

«Необходимость развития речевого дыхания».

Речь человека – это сложный механизм, который не может образоваться сам по себе. Речь зависит от наших органов чувств: от слуха, от дыхания. От того как воспринимает ребенок звуки, окружающие его, зависит воспроизведение его речи.

Дыхание так же важно для развития речи, как и слуховое восприятие. Существует несколько видов физиологического дыхания, наиболее правильным из них является диафрагмальное дыхание, его используют как основу речевого дыхания. Дышать нужно обязательно через нос. Привычка дышать ртом очень вредна, так как часто приводит к заболеваниям всей дыхательной системы. Носовое дыхание предохраняет горло и лёгкие от холодного воздуха и пыли, хорошо вентилирует лёгкие, благотворно воздействует на кровеносные сосуды головного мозга.

При речевом дыхании выдох значительно длиннее вдоха: после короткого вдоха носом следует пауза для укрепления брюшного пресса, а затем длинный звуковой выдох.

У детей дошкольного возраста часто отмечаются следующие особенности речевого дыхания: поверхностный вдох, непродолжительный выдох, отсутствие чёткой дифференциации между носовым и ротовым дыханием, речь на вдохе, неумение распределить речевой выдох в соответствии с длиной высказывания; всё это отрицательно сказывается на общем звучании речи. В некоторых случаях, когда создаётся

повышенная нагрузка на неокрепшую детскую нервную систему (стресс, тяжёлое соматическое заболевание, форсирование речевого и психического развития ребёнка со стороны взрослого) на фоне неправильного речевого дыхания (часто в сочетании с нарушением темпа речи) у ребёнка может возникнуть заикание. Кроме того, воспитание у ребёнка правильного дыхания, в частности выработка целенаправленной воздушной струи в процессе выдоха, имеет большое значение при произнесении различных звуков речи, что отражается на качестве звукопроизношения в целом.. Следует развивать речевое дыхание. Ребенка следует научить правильно дышать во время разговора, выработать целенаправленную воздушную струю, сформировать длительный плавный выдох.

Для развития правильного речевого дыхания с детьми дошкольного возраста полезно проводить ежедневно следующие игры и упражнения.

Упражнения для развития дыхания

Упражнения, направленные на выработку диафрагмального типа дыхания

- Ребёнок лежит на спине; левая ладонь ребёнка расположена на его животе, а правая – на груди. По команде взрослого ребёнок вдыхает носом, выпячивая животик, выдыхает ртом, втягивая животик.

Упражнения для тренировки различных типов выдоха, способствующие формированию правильного речевого дыхания

- Сдувать со стола мелко нарезанные цветные бумажки, вату, пушинки.
- Дуть на лежащие на столе палочки, карандаши разной толщины, стараясь сдвинуть их с места.
- Дуть на шарики разной тяжести.
- Дуть на пластмассовые и бумажные игрушки, плавающие в тазу.
- Задувать на резком и длительном выдохе пламя свечи.
- Поддерживать в воздухе пушинку на длительном выдохе.
- Надувать резиновые игрушки, шарики.
- Дуть в дудочку, свистульку, губную гармошку.

Игры.

«Эхо». Один говорит громко, а другой повторяет тихо. Затем меняются ролями.

«Вьюга». Ребёнок изображает вьюгу, воющую в ненастный вечер. По сигналу взрослого: «Вьюга начинается» тихо произносит: у- у - у; по сигналу «Сильная вьюга» громко произносит: у – у – у; по сигналу «Вьюга затихает» произносит тише, по сигналу «Вьюга затихла» - замолкает.

«Гудок». Ребёнок поднимает руки через стороны вверх, прикасается ладонями, но не производит хлопка. Затем медленно

опускает через стороны вниз. Одновременно с опусканием рук произносит звук (у) сначала громко, а затем постепенно всё тише и тише.

«Кто кого». Взрослый и ребёнок встают лицом друг к другу. По сигналу одновременно начинают протяжно произносить сначала тихо, а затем громко гласные звуки. Кто дольше другого тянет звук, тот выигрывает. Могут соревноваться двое детей.

«Буря в стакане воды» - Наполняем стакан водой, опускаем коктейльную трубочку, дуем с силой так, чтобы образовались пузыри.

«Фокус». Улыбнуться, приоткрыть рот, приблизить широкий кончик языка к верхней губе и сдуть ватку с кончика носа. Воздух должен идти посередине языка, а ватка лететь прямо вверх. Нижней челюстью не помогать. Для игры соревнования вызываются два ребёнка. Выигрывает тот, кто верно выполнит все условия игры и у кого ватка взлетит выше.

Помимо этого не забывайте, что и окружающие нас предметы и явления воспроизводят звуки. Играйте со своими детьми, подражайте звуку воды из крана: «ссссс», песенки комара: «ззззз, жука: «жжжжж», вьюге: «вввв» и т. д. Включайте вашу фантазию, но не забывайте следить, чтобы ребенок воспроизводил все звуки на выдохе. Чем разнообразнее будут варианты, тем большим количеством звуков он овладеет. В дальнейшем можно добавлять слоги: ба – ба – ба, па- па- па, да – да – да, ла – ла – ла и т.д на одном выдохе.

Но следует помнить, что такие игры могут привести к головокружению. Поэтому необходимо следить за временем.