

«Развитие речевого дыхания у дошкольников»

Грамотная, чёткая и чистая речь ребенка – это не дар, она приобретается благодаря совместным усилиям родителей, педагогов и многих других людей, в окружении которых растёт ребенок. В первую очередь речь характеризуется правильным произношением всех звуков. А это хорошая подвижность органов артикуляционного аппарата.

Чтобы научить ребенка владеть языком, надо, прежде всего, научить его правильно дышать: и та и другая функции выполняются одними и теми же органами. Без правильного дыхания, для которого характерны короткий, глубокий вдох и плавный, длительный, экономный выдох, невозможна хорошо звучащая речь.

В чем отличие речевого дыхания от обычного?

Дыхание в жизни произвольно. Оно выполняет функцию газообмена в человеческом организме. Вдох и выдох совершаются через нос, они коротки и равны по времени. Последовательность физиологического дыхания – вдох, выдох, пауза.

Для речи, особенно монологической, обычно физиологического дыхания не хватает. Речь и чтение вслух требуют большого количества воздуха, постоянного дыхательного запаса, экономного расходования его. В начальной стадии овладения речевым дыханием участвуют воля и сознание, направленные на выполнение нужного дыхательного задания. Такое произвольное речевое дыхание, достигаемое только путем тренировки, постепенно становится произвольным и организованным.

Правильное дыхание – основа звучащей речи. Оно обеспечивает нормальное голосо- и звукообразование, сохраняет плавность речи. Так как речь осуществляется на выдохе, то от силы, направления и длительности воздушной струи зависит правильность произношения многих звуков, плавность речевого потока.

ДЫШАТЬ НАДО ОБЯЗАТЕЛЬНО ЧЕРЕЗ НОС! ПРИВЫЧКА ДЫШАТЬ РТОМ ОЧЕНЬ ВРЕДНО СКАЗЫВАЕТСЯ НА ЧЕЛОВЕЧЕСКОМ ОРГАНИЗМЕ, ПРИВОДЯ К ЗАБОЛЕВАНИЯМ ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗЫ, МИНДАЛИН, ВСЕЙ ДЫХАТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ.

В речевом дыхании вдох и выдох не равны, выдох значительно длиннее вдоха. И последовательность дыхания тоже другая. После короткого вдоха следует пауза, а затем – длинный продолжительный выдох.

Поскольку звуки речи образуются при выдохе, его организация имеет первостепенное значение для постановки речевого дыхания и голоса, для их

развития и совершенствования. Поэтому конечной целью тренировки речевого дыхания является тренировка длинного выдоха, тренировка умения рационально расходовать запас воздуха во время речи.

У детей с нарушениями речи отмечается:

- малый объём лёгких;
- слабый вдох и выдох (тихая, еле слышимая речь);
- неравномерное и неэкономное распределение выдыхаемого воздуха (воздух выдыхается на первом слоге и затем фраза договаривается шёпотом, воздух выдыхается в середине слова);
- торопливое произношение слов, фраз без перерыва и на вдохе с «захлёбыванием»;
- неправильно направленная воздушная струя, что приводит к искажению звуков.

Слабое развитие дыхательного аппарата тесно связано с физическим состоянием ребёнка, наличием хронических заболеваний дыхательных путей (синуситы, гаймориты), малоподвижным образом жизни.

Как развить речевое дыхание?

Приступая к развитию у ребёнка речевого дыхания, необходимо прежде всего сформировать сильный плавный ротовой выдох. Дополнительно у ребёнка развивается способность направлять воздушную струю в нужном направлении.

Параметры правильного ротового выдоха:

- выдоху предшествует сильный вдох через нос – «набираем полную грудь воздуха», плечи при этом не поднимаются;
- выдох длительный, плавный, а не толчками;
- во время выдоха губы складываются трубочкой, не следует сжимать губы, надувать щёки;
- во время выдоха воздух выходит через рот, нельзя допускать выдоха через нос (если ребёнок выдыхает через нос, можно зажать ему ноздри, чтобы он ощутил как должен выходить воздух).

Приступая к занятиям, необходимо помнить, что дыхательные упражнения быстро утомляют ребёнка. Поэтому желательно придерживаться **нескольких простых правил**:

- 1) ограничивать по времени 3-6 минут в зависимости от возраста ребёнка;
- 2) упражнение повторять 3 -5 раз;
- 3) дуть можно не более 10 сек. с паузами, чтобы не закружилась голова;
- 4) обязательно чередовать с другими упражнениями;
- 5) занятия по дыхательной гимнастике проводить до приёма пищи, в хорошо проветренном помещении.

Упражнения для развития правильного речевого дыхания

· «ФУТБОЛ»

Скатать ватный шарик и поставить два кубика в качестве ворот. Ребенок должен, дуя на шарик, загнать его в ворота.

· «ВЕТРЯНАЯ МЕЛЬНИЦА»

Ребенок дует на лопасти игрушки-вертушки или мельницы из песочного набора.

· «СНЕГОПАД»

Сделать снежинки из ваты (рыхлые комочки). Предложить ребенку сдувать "снежинки" с ладони.

· **«ЛИСТОПАД»** Вырезать из цветной бумаги различные осенние листья. Предложить ребенку подуть на листья, так, чтобы они полетели. Попутно можно рассказать, какие листочки с какого дерева упали.

· «БАБОЧКА»

Вырезать из бумаги бабочек и подвесить их на нитках. Предложить ребенку подуть на бабочку так, чтобы она полетела (при этом следить, чтобы ребенок сделал длительный плавный выдох).

· «КОРАБЛИК»

Дуть плавно и длительно на бумажный кораблик, плавающий в тазике с водой.

· **«ОДУВАНЧИК»**

Предложите ребёнку подуть на отцветший одуванчик (следите за правильностью выдоха).

· **«ШТОРМ В СТАКАНЕ»**

Предложите ребёнку подуть через соломинку в стакан с водой (нужно следить, чтобы щеки не надувались, а губы были неподвижными).

· **«КТО СПРЯТАЛСЯ?»**

Картинка спрятана за тонкими полосками бумаги. Ребёнок дует на бумажную бахрому, чтобы понять, что нарисовано на картинке.

· **«ФОКУС»**

Кладём ватку на кончик носа ребёнка, ротик немного открываем, высовываем язык (широкий), делаем форму чашечки (приподнимаем кончик языка вверх) и дуем. Ватка должна подлететь вверх.

· **«МОЙ ВОЗДУШНЫЙ ШАРИК»**

Ребёнок должен надуть воздушный шарик, набирая воздух через нос и медленно выдыхая через рот. Действия ребёнка можно сопровождать стихотворным текстом.

Мой воздушный шарик раз, два, три.

Лёгкий, как комарик, посмотри.

Носом я вдыхаю, не спешу,

За своим дыханием слежу.

Материал подготовила

учитель-дефектолог пункта

коррекционно-педагогической помощи

ГУО «ДЦРР№7 г. Волковыска»

Долинчик О. В.