

## Советы учителя-дефектолога по развитию дыхания.

Залогом четного произношения звуков и ясной дикции является хорошо поставленное дыхание.

Все звуки нашей речи мы произносим, как известно, на выдохе. Соответственно, если речевой выдох неправильный – все звуки будут звучать смазанно и нечетко. И наоборот, освоенный правильный выдох – по середине языка – способен нормализовать качество всех звуков речи у детей, а также значительно сократить время работы над каждым звуком. Выработка сильной направленной воздушной струи – это необходимое условие для постановки звука. Вести работу над развитием воздушной струи и речевого выдоха можно самыми разными способами: надувать воздушные шарик и мыльные пузырьки, дуть в свисток, губную гармошку, дудочку, задувать свечки. Такие игрушки развивают и силу, и длительность воздушной струи. Направление выдоха труднее скорректировать. Тут применяются такие упражнения, как дуть на высунутый язычок, где нужно следить, чтобы воздушная струя шла по середине языка.

### **Выделяют основные направления для воздушной струи:**

- 1) воздушная струя проходит по центру языка прямо. Это направление соответствует произнесению большинства звуков: губно-губных (В, В', Ф, Ф', заднеязычных (К, К', Г, Г', Х, Х'), переднеязычных (Т, Т', Д, Д'), свистящих (С, С', З, З', Ц).
- 2) струя проходит по центру языка вверх. Это направление характерно для произнесения шипящих (Ш, Ж, Щ, Ч) звуков и вибрантов (Р, Р').
- 3) струя проходит по боковым краям языка. Это направление характерно для произнесения смычно-проходных (Л, Л') звуков.

### **Формирование воздушной струи для разных групп звуков:**

- Широкая струя (для произнесения шипящих звуков); узкая струя (для произнесения свистящих звуков).
- Тёплая струя (для произнесения шипящих звуков); холодная струя (для произнесения свистящих звуков).
- Рассеянная или направленная воздушная струя.
- Слабая или сильная воздушная струя.

### **Рекомендации:**

- Упражнения проводить в проветренном помещении.
- Лучшие результаты достигаются, если упражнения выполнять в свободном положении тела, не сидя, а стоя: осанка прямая, грудная клетка расправлена.
- Вдох делается глубокий и спокойный, через нос. Выдох делается через рот:

лёгкий, плавный, длительный.

- Следить за направлением воздушной струи.
- Упражнения не длятся дольше 3 минут.
- Следует правильно дозировать количество и темп упражнений: интенсивно дуть не более 5 раз.
- Следить, чтобы во время упражнений не надувались щёки.
- Выдыхаемый воздух нельзя задерживать.
- Упражнения легче выполняться под счет.
- Для зрительного контроля на начальных этапах допускается использование зеркала.
- Выдыхаемую струю воздуха контролируют с помощью ватки, поднесённой ко рту ребёнка: при правильном выполнении ватка будет отклоняться.

Дыхательные упражнения увеличивают вентиляцию легких, поэтому проводить игры надо в чистом проветренном помещении. Следить, чтобы у ребенка не кружилась голова. Как только голова закружится, сделайте перерыв, постепенно изо дня в день, увеличивая длительность.

### **Игры на развитие силы воздушной струи:**

- 1.Надуть воздушный шарик
2. Дуть через трубочку в мыльный раствор
3. Сдуть бумажку с трубочки

### **Игры на развитие длительности воздушной струи**

- 1.Вертушка. Дуть на вертушку. Чем дольше дуешь, тем дольше крутится.
2. Мыльные пузыри.

Дуть на мыльные пузыри. Чем дольше дуть, тем больше пузырей. Силу тут надо контролировать, так как, если сильно дуть, то пузыри лопаются и не отлетают.

### **Игры на развитие целенаправленности воздушной струи.**

- 1.Задуй гол в ворота. Для этой игры необходимы маленькие футбольные ворота и мячик, размеров с пин-понговский шарик. Но всегда можно заменить мячик на ватный или бумажный варианты. Ворота поставить условные.

2. Фокусник. Кладем ватку или кусочек бумажки на кончик носа, открываем немножко рот, высовываем язык, приподнимаем его кончик вверх, стараясь придать ему форму чашечки и дуем! Бумажка или ватка должны полететь вверх.

### 3. Гонки

Самое главное, что все задания в игровой форме, интересные и веселые и достаточно разнообразные.

Систематическая работа над воздушной струей – залог быстрой постановки звука!

Информация подготовлена учителем-дефектологом

Гаврилик А.П.