, стоя.

Сделав предварительный глубокий выдох, плавно и неторопливо вдохнуть носом так, чтобы верхняя передняя стенка живота выпятилась вперед, поднимая Вашу руку (книгу в положении лежа). Грудная клетка, контролируемая другой рукой, должна оставаться в покое. Выдох производить плавно, через рот и по возможности полнее. При этом живот опускается и в конце выдоха втягивается.

То же самое в положении сидя, стоя упражнение «Гармошка». Объясняем ребенку, как будто мы играем на гармошке. При вдохе ребрышки в сторону расходятся, при выдохе-исходное положение.

«Ароматный цветок» Дети на полянке срывают цветочек. Коротко, но глубоко вдыхают его аромат. Необходимо следить, чтобы дети вдыхали носом, а выдыхали ртом.

### «Надуваем шарик»

*Упражнение также способствует формированию короткого и глубокого вдоха.*

Ставим руки возле губ – это импровизированный шарик. Делаем вдох носом и медленно ртом вдыхаем его в «шарик». Дуть надо осторожно, не торопясь, чтобы шарик не лопнул.

У кого получится дуть дольше всех и надуть большой шарик, тот и выиграл.

Упражнение 2. Для воспитания навыков правильного выдоха. Также в исходном положении лежа, сидя и стоя. После спокойного вдоха сделать плавный выдох через рот. Вначале с «фиксированным выдохом» с мысленным счетом, затем с произнесением звуков сsss, xxx, ффф.

### «Игра со свечкой» (с бумажным пособием по дыханию)

Дуем на «пламя» свечки тихо и медленно, чтобы она не погасла. Дома, индивидуально, под контролем взрослых, дуем на настоящую свечу. Дуем медленно и тихо, чтобы она не погасла. Стараемся дуть и не потушить свечу.

### «Шарик лопнул»

Встать ровно, в руках (между ладошек) держать воображаемый шарик. Но шарик оказался с дыркой. И он начинает сдуваться. На звук «С-С-С-С» шарик медленно сдувается. Задача детей – максимально экономить выдох, постепенно приближая ладони друг к другу (шарик уменьшается).

### «Ныряльщики»

Ныряем под воду.

Вдох носом, и сразу же зажимаем его пальцами, приседаем на корточки, и потихоньку выдыхаем. У кого дыхание закончилось – «всплывает» на поверхность воды (поднимается на ноги).

Проговаривание отдельных фраз – прекрасное упражнение, которое не только способствует исправлению речевых дефектов, но и тренирует дыхательный аппарат. Ребенок учится так регулировать дыхание, чтобы распределить выдох на всю фразу, не делать дополнительного вдоха до ее окончания. То есть он учится соизмерять глубину и частоту вдохов с фразами музыкальной речи.

## Упражнения для развития дикции и артикуляции.

У детей младшего школьного возраста артикуляционный аппарат, в который входят губы, язык, челюсти, гортань с голосовыми связками, зубы, часто работает слабо, он скован, зажат. Серьезным тормозом в работе над артикуляцией являются напряженные движения языка, малоподвижные губы. Голосовой аппарат очень хрупок. Голос находится в самой первоначальной стадии развития и непрерывного роста. Но именно в это время, занятия вокалом обеспечивают наибольшую эффективность исправления речевых нарушений. Артикуляция при пении во многом отличается от обычной речи. В целом певческая артикуляция значительно активнее речевой. При речевом произношении энергичнее и быстрее работают внешние органы артикуляционного аппарата (губы, нижняя челюсть), а при певческом - внутренние (язык, глотка, мягкое небо), причем работа артикуляционных органов при пении происходит замедленно за счет растягивания гласных. Согласные в пении формируются так же, как и в речи, но произносятся более активно и четко. Общеизвестно, что формирование согласных, в отличие от гласных, сопряжено с возникновением какой-либо преграды на пути тока воздуха в речевом тракте. Основное правило дикции в пении - быстрое и четкое формирование согласных и максимальная протяженность гласных. Это обеспечивается, прежде всего, активной работой мускулатуры артикуляционного аппарата, главным образом щечных губных мышц, а также кончика языка. Как и всякие мышцы, их нужно тренировать при помощи специальных упражнений.

Первое упражнение. Состоит в сильном, активном произнесении согласных звуков в определенной последовательности. Необходимо обращать внимание на прекращение звука, чтобы не происходило дополнительного озвученного выброса воздуха («В-в-в-ы», «З-з-з-ы»).

Второе упражнение. Последовательность гласных, которые произносятся без видимых движение губ и челюстей. Для детей это упражнение называется «Страшная сказка», так как последовательность гласных звуков можно рассматривать как псевдослова, которые складываются в псевдо-фразы.

## Упражнения для тренировки мышц глотки, жевательных-артикуляционных мышц и подвижности нижней челюсти

Особое внимание вокалисты уделяют тренировке мышц нижней челюсти и глотки. Так как челюсть должна быть подвижной, а внутри ротовой полости необходим объем для правильного звукоизвлечения. Так как у многих дизартриков отмечается гнусавость, язык «стоит горбом», то целесообразно использовать следующее упражнение: необходимо высунуть язык, сделать кончик узким и направить его назад к маленькому язычку. Язык как бы сложится вдвое, а корень языка утопится. Мысленно произнесите гласные [а], [е], [у], максимально растягивайте глотку в ширь.

Используется также упражнение «Скрипучая дверь». Расслабление связок при помощи легкого скрипа. Упражнение похоже на то, как скрипит дверь или, когда мы утром просыпаемся и у нас с утра легкий скрип в голосе.

Мышцы жевательной мускулатуры — парные. Движения идентичных мышц выполняются одновременно, и их работа напрямую зависит друг от друга. Эти мышцы — короткие. Амплитуда их движения мала. Они быстро утомляются, особенно при нарушении функции височно-нижнечелюстного сустава, так как нагрузка на них (речь, пережевывание еды) больше, чем на другие мышцы тела. От состояния функции этого сустава зависит участие зубочелюстной системы в актах жевания, мимики, речеобразования. Дозировка упражнений должна быть строго индивидуальной, в зависимости от речевой патологии ребенка. Предложите ребенку выполнить следующие упражнения:

1. Голову держать прямо, губы — без напряжения, зубы не обнажать. Раскрывать и закрывать рот произвольно, а затем — с преодолением сопротивления рук (кулачки под нижней челюстью).
2. Выполнять движения нижней челюстью вперед-назад произвольно, затем — сильно нажимая на нижний зубной ряд языком и оттягивая его назад.
3. Производить свободные движения нижней челюстью вправо и влево. Затем делать то же упражнение, но язык при этом должен с силой упираться в челюсть, помогая движению.
4. Медленно раскрывать рот. Медленно его закрывая, перемещать



челюсть в сторону, противоположную от неправильного положения этой челюсти (при косых функциональных прикусах).

5. Открыть рот, расположить указательный и средний пальцы руки (или резиновые соски, трубочки, надетые на палочки) на зубах в боковых участках нижней челюсти. Закрывать рот, руками оказывая сопротивление.

6. Губы сжать. Имитировать жевательные движения.

7. Открыть рот. Подбородком «рисовать» круг (движения влево и вправо). Затем выполнять те же упражнения с закрытым ртом. Следить, чтобы не возникало содружественных круговых движений головой.

Можно подключить звуковые упражнения. Предложите ребенку:

1. Произносить звукосочетания (например, БАЙ, МАЙ, ДАЙ, ТАЙ). При выговаривании каждого из них медленно отклонять голову назад и пальцами рук удерживать по возможности подбородок в прямом положении (создается некоторое сопротивление в мышцах челюсти и шеи).

2. Медленно опускать голову до соприкосновения подбородка с верхней частью грудины, произнося при этом несколько раз звукосочетание МА; затем поднять голову и произнести то же звукосочетание.

3. Медленно поворачивая голову, доставать подбородком поочередно то правое, то левое плечо, произнося при этом звукосочетания: ЧАЙ, КАЙ, ДАЙ, ПАЙ (на звук Й касаться плеча).

Одновременно с массажем проводится артикуляционная гимнастика, дифференцированная для различных частей артикуляционного аппарата. Каждое артикуляционное движение проводится четко и неторопливо перед зеркалом, с соблюдением определенного ритма (под счет).

Примерные артикуляционные упражнения:

**1. Движения языка:**

- 1) высовывание языка,
- 2) повороты его вправо-влево,
- 3) облизывание кончиком языка верхней и нижней губы
- 4) укладывание языка за верхнюю и нижнюю губу, «щелкание» языком,
- 5) укрепление кончика и корня языка при произнесении звуков *т — к*.

**2. Движения губ:**

- 1) вытягивание губ вперед «трубочкой»,
- 2) складывание губ «кружочком»,
- 3) растягивание губ в стороны (улыбка),
- 4) укрепление губ при произнесении звука *п-п-п-п* (беззвучно).

**3. Движение челюстей: открывание и закрывание рта, опускание нижней челюсти, имитация жевания.** В процессе жевания происходит энергичное сокращение мускулов гортани, глотки, неба, языка, губ.

*a* на твердой атаке, при этом внимание ребенка фиксируется на умении поднять и удержать в таком положении нёбную занавеску (перед зеркалом, под счет).

**4. Расслабление мышц шеи:** опускание головы вниз, запрокидывание назад, повороты головы вправо-влево; в дальнейшем эти движения сочетаются с произнесением звуков *и—э — о — у —а -ы*.

## Логоритмические упражнения

Для занятий с детьми больше всего подходит логоритмика (тесная связь музыки, слова и движения), в процессе которой активизируется словарный запас, отрабатываются поставленные звуки, закрепляется лексический материал, развивается мышечная активность и чувство ритма следующими средствами:

-Музыкально-ритмические движения и речевые игры со словом;

Вот несколько примеров логоритмических упражнений:

### ДЕРЕВЦО

Дует ветер нам в лицо,

(махать руками, ладошками к себе)

Закачалось деревцо

(руки подняты, покачивания туловищем из стороны в сторону)

Ветерок все тише-тише,

(плавно опустить руки)

Деревцо все выше- выше

(поднять руки и тянуться вверх)

### Бабочка

Спал цветок

(исходное положение: присесть, спрятав голову в колени, и обхватив колени руками)

И вдруг проснулся

(поднять голову, выпрямить руки; затем опустить руки вдоль тела)

Больше спать не захотел.

Шевельнулся. Потянулся,

Взвился вверх и полетел

(выпрямить спину, подняться; слегка покачаться вправо-влево; отвести руки назад – «вырастают крылья»)

Солнце утром лишь проснется-

Бабочка кружит и вьется.

(«летать», имитируя движения бабочки) и др.

## **Постановка и автоматизация поставленных звуков через вокальные композиции**

Использование авторских методик Е. С. Железновой, Т.С. Овчинниковой, Н.В.Нищевой. Логопедические песенки. Простые хорошо срифмованные стишки и музыкальное сопровождение. При помощи логопедических распевок, направленных на автоматизацию звуков и четкость речи, можно корректировать речь ребенка. Сначала отрабатываются произношение гласных звуков, затем выговариваются слоги с трудными согласными с, з, ш, ж, ч, щ, ц, л, р и , наконец, поставленные звуки дифференцируются.

Роль пения при совершенствовании речевых функций трудно переоценить. Особенно это относится к детям: чем раньше ребенок с нарушениями речи начнет петь, тем больше у него будет шансов навсегда распрощаться с этими проблемами.

И предлагаю для проведения консультаций с обучающимися экспресс – зарядку эффективного оратора, которая представлена в комплексе с артикуляционной и дыхательной гимнастикой и позволяет подготовиться к любой коммуникации.

## ИСПОЛЬЗОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Волкова Л. С. Логопедия. Изд. Просвещение, 1995
2. Вильсон Д. К. «Нарушение голоса у детей». - М.: Медицина, 1990
3. Фомичева М. Ф. Воспитание у детей правильного произношения, М.: Просвещение, 1989
4. Лапшин В. Л. Основы дефектологии, М.; Просвещение, 1990
5. Хватцев М.К. Логопедия «Дельта», г. Санкт-Петербург: «Аквариум» Москва М.: 1996
6. Емельянов В.В. Развитие голоса, г.Санкт-Петербург. Государственная консерватория им. Н. А. Римского-Корсакова 1996 - Фонопедический метод развития голоса. Методическая разработка. Областной институт усовершенствования учителей.
7. Успенский Л. В. Культура речи. М.: Знание, 1986
8. Чарелли З. М. Тайны нашего голоса. - Екатеринбург, 1992
9. Бугаева З. Н. Развитие устной речи и дикции. - Москва: ЗАО «БАО-ПРЕСС», 2005
10. Поварова И. А. Учимся говорить правильно и красиво. – Санкт – Петербург: Союз,1999
11. Асташина И.В. Логопедические игры и упражнения для детей. - М.: ООО Группа Компаний «РИПОЛ классик», ООО Издательство «ДОМ. XXI век», 2008. -189 с.
12. Ткаченко Т.А. Логопедические упражнения. - М.:Издательство «Эксмо»,2005. -224 с.
13. Косинова Е.М. Уроки логопеда. Игры для развития речи. - М.: Издательство «Эксмо», 2008
14. Саричева Е. Ф. Техника сценической речи. - М.: Искусство,1955
15. Козлянинова И.П. Произношение и дикция. - М.,2006
16. Запорожец Т.И. Логика сценической речи. - М.,2002
17. Шевелев Н.Н. Логика речи. - М.,1959
18. Винокур Г.О. Русское сценическое произношение. - М., 1997
19. Вербовая Н.П., Головина О.М., Урнова В.В. Искусство речи. - М., 1977
20. Галендеев В.Н., Кириллова Е.Н. Групповые занятия сценической речью. - Л.,1983