

«Развитие дыхания – необходимое условие формирования правильной речи»

Речевое дыхание – основа звучащей речи, источник образования звуков, голоса. Оно отличается от неречевого (физиологического дыхания) тем, что в процессе речи после вдоха, одновременно через нос и рот следует пауза. Речевое дыхание в отличие от неречевого осуществляется произвольно, речевой выдох происходит в основном через рот, несколько замедленно. Источником образования звуков речи служит выходящая из легких и проходящая через гортань, глотку, полость рта или носа воздушная струя. Речевое дыхание может быть затруднено вследствие хронического насморка, аденоидных разрастаний, общей ослабленности организма, некоторых сердечно - сосудистых заболеваний, заикания, ринолалии, дизартрии.

Неправильное речевое дыхание нередко приводит:

- к нарушению плавности речи (речь на вдохе);
- позднему или неправильному усвоению некоторых звуков (например, [р]);
- ослаблению громкости голоса, особенно в конце произношения длинных фраз;
- в некоторых случаях к ускорению темпа речи;
- неправильному использованию интонационных средств выразительности;
- нечеткому произношению слогов («проглатыванию» окончаний).

Правильное речевое дыхание:

- обеспечивает нормальное звукообразование;
- создает условия для поддержания нормальной громкости речи, четкого соблюдения пауз, сохранения плавности речи и интонационной выразительности;
- предохраняет голосовой аппарат от переутомления;
- способствует сохранению плавности речи, правильному соблюдению пауз.

Для полноценного речевого дыхания необходимы гибкость, эластичность, большой объем дыхательного аппарата, что достигается путем тренировки речевого и голосового аппарата. Приступая к развитию речевого дыхания, прежде всего следует сформировать сильный плавный ротовой выдох, развить способность правильно направлять воздушную струю и контролировать время выдоха. Только после того, как у ребенка сформируется сильный плавный выдох, можно приступать к тренировке собственно речевого дыхания, которое, в свою очередь, будет способствовать обучению плавному произношению звуков, слогов, слов и фраз на выдохе.

УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ФОРМИРОВАНИЯ ДИАФРАГМАЛЬНОГО ВЫДОХА

«Задуй свечку»

Дети держат полоски бумаги на расстоянии около 10 см от губ. Детям предлагается медленно и тихо подуть на «свечку» так, чтобы «пламя свечи» отклонилось. Отметить тех детей, у кого был самый плавный и длительный выдох.

«Лопнула шина»

И.п.: дети разводят руки перед собой, изображая круг – «шину». На выдохе дети медленно произносят звук «ш – ш – ш – ш...». 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 дети непроизвольно делают вдох.

«Накачать шину»

Детям предлагают накачать «лопнувшую шину». Дети сжимают перед грудью руки в кулаки, взяв воображаемую ручку «насоса». Медленный наклон вперед сопровождается выдохом на звук «с – с – с – с...». При выпрямлении вдох производится непроизвольно.

«Жук жужжит»

И.п.: руки поднять в стороны и немного отвести назад, словно крылья. Выдыхая, произносить «ж – ж – ж – ж...», опуская руки вниз. Занимая исходное положение, дети делают непроизвольно вдох.

«Гуси»

И.п.: руки поставить на пояс. Медленно наклонить туловище вперед, не опуская голову вниз. Произнести протяжно «Га –а –а...». Принимая исходное положение, производится вдох.

«Ворона»

И.п.: руки поднять через стороны вверх. Медленно опуская руки и приседая, дети протяжно произносят «Ка –а –а – р». Похвалить тех «ворон», которые медленно спустились с дерева на землю. Занимая исходное положение, дети делают непроизвольно вдох.

ИГРЫ НА РАЗВИТИЕ РЕЧЕВОГО ДЫХАНИЯ

«**Цветочек**» - сделать глубокий вдох и задержать дыхание – «понюхать цветочек». Повторить 5 – 7 раз.

«**Перышко**» - положить на ладонь ребенка перышко (кусочек ваты, салфетки). Предложить ребенку сделать глубокий вдох через нос и, выдохнув через рот, сдуть перышко с ладони.

«**Листья (снежинки, птички, бабочки) летят**» - предложить ребенку подуть на вырезанные из бумаги и подвешенные на нитку (например, к люстре) фигурки. Следить за тем, чтобы ребенок делал вдох через нос, а выдох – через рот.

«**Узнай по запаху**» - предложить ребенку по запаху выбрать из предложенных овощей лук или чеснок; из фруктов – апельсин или мандарин.

«**Прокати шарик**» - вдохнуть через нос и долго и плавно подуть на шарик (например, теннисный, ватный), лежащий на столе перед ребенком.

«**Загони мяч в ворота**» - вдохнуть через нос и долго и плавно подуть на шарик, добиваясь того, чтобы он закатился в «ворота» (воротами могут быть два поставленных на небольшом расстоянии предмета: кубики, стаканы для карандашей и т.п.)

«**Прокати колобок по дорожке**» - вдохнуть через нос и долго и плавно подуть через трубочку для сока на шарик («колобок»), ведя его по нарисованной на листе бумаги «дорожке». («Дорожка» может быть не только прямая, но и волнистая, зигзагообразная, в виде спирали и т.п.)

«**Морские гонки**» - через трубочку для сока дуть на бумажные кораблики, плавающие по воде в тазике.

«**Буря в стакане**» - наполнить стакан водой на 1/3. Предложить ребенку подуть через трубочку для сока, опущенную в стакан. Добиваться длительного и плавного выдоха. Можно подкрасить воду акварельной краской, но при этом предупредить ребенка, что такую воду пить нельзя.

«**Кто спрятался за занавеской?**» - вдохнув через нос, сделать сильный выдох через рот, подув на занавеску (платочек из легкой ткани), чтобы она открылась. Посмотреть, кто спрятался за занавеской. (Предварительно поставить туда игрушку. После того как ребенок угадает, игрушку поменять).

