**Упражнения на совершенствование темпа и ритма речи**

Одним из качеств хорошей речи является ее ритмическая выразительность.

У заикающихся темп и ритм речи, как правило, нарушены, поэтому коррекционный курс включает работу над этими характеристиками. Предусматривается замедление темпа речи с целью уменьшения количества и сокращения длительности речевых судорог.

Большое значение для нормализации темпа и ритма речи имеет выполнение специальных упражнений с использованием слухового контроля и ритмических движений (ходьба, хлопки, притопывание, прыжки). Допускается отстукивание ритма ногами, отхлопывание руками или одной рукой по какому-нибудь предмету, дирижирование в сопровождении проговаривания. Ударному слогу (слову) должен соответствовать более громкий хлопок или удар ногой по полу, неударному — тихий. Параллельно развивается способность различать разнообразные ритмы и сознательно подчинять им свои движения, что положительно сказывается на качестве речи.

В процессе тренировки темпа и ритма речи необходимо выработать следующие *умения:*

• двигаться в заданном темпе;

*•* чередовать движения в различном темпе;

*•* сочетать согласованные движения с ритмической организацией высказывания и проговариванием в нужном темпе;

*•* проговаривать речевой материал без движений в заданном темпе и ритме.

Рекомендации

*•* Упражнения необходимо выполнять:

— с четкой артикуляцией;

— с равномерным распределением выдоха;

— соблюдая умеренный и медленный темп;

— синхронизируя произнесение и движение.

*•* Вначале тренировка послогового ритма производится в замедленном темпе. По мере овладения навыком темп речи ускоряется.

**Упражнения на совершенствование темпа и ритма речи**

Упражнение 1

Ходьба на месте и по кругу в медленном темпе. Произносить слитно звуки, слоговые последовательности, затем слова (счет, дни недели) и фразы (чистоговорки, пословицы). На каждый шаг — слог.

а-у-а-у-а-у

ап-ап-ап-ап

па-па-па-па

та-та-та-та

От топота копыт пыль по полю летит.

Ехал Грека через реку,

Видит Грека — в реке рак,

Сунул Грека руку в реку.

Рак за руку Греку цап.

Упражнение 2

Прыжки вправо — влево на правую и левую ногу. Произносить на выдохе.

упа-опа-ипа-апа

па-по-пу-пы

паф-поф-пуф-пыф

хоп-хоп-хоп-хоп

Упражнение 3

Медленное отхлопывание ритмического рисунка с выделением ударного слога громким хлопком.

та тат у та тат у

тат а та та та та та

Назовите по три (и более) слова, построенных на основе каждой ритмической модели.

Упражнение 4

Слитное произнесение слов и дирижирование в такт проговариванию. При этом рука движется на каждое слово от себя и к себе непрерывно и плавно.

август аист атом

яхонт ялик яма

умница улица узник

Список слов смотрите в приложении 1.

Упражнение 5

Отхлопывание ритма слов и предложений с одновременным произнесением. Каждый удар ладони приходится на гласный звук.

ноги — нога атлас — атлас

руки — рука замок — замок

горы — гора пироги — пироги

козы — коза гвоздики — гвоздики

совы — сова кружки — кружки

Мама пришла. Я бегу, бегу, бегу,

Маленькая черепаха. Я пою, пою, пою.

Смешная обезьяна.

Упражнение 6

Произнесите слова, выделяя ударный слог.

Доктор — доктора

Город . . . . . .

Сторож . . . . . .

Учитель . . . . . .

Вечер . . . . . .

Берег . . . . . .

Холод . . . . . .

Адрес . . . . . .

Упражнение 7

Ритмизированное произнесение имен, названий деревьев, животных под хлопки.

Упражнение 8

Напевно, выразительно прочитать текст стихотворения под звучащую мелодию (мелодекламация).

Отговорила роща золотая

Березовым, веселым языком,

И журавли, печально пролетая,

Уж не жалеют больше ни о ком.

*(С. Есенин)*

\* \* \*

Мчатся тучи, вьются тучи;

Невидимкою луна

Освещает снег летучий;

Мутно небо, ночь мутна.

Еду, еду в чистом поле;

Колокольчик дин-дин-дин...

Страшно, страшно поневоле

Средь неведомых равнин.

*(А. Пушкин)*

Упражнение 9

Воспроизвести ритм стихотворения, играя с мячом.

Мой

Веселый,

Звонкий

Мяч,

Ты

Куда

Помчался

Вскачь?

Желтый,

Красный,

Голубой,

Не угнаться

За тобой!

Я

Тебя

Ладонью

Хлопал.

Ты скакал

И звонко

Топал.

Ты

Пятнадцать

Раз

Подряд

Прыгал

В угол

И назад.

А потом

Ты покатился

И назад

Не воротился.

Покатился

В огород,

Докатился

До ворот,

Подкатился

Под ворота,

Добежал до поворота.

Там

Попал

Под колесо,

Лопнул,

Хлопнул —

Вот и всё!

*(С. Маршак)*

Упражнение 10

Озвучить мотив песни в разных тональностях, сочетать пение с движениями рук, ходьбой, маршировкой на месте.

Тексты песен Дороги **(***Слова Л. Ошанина Музыка А. Новикова),* Степь да степь кругом

*(Слова И. Сурикова Муз. обработка В. Захарова),* Вечерний звон *(Слова И. Козлова Муз. обработка А. Свешникова и др.),* Тонкая рябина *(Слова И. Сурикова Музыка народная),* Случайный вальс *(Слова Е. Долматовского Музыка М. Фрадкина)*

Упражнение 11

Воспроизведение ритма считалки с движением руки (дирижированием) в такт. Выполнять в медленном и умеренном темпе.

Аты-баты — шли солдаты,

Аты-баты — на базар.

Аты-баты — что купили?

Аты-баты — самовар.

Аты-баты — сколько дали?

Аты-баты — три рубля.

Аты-баты — покажите,

Аты-баты — не хочу —

Аты-баты — спать хочу!

*(Шуточная народная песенка)*

Упражнение 12. Скакалка

Прыгать на одной или двух ногах, делая согласованные движения. Руками крутить воображаемую скакалку. Во время прыжков произносить текст по слогам, четко выделяя ударный. Темп прыжков и речи менять (быстро, умеренно, медленно).

Со скакалкой я скачу,

Научиться я хочу

Так владеть дыханьем, чтобы

Звук держать оно могло бы,

Глубоко, ритмично было

И меня не подводило.

Я скачу без передышки

И не чувствую одышки,

Голос звучен, льется ровно,

И не прыгаю я словно.

Раз-два! Раз-два! Раз-два! Раз...

Можно прыгать целый час.

*(Е. Саричева)*

Упражнение 13

Рассказывать потешки, считалки и дразнилки из игрового детского фольклора, сопровождая действия персонажей пантомимическим обыгрыванием. Выполнять движения синхронно тексту.

Баба сеяла горох —

Ох!

Прыг-скок, прыг-скок!

Ох!

Прыг-скок, прыг-скок!

Ох!

\* \* \*

Баба шла, шла, шла —

Пирожок нашла.

Села, поела,

Опять пошла.

\* \* \*

Баба стала на носок,

А потом на пятку,

Стала русского плясать,

А потом вприсядку!

Эх-ма! Тру-ля-ля!

Эх-ма! Тру-ля-ля!

\* \* \*

Ходит свинка по бору,

Рвет траву-мураву.

Она рвет, и берет,

И в корзиночку кладет.

\* \* \*

Чешу, чешу волосыньки,

Расчесываю косыньку.

Расти коса до пояса,

Не вырони ни волоса!

Расти, коса, не путайся...

Дочка, маму слушайся!

\* \* \*

Ахи-ахи-ахи, ох!

Баба сеяла горох.

Уродился он густой.

Мы помчимся — ты постой!

\* \* \*

Раз, два, три, четыре, пять,

Нам друзей не сосчитать,

А без друга в жизни туго.

Выходи скорей из круга.

\* \* \*

Ходит, ходит

Попрошайка.

Просит, просит:

Дай-ка,

Дай-ка,

Дай кусочек пирожка,

Дай глоточек молока,

Полкотлетки,

Полсосиски,

Полконфетки,

Полредиски,

Полрезинки,

Поллинейки,

Полкартинки,

Полкопейки.

*(С. Маршак)*

Упражнение 14. Ищем ритм

Ритм лежит не только в основе речи, но и многих музыкальных произведений.

Прослушайте музыку *вальса,* определите, какой ритм у этого танца? (плавный, неторопливый). Передайте ритм вальса жестами, движениями (раз-два-три, раз-два-три).

Прослушайте *марш,* каков его ритм? (энергичный, отрывистый).

Промаршируйте в этом ритме под музыку (раз-два-три).

Упражнение 15

Прослушайте любой музыкальный ритм. Прохлопайте (прошагайте) этот ритмический рисунок. Затем прохлопайте и прошагайте одновременно.

Упражнение 16

Стихотворный материал наиболее удобен для отработки правильного ритма и мелодики речи. Хорошим приемом ритмизации речи является произнесение стихов в процессе размеренной ходьбы.

Маршируя, произнесите текст стихотворения.

С барабаном ходит ежик.

Бум — бум — бум!

Целый день играет ежик.

Бум — бум — бум!

С барабаном за плечами,

Бум — бум — бум!

Ежик в сад забрел случайно,

Бум — бум — бум!

Очень яблоки любил он,

Бум — бум — бум!

Барабан в саду забыл он,

Бум — бум — бум!

Ночью яблоки срывались,

Бум — бум — бум!

И удары раздавались,

Бум — бум — бум!

Зайцы здорово струхнули,

Бум — бум — бум!

Глаз до зорьки не сомкнули,

Бум — бум — бум!

*(Г. Виеру)*

Рекомендации

♦ Для лучшего усвоения темпа и ритма речи занятия проводятся под метроном на ритм 60—80 ударов в минуту. При этом на каждый удар необходимо произносить один слог.

♦ Пауза в зависимости от логики текста и знаков препинания в нем должна соответствовать 2—3 ударам метронома.

♦ Для того чтобы темпоритмическая организация речи автоматизировалась и стала стабильной, темпоритм должен подбираться индивидуально, вызывая у занимающегося чувство комфорта.

Литература: Поварова И.А. Коррекция заикания в играх и тренингах СПб.: Питер, 2004