

НЕОБХОДИМОСТЬ РАЗВИТИЯ РЕЧЕВОГО ДЫХАНИЯ



УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ПРАВИЛЬНОГО РЕЧЕВОГО ДЫХАНИЯ

- Источником образования звуков речи является воздушная струя, выходящая из легких через гортань, глотку, полость рта или носа наружу. Речевое дыхание, в отличие от физиологического (жизненного), является произвольным.
- *Правильное речевое дыхание* обеспечивает нормальное звукообразование, создает условия для поддержания нормальной громкости речи, четкого соблюдения пауз, сохранения плавности речи и интонационной выразительности.
- Послушайте, как дышит ваш ребенок, не затруднено ли у него носовое дыхание, не приходится ли ребенку держать рот открытым?



Нарушения речевого дыхания могут быть следствием общей ослабленности, аденоидных разращений, различных сердечно–сосудистых заболеваний.

Существует множество несовершенств речевого дыхания:

- неумение рационально использовать выдох;
- речь на вдохе;
- неполное возобновление запаса воздуха.

Дети, имеющие ослабленный вдох и выдох, как правило, *говорят тихо и затрудняются в произнесении длинных фраз*. При нерациональном расходовании воздуха нарушается плавность речи, так как дети на середине фразы вынуждены добирать воздух.



Часто эти дошкольники недоговаривают слова и нередко в конце фразы произносят их шепотом. *Обратная ситуация* у дошкольников, имеющих укороченный выдох – они говорят фразы в ускоренном темпе, без соблюдения логических пауз. Качество речи, ее громкость, плавность во многом зависят от речевого дыхания.

В логопедической работе широко используется игровой метод, который предполагает использование различных игр.



При выполнении дыхательных упражнений необходимо соблюдать следующие **требования:**

- ❑ не заниматься в пыльном, непроветренном, или сыром помещении;
- ❑ температура воздуха должна быть на уровне 18-20 С;
- ❑ одежда не должна стеснять движений;
- ❑ не заниматься сразу после приема пищи;
- ❑ не заниматься с ребенком, если у него заболевание органов дыхания в острой стадии.



Рекомендуется начать с произвольных для ребенка игровых упражнений:

- дутье через соломку в стакан с водой;
- надувание воздушных шаров;
- дутье на разноцветные вертушки;
- игра на духовых музыкальных инструментах, например, дудочке;
- пускание мыльных пузырей;
- дутье на одуванчики весной.

Упражнения могут выполняться в исходном положении *лежа, сидя, стоя, а также в сочетании с движениями и речью.*



▣ *«Поем песенку»*

Вдохнуть воздух через нос, постепенно и медленно выдыхать воздух, произнося звук «а» (сочетания звуков *ау, ауи* и т. д.). Выдох контролируется ладонью.

▣ *«Немое кино»*

Показывается беззвучную артикуляцию гласного звука (сочетаний двух-трех гласных звуков). Ребенку предлагается озвучить немую артикуляцию, произнести звук на длительном выдохе.

▣ *«Топор»*

Ребенку предлагается поставить ноги на ширину плеч, сцепить пальцы рук «замком» и опустить руки вниз. Быстро поднять руки - вдохнуть, наклониться вперед, медленно опуская руки, произнести «ух» на длительном выдохе.



▣ «Зоопарк»

Каждый ребенок исполняет роль какого-либо животного. Взрослый совершает экскурсию по зоопарку, называет животное, ребенок в ответ делает соответствующее звукоподражание на длительном выдохе. Выдох контролируется ладонью.

▣ «Ворона»

Ребенку предлагается быстро поднять руки через стороны вверх - сделать вдох, медленно опустить руки - длительный выдох с произнесением звукоподражания «кар». Аналогичным образом можно использовать другие звукоподражания (например, гуси - произнести на выдохе «га — га - га» (го, гы), корова - произнести на выдохе «му», кошка - «мяу» и т. д.).

▣ «В лесу»

Ребенку предлагается, услышав свое имя, сложить руки рупором и длительно, звучно произнести «ау!». Затем речевой материал усложняется: для произнесения предлагаются фразы «Оля, ау!», «Миша, где ты?», «Я здесь!» и т.д., которые должны быть произнесены ребенком на одном выдохе.

□ «Задуй свечку»

Ребенок держит полоски бумаги на расстоянии около 10 см от губ.


Предлагается медленно и тихо подуть на «свечу» так, чтобы пламя «свечи» отклонилось.

□ «Лопнула шина»

Исходное положение: ребенок разводит руки перед собой, изображая круг — «шину». На выдохе ребенок произносит медленно звук «ш-ш-ш» (*если звук произносится правильно!!!*). 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, ребенок делает произвольно вдох.

□ «Накачать шину»

Ребенку предлагают накачать «лопнувшую шину». Он «сжимает» перед грудью руки в кулаки, взяв воображаемую ручку «насоса». Медленный наклон вперед сопровождается выдохом на звук «с-с-с» (*если звук произносится правильно!!!*). При выпрямлении вдох производится произвольно.



▣ «Воздушный шар»


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

▣ «Жук жуужжит»

Исходное положение: руки поднять в стороны и немного отвести назад, словно крылья. Выдыхая, ребенок произносит «ж-ж-ж» (*если звук произносится правильно!!!*), опуская руки вниз. Занимая исходное положение, ребенок делает непроизвольно вдох.

▣ «Комарик»

Исходное положение: сесть, ногами обхватив ножки стула, руки поставить на пояс. Вдохнуть, медленно повернуть туловище в сторону; на выдохе показать, как звенит комарик — «з-з-з»; быстро вернуться в исходное положение. Новый вдох — и поворот в другую сторону.



- Дошкольник, освоивший правильное дыхание, нуждается в *постоянном контроле и наблюдении за правильностью его дыхания*. Отсюда необходимость постоянного повторения дыхательных упражнений для закрепления навыков правильного физиологического и речевого дыхания.
- Все упражнения достаточно просты и не требуют специальной подготовки от родителей. За счет постановки правильного дыхания, быстро и эффективно преодолеваются речевые нарушения. Сокращается время для постановки и автоматизации речевых звуков, речь становится более четкой и внятной.





Спасибо за внимание!