**Охрана речевого голоса и профилактика его нарушений**

В последнее время увеличивается процент детей, подверженных частым заболеваниям верхних дыхательных путей. А инфекции верхних дыхательных путей вызывают дисфункцию гортани. При нарушении носового дыхания ребенок дышит ртом, что приводит к высыханию слизистой голосовых складок и делает их уязвимыми к различным воздействиям. В связи с этим охрана и развитие детского голоса должны быть составной частью воспитания и обучения детей с самого раннего возраста. Ответственность за правильное становление голосовой функции в первую очередь ложится на логопедов, как специалистов в области различных форм патологии речи и голоса. Известно, что нарушения голоса могут проявляться как самостоятельные и единственные в системе коммуникации, но и не последнюю роль играет то обстоятельство, что нарушение голоса иногда является составной частью сложного речевого дефекта, устранение которого является как бы первоочередной задачей. Голос – важная черта человеческого облика, которая либо способствует активному человеческому общению, либо затрудняет его. Это значимо для каждого человека в любой ситуации. Голос, как и взгляд, наиболее непосредственно, а именно – прямо и мгновенно, передает эмоциональное состояние человека, его отношение к окружающим. Чистый, звонкий, сильный, достаточно подвижный голос имеет для устной речи такое же значение, как и правильное произношение звуков в словах, грамматически верное построение предложений. Голос дает возможность передавать информацию на значительное расстояние, обеспечивая нормальную коммуникативную деятельность. Хорошо владея и управляя им, говорящий способен донести до слушателя гораздо больше информации, полнее, точнее выразить свою мысль, свое отношение к окружающим событиям.

Основные свойства голоса – **высота, сила, тембр.**

Высота голоса характеризуется повышением и понижением тона. Смена высоты тона в процессе говорения обеспечивает интонационную выразительность речи, делает ее певучей, мягкой, мелодичной.

Сила голоса обеспечивает произнесение звуков, слов, фраз с различной громкостью. Однако сила речевого голоса не только физическое свойство, но и важный элемент мелодико – интонационного оформления устной речи.

Тембр голоса, или качественная его окраска (звонкий, глухой, тусклый, гнусавый и пр.), обеспечивается за счет присоединения к основному тону издаваемого звука добавочных тонов (обертонов), что придает речи каждого человека индивидуальное звучание. Эти свойства голоса вместе с интонацией определяют характер звукового оформления речи.

Развитие различных свойств речевого голоса следует рассматривать в координации с развитием речевого слуха, артикуляции, речевого дыхания, так как они обеспечивают возможность овладения чистым, гибким, звонким голосом, умение правильно пользоваться им в процессе высказывания.

Правильность, чистота и красота речи тесно связаны с ее мелодикой (просодикой), **интонацией**. Звучащая устная речь легко воспринимается, если она не только содержательна, правильна, но и интонационно выразительна. Роль интонации в речи огромна. Она выражает иногда больше, чем слова. Интонация – это совокупность звуковых средств языка, которые фонетически организуют речь, устанавливают смысловые отношения между частями фразы, сообщают фразе повествовательное, вопросительное или повелительное значение, позволяют говорящему выражать различные чувства. Интонация – это сложный комплекс всех выразительных средств речи, включающий мелодику, темп, ритм, фразовое и логическое ударения, а также тембр и паузы. Мелодика – повышение и понижение голоса при произнесении фразы, что придает речи разнообразные оттенки (певучесть, мягкость, нежность и т. п.) и позволяет избежать монотонности. Мелодика присутствует в каждом слове звучащей речи и оформляет ее гласные звуки, изменяясь по высоте и силе. Формально мелодика речи создается повышением и понижением голоса, паузами, силой, темпо – ритмом.

Темп – ускорение и замедление речи в зависимости от содержания высказывания и с учетом пауз между речевыми отрезками.

Ритм речи – равномерное чередование ударных и безударных слогов (их долготы и краткости, повышения и понижения голоса).

Фразовое и логическое ударения – это выделение паузами, повышением голоса, произнесение группы слов с большей напряженностью и долготой (фразовое ударение) или отдельных слов (логическое ударение) – в зависимости от :

смысла высказывания и относительной весомости образующего его понятия; - грамматического строения;

положения слова во фразе или ее отдельной части;

различных психологических моментов.

Тембр речи – звуковая окраска, отражающая экспрессивно – эмоциональные оттенки (грустный – веселый, мрачный – светлый и т. д.)

Полноценная речевая деятельность невозможна без адекватного использования средств речевого этикета. Только к вежливому человеку окружающие люди относятся всегда по-доброму. Поэтому во время занятий нужно обращать внимание детей не только на то, чтобы речь была понятной, но и на соблюдение правил общения: способы приветствия и прощания, выражения благодарности, извинения, просьбы; объяснить, что нельзя перебивать говорящего, а если это необходимо, следует извиниться.

**Работа над общими речевыми навыками.**

Устная речь – это фундамент, на котором строится вся учебная деятельность в школе.

Чистый, звонкий, сильный, достаточно подвижный голос имеет для устной речи такое же значение, как и правильное произношение звуков в словах, грамматически верное построение предложений или точное использование лексических средств. Хорошо владея и управляя им, говорящий, способен донести до слушателей гораздо больше информации, полнее, точно выразить свою мысль, свое отношение к окружающим событиям.

Голос делает речь музыкальной, неповторимой, оказывает эмоциональное воздействие – с его помощью передаются различные чувства (грусть, радость и пр.).

Хорошо развитый физический слух является непременным условием для нормального развития голоса. Даже незначительное его снижение может отрицательно сказываться на чистоте голоса. Снижение слуха ведет к искаженному восприятию голосовых проявлений окружающих, к неправильному восприятию интонационных средств.

Важная роль в овладении голосом принадлежит речевому слуху. Он обеспечивает нормальное усвоение устной речи. Дети, имеющие хорошо развитый речевой слух, не только правильно улавливают различные изменения голоса, но и точно воспроизводят все тонкости фонетического оформления звучащей речи. Овладение чистым произнесением звуков, умение правильно воспроизводить различные интонации достигаются постепенно.

Устная речь не возможна без дыхания, которое служит энергией для образования голоса. Чистота и плавность звучания голоса зависят от того, как говорящий пользуется им. Так, плавность звучания 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. Поэтому очень важно в процессе высказывания рационально расходовать воздух, своевременно добирать его, чтобы сохранить плавность, легкость и длительность звучания голоса, т.е. правильно пользоваться речевым дыханием.

Речевое дыхание дошкольников отличается от речевого дыхания взрослых. Слабость дыхательной мускулатуры, малый объем легких, наличие у многих детей верхнегрудного дыхания затрудняет нормальное голосообразование. Голос образуется путем колебания голосовых складок, приводимых в движение напором воздушной струи, контроль которого осуществляется центральной нервной системой. Многие малыши совершают вдох с резким поднятием плеч, часто почти перед каждым словом добирают воздух.

Работа по формированию правильного речевого дыхания осуществляется в процессе общего речевого развития. Особое внимание обращается на тех детей, у которых дыхание в покое поверхностное, неровное, с привлечением мышц шеи. Необходимо добиваться, чтобы дошкольники вдох совершали бесшумно, быстро (одновременно через рот и нос), выдох – плавно, немного замедленно.

Воспитание правильного речевого дыхания начинается с выработки длительного ротового выдоха, с умения экономно расходовать воздух в процессе протяжного произнесения звуков с учетом своевременного его добора.

Цель дыхательных упражнений – научить детей быстро, бесшумно производить вдох и рационально, плавно расходовать воздух на выдохе. Работа по воспитанию у детей умения регулировать и правильно пользоваться дыханием начинается с первой младшей группы и осуществляется в определенной последовательности:

обучение спокойному, короткому вдоху и свободному, плавному, удлиненному, с достаточной силой выдоху (проводится на неречевом материале);

обучение рациональному, экономному выдоху в процессе произнесения звуков (проводится при уточнении артикуляции звуков);

формирование правильного речевого дыхания в процессе речи (произнесение на одном вдохе фраз разной протяженности, содержащей от двух до пяти слов).

Подготовительная работа, направленная на развитие речевого дыхания, состоит в том, чтобы научить детей производить быстрый вдох через рот и нос и плавно, равномерно, медленно выдыхать воздух с различной силой через рот. Логопед дает образец. Упражнения, дидактические игры проводятся воспитателем частично на речевой гимнастике (сразу же после утренней), но в основном на занятиях по развитию речи.

Детям младших групп предлагают в игровой форме такие упражнения: сдувать с руки “снежинку” (ватку); дуть на “султанчик” (тонкие полоски бумажек, приклеенные или привязанные к карандашу, палочке); погреть ладошки; дуть на подвешенные к нитке, сделанные из бумаги бабочки, жуки, птички; дуть на одуванчики, чтобы слетели пушинки.

Игры: “Чья снежинка улетит дальше”, “Послушный ветерок” и другие.

Дети среднего и старшего дошкольного возраста также выполняют задания, связанные с развитием протяжного и длительного выдоха на неречевом материале. В игровой форме они задувают в ворота легкие предметы (например, ватку, “лыжника”), соревнуются, у кого дальше летит “снежинка”, кто дольше сможет подуть на “листочки дерева”. Можно предложить им передвигать при помощи воздушной струи по гладкой поверхности стола легкие предметы: карандаши, пластмассовые шарики, приводить в движение вертушки, выдувать мыльные пузыри и т. д.

Проводить дыхательные упражнения и игры нужно в хорошо проветриваемом помещении, не ранее чем через 1,5 – 2 часа после еды, одежда не должна стеснять шею, грудь и живот ребенка. Следует соблюдать дозировку упражнений, следить, чтобы дети производили вдох и выдох без напряжения, плавно (не поднимали плеч при вдохе, не втягивали живот при выдохе). Длительность упражнений не должна превышать 2 – 3 минут для детей младшего дошкольного возраста и 3 – 5 минут для среднего и старшего возраста. В процессе проведения дыхательных упражнений не следует добиваться полного выдоха.

Затем детей учат рационально расходовать воздух при фонации звуков. Для выработки ровного, удлиненного выдоха через рот детям предлагают в игровой форме произносить гласные и согласные звуки с различной громкостью (“Комары и комарики”, “Большие и маленькие жуки”, “Кто дольше споет песенку?”, “Чья песенка длиннее?”). Дети произносят протяжно звуки А, О, У, И, З, Ж, С, Ш и др. Игры проводятся в процессе уточнения и закрепления произнесения звуков. Особое внимание обращается на правильность воспроизведения нескольких звуков на одном выдохе. Следует добиваться одинаковой длительности и громкости их произнесения, плавного перехода от одного звука к другому без добора воздуха между ними: А\_\_\_\_\_\_ У\_\_\_\_\_\_ , У\_\_\_\_\_\_И\_\_\_\_\_\_ , З\_\_\_\_\_\_Ж\_\_\_\_\_\_. Далее можно предлагать задания на протяжное произнесение звукоподражания: мяяу, гаав и др.

При проведении дидактических игр и упражнений необходимо постоянно фиксировать внимание детей на длительности выдоха, на равномерности и плавности произнесения звуков, подключая для этого слуховой контроль.

Далее детей учат правильно пользоваться голосом в процессе высказывания. Во время работы над дыханием педагогу необходимо добиваться, чтобы дети младших групп при выдохе могли произнести фразу, состоящую минимум из 2 – 3 слов, а дети средней и старшей групп – из 3 – 5 слов.

Для выработки речевого дыхания можно предлагать детям произносить на одном выдохе шутки – чистоговорки, отвечать на вопросы по содержанию картины: “Что делает Таня? – Таня поет”; “Где сидит сова? – Сова сидит на суку”. При произнесении небольших фраз не следует допускать ненужных остановок между отдельными словами. Необходимо добиваться, чтобы дети произносили небольшую фразу на одном выдохе, а при произнесении фраз, состоящих из 6 -7 и более слов, правильно распределяли паузы с учетом текста. Хорошим материалом для упражнений могут быть загадки, пословицы, поговорки, чистоговорки, короткие стихотворения, небольшие считалки.

Работа над свойствами голоса: силой, высотой, тембром – проводится практически на всех занятиях.

В формировании умения правильно управлять своим голосовым аппаратом с учетом условий общения ведущее место занимают дидактические игры.

Для младшего дошкольного возраста рекомендуются следующие игры: “Паровоз и паровозик”, “Позовем Аленку”, “Большие и маленькие” (как лает собака и щенок; как квакает лягушка и лягушонок), “Песня ветра и ветерка”, “Постучим молоточком”, “Тикают часы”, “Комар и комарики”, “Позови голубей” (произнесение звуков и звукосочетаний с различной громкостью).

На этом возрастном этапе чаще всего проводится работа с отдельными звуками и звукосочетаниями.

Для детей средней группы рекомендуются следующие игры: “Вьюга”, “Ауканье”, “Скажи, как я”, “Эхо”, “Кто позвал?”, “Секрет”, “Угадай, чей голос?” (дети одной подгруппы произносят с различной громкостью звукоподражания, отдельные слова или фразы, а дети другой подгруппы определяют, кому они могут принадлежать).

Для упражнения в силе голоса используются шутки – чистоговорки, небольшие фразы.

В старших группах даются упражнения, цель которых – научить детей пользоваться своим голосом в зависимости от ситуации общения: говорить тихо, когда беседуешь с товарищами, отвечать достаточно громко на занятиях.

Упражнения на формирование умения менять высоту тона являются наиболее трудными, особенно для детей младшего и среднего дошкольного возраста. Поэтому в процессе обучения очень важное значение имеет правильный образец речи взрослого.

Педагог читает рассказ или сказку, в содержании которых есть звукоподражания. Он произносит их то низким, то высоким голосом (за кошку и котенка, за собаку и щенка), а дети повторяют, подражая образцу.

В младшем дошкольном возрасте обучение умению модулировать голосом по высоте осуществляется при помощи игр с использованием звукоподражаний: “Кошка и котята”, “Собака и щенята”, “Курица и цыплята” (взрослые особи животных “говорят” низким голосом, детеныши – высоким).

В средней группе даются упражнения, направленные на формирование у детей умения пользоваться вопросительной и утвердительной интонацией: “Мама мыла полы? Мама мыла полы”. Можно предложить одним детям самим придумывать вопросы, а другим отвечать на них. Для этой цели полезно использовать и специальный материал: шутки – чистоговорки, чистоговорки, которые даются в качестве упражнений для развития артикуляции или для закрепления правильного произношения отдельных звуков: “Са – са – са – у кого лиса? – Са – са – са – у меня лиса”; “Мама Милу мылом мыла? – Мама Милу мылом мыла” и пр.

Для старших дошкольников такие упражнения усложняются, подбираются, например, чистоговорки, насыщенные звуками, требующими четкой дифференциации. Ребенок сначала задает вопрос, а затем сам же отвечает на него: “Заржавел железный замок? – Заржавел железный замок”; “Сушила Саша сушки? – Сушила Саша сушки”.

Для развития голоса полезно после заучивания детьми небольшого стихотворения ответить на вопросы по его содержанию.

Нахождение правильных естественных интонаций помогает чтение стихов, пересказ в лицах.

Как уже отмечалось, движение голоса по высоте и силе, изменение тембра являются важными компонентами интонации. При проведении занятий, направленных на развитие интонационных средств выразительности, педагог расширяет голосовые возможности ребенка. Полезны упражнения, где требуется произнесение одних и тех же фраз с разными интонациями: “ Я завтра пойду в кино”, “Весна идет”, “Наступила весна”, “Зеленеет травка”, “На деревьях появились листочки”, “Прилетели птицы!” - сначала так, чтобы товарищам по группе было ясно: ребенок рад этому событию, затем с интонацией удивления, огорчения, страха.

Умение выделять голосом наиболее важные по смыслу слова отрабатывается при помощи специальных упражнений. Например, детям предлагают из фразы “Маше подарили красивую куклу” выделить голосом сначала слово “Маше” ( сказать так, чтобы было ясно, что именно Маше подарили, а не другой девочке), затем слово “подарили” (а не купили), далее “красивую” ( а не большую, например) и, наконец, слово “куклу” (а не другую игрушку).

Формирование спокойного, негромкого голоса способствуют игры “Диктор”, “Комментатор”, выработке уверенного, громкого голоса – “Командир”, вежливого обращения с использованием соответствующей интонации – “Покупатель”, “Продавец” и др.

Дети лишь тогда будут правильно пользоваться голосом, употреблять соответствующие интонации, когда поймут и осознают то, о чем говорят.

Правильное восприятие художественных текстов с проведением соответствующей предварительной работы дают возможность детям при пересказе сказок, чтении стихотворений использовать нужные интонационные средства. Если в младшем и даже в среднем дошкольном возрасте образец чтения и рассказывания взрослого является ведущим методическим приемом, то в старшем дошкольном возрасте необходимо учить детей разбираться во взаимоотношениях героев, самостоятельно передавать свои чувства.

Значительную помощь в развитии голосового аппарата оказывают игры – инсценировки, подвижные игры с диалогом, народные шутки – диалоги. Перевоплощение в любимых героев вызывает у детей попытки передавать при помощи голоса их речь, тем самым, расширяя возможности своего голоса.

**Роль речи взрослых в развитии голоса детей.**

Чистый, звучный, подвижный голос, негромкая речь являются одним из показателей общей культуры логопеда, служат хорошим примером для дошкольников.

Речь логопеда и воспитателя должна быть эмоциональной, интонационно богатой, достаточно громкой, неторопливой. Очень важно, чтобы дошкольники слышали выразительную речь не только в детском саду, но и дома. Однако не всегда следует добиваться от детей, чтобы они точно копировали речь взрослых, нужно учить их осознанно передавать с помощью голоса свои чувства: радость, грусть, печаль, торжественность. Детям, говорящим тихо, надо постоянно напоминать о необходимости говорить погромче и наоборот.

Голос является одним из показателей общей культуры речи человека. Начиная с дошкольного возраста, следует учить детей говорить друг с другом вежливо, не допускать повышенного тона, раздражительного голоса.

Манера говорить на повышенных тонах, пискливым или крикливым голосом закрепляется быстро, дети привыкают к такой речи, и избавить их от этого недостатка бывает очень трудно.

Очень важно учить детей слушать и слышать речь окружающих, внимательно относиться к своему высказыванию, говорить приветливым, доброжелательным тоном, правильно пользоваться громкостью с учетом условий общения, употреблять “вежливые слова”: спасибо, извините, пожалуйста, и др. взрослый должен поощрять доброжелательный тон детей в общении друг с другом.

Спокойный голос, доброжелательный тон взрослых не только по отношению к детям, но и друг к другу должны стать нормой любого педагогического коллектива.

**Охрана речевого голоса и профилактика его нарушений.**

Недостатки в работе голосообразующей системы могут быть вызваны разными причинами: нарушением гигиенических требований (чрезмерный крик, пение и громкая речь на улице в холодное время года и пр.); некоторыми заболеваниями голосового аппарата; затруднениями, связанными с неправильным дыханием, например, при хронических ринитах; снижением слухового восприятия окружающей речи и др.

Громкая, крикливая речь наблюдается у тех дошкольников, которые вынуждены постоянно находиться в среде с повышенным шумом (громкая речь в группе, включенные на повышенную громкость дома телевизоры, радиоприемники, магнитофоны). Чрезмерно громкая речь ухудшает произношение звуков, делает их менее внятными.

Отклонения в плавности звучания голоса чаще всего связаны с нарушениями координации дыхания и голосообразования, с судорогами дыхательных мышц и мышц гортани. Причинами дискоординации нередко являются сильное волнение, чрезмерное возбуждение. При этом голос детей становится прерывистым, дрожащим. Нарушение плавности звучания голоса может наблюдаться после физических нагрузок, например, после подвижных игр.

Снижение функции голосообразования отмечается и при нарушениях физиологического дыхания у детей, имеющих неправильную осанку, неудобно сидящих за столом, согнув спину и опираясь на него грудью. Затрудняет свободное голосообразование верхнереберный тип дыхания, когда вдох осуществляется с большим напряжением, нередко при участии мышц шеи.

При повышенном напряжении голосовых складок наблюдается формированный, резкий звук. Голос у таких детей на низких тонах звучит крикливо, на высоких – визгливо. При утечке воздуха через носоглотку, а также при ринитах голос приобретает носовой оттенок.

Снижение диапазона голоса по силе и высоте ведет к его монотонности, что отмечается у детей со сниженным слуховым восприятием, с недостаточно развитым речевым слухом.

При более серьезных отклонениях звучание голоса приобретает сиплый, хриплый, гнусавый, глухой, сдавленный характер. Например, глухой голос имеют дети со сниженным слухом; гнусавый – дети с расщелинами твердого и мягкого неба; тихий, хриплый, гнусавый, быстро иссякающий, слабый, прерывающийся, переходящий в конце фразы на шепотную речь имеют дети, страдающие дизартрией; прерывистый голос характерен для заикающихся. Дошкольники с такими нарушениями голоса нуждаются в помощи специалиста – врача, логопеда.

Охрана детского голоса включает не только соблюдение норм правильного его использования, но и предупреждение различных заболеваний. Даже незначительное снижение слуха, заболевание ушей, хронические насморки не должны оставаться без внимания.

Основные задачи охраны голоса, предупреждение его нарушений сводятся к следующему:

* соблюдение элементарных правил гигиены голоса и слуха;
* организация правильного речевого режима в группе и вне ее; поддержание тишины в группах, организация спокойных, тихих игр;
* подбор репертуара детских песен соответственно возрасту и физиологическим особенностям дошкольников;
* устранение причин, вызывающих нарушения нормального голосообразования: своевременное лечение ринитов, заболевания ушей, верхних дыхательных путей.

**Основные задачи развития голоса:**

1. формирование правильного физиологического и речевого дыхания, развитие речевого слуха, устранение недостатков произношения;
2. устранение причин, вызывающих страх детей перед речевым высказыванием, привлечение стеснительных ребят к ответам на занятиях, к выступлениям на детских утренниках;
3. развитие всех компонентов голоса, совершенствование интонационной стороны речи.

**Консультация для педагогов**

***Охрана речевого голоса***

***и профилактика его нарушений***

Подготовила:

музыкальный руководитель

Глушенкова Л.Н.

2022г