

Консультация учителя-логопеда для родителей

«Развиваем речевое дыхание»

Правильное дыхание — правильная речь

Если Вы хотите помочь своему ребенку овладеть правильным звукопроизношением, овладеть голосом, необходимо 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. Для многих детей, имеющих нарушения звукопроизношения, нарушения слоговой структуры слова, заикания в большинстве случаев представляет трудность. С такими детьми проводится целенаправленная работа, которая заключается в проведении специальных дыхательных упражнений и упражнений для развития общей, мелкой и артикуляционной моторики.

Как определить, правильное ли дыхание у ребенка?

Наблюдайте или просто задумайтесь и вспомните как дышит ваш ребенок во время разговора. Ведь это ваше чадо, которое вы знаете лучше всех.

На что обратить внимание:

1. Ребенок дышит ртом. 2. У ребенка поверхностное дыхание. 3. Ребенок не может произнести фразу из 3-4 слов на одном выдохе и добирает воздух. 4. У ребенка воздушная струя недостаточной интенсивности. Указанные симптомы могут говорить о недостаточности дыхательной системы, участвующей в речевом акте, и необходимости ее тренировать.

Что делать? Как помочь?

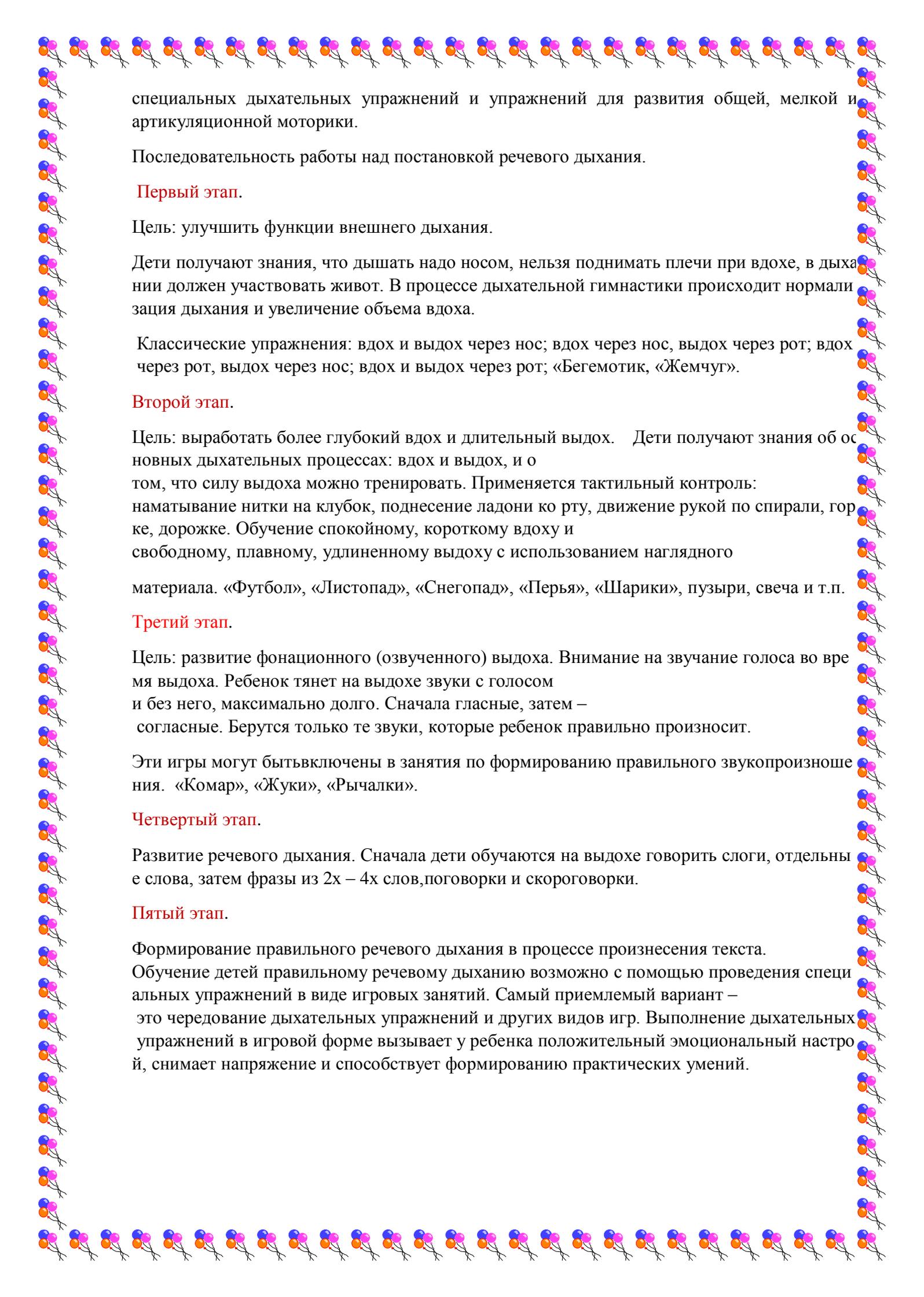
Правильное дыхание очень важно для речи, так как дыхательная система - это энергетическая база для речевой системы. Дыхание влияет на звукопроизношение, артикуляцию и развитие голоса. Дыхательные упражнения помогают выработать диафрагмальное дыхание, а также продолжительность, силу и правильное распределение выдоха. При развитии диафрагмального речевого дыхания используются различные предметы.

Можно использовать

1. Различные предметы
2. Артикуляционные упражнения
3. Упражнения на дыхание (с использованием речевого сопровождения или без) Если Вы хотите помочь своему ребенку овладеть правильным звукопроизношением, овладеть голосом, необходимо 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.

Для многих детей, имеющих нарушения звукопроизношения, нарушения слоговой структуры слова, заикания в большинстве случаев представляет трудность. С такими детьми проводится целенаправленная работа, которая заключается в проведении



специальных дыхательных упражнений и упражнений для развития общей, мелкой и артикуляционной моторики.

Последовательность работы над постановкой речевого дыхания.

Первый этап.

Цель: улучшить функции внешнего дыхания.

Дети получают знания, что дышать надо носом, нельзя поднимать плечи при вдохе, в дыхании должен участвовать живот. В процессе дыхательной гимнастики происходит нормализация дыхания и увеличение объема вдоха.

Классические упражнения: вдох и выдох через нос; вдох через нос, выдох через рот; вдох через рот, выдох через нос; вдох и выдох через рот; «Бегемотик», «Жемчуг».

Второй этап.

Цель: выработать более глубокий вдох и длительный выдох. Дети получают знания об основных дыхательных процессах: вдох и выдох, и о том, что силу выдоха можно тренировать. Применяется тактильный контроль: наматывание нитки на клубок, поднесение ладони ко рту, движение рукой по спирали, горке, дорожке. Обучение спокойному, короткому вдоху и свободному, плавному, удлиненному выдоху с использованием наглядного материала. «Футбол», «Листопад», «Снегопад», «Перья», «Шарики», пузыри, свеча и т.п.

Третий этап.

Цель: развитие фонационного (озвученного) выдоха. Внимание на звучание голоса во время выдоха. Ребенок тянет на выдохе звуки с голосом и без него, максимально долго. Сначала гласные, затем – согласные. Берутся только те звуки, которые ребенок правильно произносит.

Эти игры могут быть включены в занятия по формированию правильного звукопроизношения. «Комар», «Жуки», «Рычалки».

Четвертый этап.

Развитие речевого дыхания. Сначала дети обучаются на выдохе говорить слоги, отдельные слова, затем фразы из 2х – 4х слов, поговорки и скороговорки.

Пятый этап.

Формирование правильного речевого дыхания в процессе произнесения текста. Обучение детей правильному речевому дыханию возможно с помощью проведения специальных упражнений в виде игровых занятий. Самый приемлемый вариант – это чередование дыхательных упражнений и других видов игр. Выполнение дыхательных упражнений в игровой форме вызывает у ребенка положительный эмоциональный настрой, снимает напряжение и способствует формированию практических умений.

Игровые упражнения

Игры-упражнения, способствующие развитию силы и длительности выдоха:

- «Греем ручки» (выдыхание струи воздуха на ладони),
- «Ветерок» (поддувание дождика, прикрепленного к палочке),
- «Свеча» (задувание свечи).

После подготовительного периода, направленного на развитие физиологического дыхания, следует постепенно переходить к развитию собственно речевого дыхания:

- дыхательно-голосовые упражнения на материале гласных и согласных, слогов, слов;
- проговаривание скороговорок и чистоговорок;
- выразительное чтение стихотворений.

Контролируя правильность речевого дыхания ребенка, следует обращать внимание на то, чтобы он не делал слишком большой вдох и не выдыхал из себя воздух до конца (не начинал задыхаться).

Играйте и развивайтесь!

Игры на развитие речевого дыхания:

1. **«Снег».** Ребенку предлагается подуть на вату, мелкие бумажки, пушинки и тем самым превратить обычную комнату в заснеженный лес, можно дуть в специально сделанный дыхательный тренажер-бутылочку. Губы ребёнка должны быть округлены и слегка вытянуты вперёд. Желательно не надуть щеки, при выполнении этого упражнения.



2. **«Кораблики».** Наполните таз водой и научите ребёнка дуть на лёгкие предметы, находящиеся в тазу, например, кораблики. Вы можете устроить соревнование: чей кораблик дальше уплыл. Очень хорошо для этих целей использовать пластмассовые яйца от «киндер-сюрпризов» или упаковки от бахил, выдаваемых автоматами.
3. **«Футбол».** Соорудите из конструктора или другого материала ворота, возьмите шарик от пинг-понга или любой другой легкий шарик. И поиграйте с ребенком в футбол. Ребенок должен дуть на шарик, стараясь загнать его в ворота. Можно взять два шарика и поиграть в игру: «Кто быстрее».

4. **«Волшебные пузырьки».** Предложите ребенку поиграть с мыльными пузырями. Он может сам выдувать мыльные пузыри, если же у него не получается дуть или он не хочет заниматься, то выдувайте пузыри, направляя их в ребенка. Это стимулирует ребенка дуть на пузыри, чтобы они не попали в него.

5. **«Дудочка».** Предложите ребенку высунуть узкий язык вперед, слегка касаясь кончиком языка стеклянного пузырька. Выдувать воздух на кончик языка так, чтобы пузырек засвистел, как дудочка.

6. **«Губная гармошка».** Предложите ребенку стать музыкантом, пусть он поиграет на губной гармошке. При этом ваша задача не в том, чтобы научить его играть, потому не обращайте внимание на мелодию. Важно, чтобы ребенок вдыхал воздух через губную гармошку и выдыхал в нее же.

7. **«Сдуй снежинку с варежки».** Предложите ребенку глубоко медленно вдохнуть через нос, сдуть снежинку с варежки -тренажера.



8. **«Волчок».** С помощью трубочки для коктейля крутим бумажный тренажер-волчок. Дуть нужно медленно, вдох не должен быть шумным, нельзя надувать щеки. Трубочку можно поднести поближе к волчку, затем постепенно удалять ее.



При выполнении этих упражнений необходимо соблюдать следующие правила:

1. Воздух набирать через нос, плечи не поднимать.
2. Выдох должен быть длительным, плавным.
3. Необходимо следить, чтобы ребенок не надувал щеки (на начальном этапе можно прижимать их ладошками).
4. Не переусердствуйте! Достаточно 3-5 повторений (нельзя много раз подряд повторять упражнения, так как это может привести к головокружению).

Правильное речевое дыхание обеспечивает нормальное звукообразование, создает условия для поддержания нормальной громкости речи, четкого соблюдения пауз, сохранения плавности речи и интонационной выразительности.