

Дыхание – энергетическая основа звучащей речи. От развития речевого дыхания во многом зависит формирование у ребенка связной речи, а именно правильное звукопроизношение, способность поддерживать нормальную громкость речи, ее плавность и интонационная выразительность. Уделяя внимание постановке правильного речевого дыхания малыша в раннем детстве, можно избежать многих речевых нарушений в будущем.

Речевое дыхание у детей дошкольного возраста отличается от дыхания взрослых людей и имеет свои особенности:

Недостаточное развитие дыхательного аппарата. Если вдох и выдох слабые, то речь ребенка будет звучать тихо и неразборчиво. Иногда из-за нехватки воздуха дети не договаривают фразы до конца. Бывают случаи, когда малыш пытается успеть произнести всю фразу на вдохе, поэтому говорит быстро и не соблюдает логических пауз. Слабое развитие дыхательного аппарата может быть связано с наличием у ребенка хронических заболеваний дыхательных путей, таких как синуситы и гаймориты, а также малоподвижным образом жизни.

Нерациональное распределение выдыхаемого воздуха. У детей, которые недавно научились говорить, часто запас воздуха заканчивается на первом слове, поэтому конец слова или фразы они произносят значительно тише или вовсе «проглатывают».

Неумение распределить дыхание по словам. Чтобы восполнить запас воздуха, ребенку приходится брать паузу, во время которой он может забыть, о чем он хотел сказать.

Из-за неправильно выдыхаемого воздуха могут искажаться звуки речи.

Речевое дыхание у большинства детей дошкольного возраста несовершенно. Но зачастую родителям сложно это заметить из-за того, что они общаются с малышом постоянно.

Как правильно дышать?

При диагностике речевого развития логопеды всегда обращают внимание на то, как ребенок дышит во время разговора, какой силы и продолжительности его вдохи и выдохи, как он расставляет паузы. Формирование речевого дыхания – это один из первых этапов коррекционной работы с малышом, имеющим какие-либо речевые нарушения. Правильное речевое дыхание имеет следующие признаки:

Короткий вдох через нос;
Плавный выдох, воздух выходит через рот;
Выдох осуществляется до конца;

После каждого выдоха должна быть небольшая пауза (2-3 секунды).

При ненадтренированном речевом дыхании дети сталкиваются с такими проблемами:

они «добирают» воздух на середине фразы;
не говорят длинными предложениями;
сходят на шепот в конце фразы;
торопятся, глотая окончания слов;
неправильно интонируют.

Основная задача тренировок дыхания – сформировать сильный и плавный выдох, а также научить ребёнка контролировать расход воздуха и направлять поток воздуха губами.

Развитие речевого дыхания у дошкольников позволяет:

Ускорить процесс постановки и автоматизации звуков речи;
Увеличить количество слов, которые малыш произносит на одном выдохе;
Сформировать внятную связную речь;
Скоординировать процессы речи, дыхания и движений.

Рекомендации по выполнению дыхательных упражнений

Занятия необходимо проводить в хорошо проветренном помещении;
Все упражнения стоит выполнять до еды;
Одежда не должна сковывать движения малыша;
Мышцы шеи, плеч, рук, груди и живота у ребенка должны быть расслаблены;
Вдох должен происходить через нос;
Выдох должен быть длинным и плавным;
Следите за тем, чтобы, выполняя дыхательные упражнения, ребенок не надувал щеки. Первое время можно придерживать их ладонями;
Достаточно 3-5 повторений каждого упражнения, между которыми следует сделать 2-3 секундную паузу. Общая продолжительность дыхательной гимнастики не должна превышать 5 минут.

Очень важны упражнения и чтобы избежать гипервентиляции



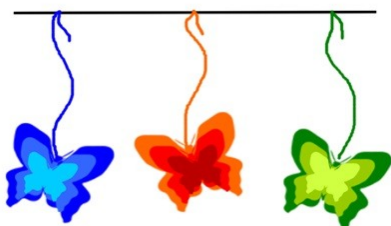
Пластмассовые или бумажные кораблики, ёмкость, наполненная водой.

Перед ребенком стоит задача дуть на кораблики находящиеся в тазу с водой (или другие предметы-очень хорошо для этой цели пластиковые яйца от «киндер-сюрприз» устроить соревнование, чей кораблик да



Бумажные бабочки, птички, самолетики

подвешивают на нитках, на леске, располагают на различных поверхностях (стол, подоконник). Они нужны в том числе для отработки длительного плавного



г-понга, карандаши, ватные

шарики использовать для перемещения по столу с помощью выдыхаемой струи воздуха. Если соорудить ворота из конструктора и попытаться загнать эти предметы в ворота-получится импровизированный футбол. Можно ввести соревновательный момент: «Кто быстрее заберет шарик в ворота».



«Бульбульки». Взять два пластмассовых стаканчика. В один налить много воды, а в другой — мало. В стаканчик, где много воды нужно, дуть через трубочку, а в стаканчик, где мало воды — дуть сильно, чтобы пролить воду. Нужно обязательно обратить внимание на слова: слабо, сильно, много, мало.



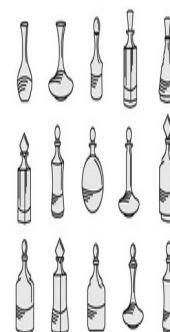
х
а
е
а

«Мыльные пузырьки». Можно купить эту игру или сделать ее своими руками. Ребенок может сам выдувать пузырьки. Если же у него не получается дуть или он не хочет, может взрослый, направляя трубочку в ответ дуть на пузырьки.



Личного размера. Если ребенок будет поочередно дуть в такие пузырьки, высунув узкий кончик языка и слегка касаясь им горлышка флакона, то каждый пузырек будет свистеть по-своему. Можно попытаться «выдуть» какой-либо знакомый ребенку и несложный мотив.

Губная гармошка — уникальный инструмент для дыхания. Полезно ребенку, став музыкантом, поиграть на губной гармошке. В этом задача не в том, чтобы научить его играть мелодию, важно, чтобы ребенок вдыхал воздух через гармошку и выдыхал в нее же.



я
ь
и
о
о



Свечи. Ребенок выполняет короткий выдох без надувания щек и медленный выдох в определенной очереди зажженные свечи. Материал: свечи определенного порядка: «Задуй красную, желтую, зеленую».



Воздушные шары. Традиционная игра для развития интенсивности выдоха (надувание воздушных шариков, надувных игрушек). Кроме того, известно множество игр, например: «Чей шар выше взлетит?», «Чей шар быстрее опустет?» (дети подбрасывают шары в струей воздуха).



Интерес у ребенка вызовет игра, в которой он должен использовать свои собственные руки. Так для старших дошкольников могут быть полезны игры с пластилином или легкой клеенки, а потом использовать их в дыхательной гимнастике.

Аромат. Покажите ребенку цветок – как он вкусно пахнет! Покажите на своем примере, как нужно нюхать: издайте звук «м-м-м», будто получаете аромат. Предложите ребенку понюхать, при этом у него был закрыт рот, вдох должен быть медленным.

