Консультация для родителей: «Развитие речевого дыхания»

Правильное речевое дыхание является основой правильно звучащей речи. Речевое дыхание обеспечивает нормальное звукопроизношение, создает условия для поддержания нормальной громкости речи, четкого соблюдения пауз, сохранения плавности речи и интонационной выразительности. От степени развития речевого дыхания во многом зависит то, как будет говорить ребенок. Также речевое дыхание важно для постановки отсутствующих звуков. Упражнения, направленные на развитие речевого дыхания, присутствуют практически во всех логопедических занятиях, потому что умение контролировать процесс вдоха и выдоха во время проговаривания слов является очень важным навыком. Приступая к развитию у ребенка правильного речевого дыхания, необходимо, прежде всего, развивать бесшумный и спокойный вдох без поднятия плеч, а также формировать сильный плавный ротовой выдох. Звуки – это не что иное, как результат движения струи воздуха, которую выдыхают наши легкие. И от того, насколько правильно производится вдох и выдох, зависит качество нашей речи.

Важно уделять внимание постановке правильного речевого дыхания именно в дошкольный период, это поможет избежать многих речевых нарушений.

У детей дошкольного возраста есть свои особенности речевого дыхания, которые отличаются от дыхания взрослых:

Недостаточно развитый дыхательный аппарат. Часто речь детей звучит смазано и тихо. Нехватка воздуха приводит к тому, что ребенок не может договорить начатую им фразу. В другом случае –ребенок пытается успеть произнести фразу целиком на вдохе, в результате чего он говорит слишком быстро, при этом не делая пауз.

Проблемы с распределением дыхания по словам. Чтобы восполнить запас воздуха, ребенку приходится брать паузу во время произношения фразы, в результате чего он может забыть, о чем он хотел сказать.

Искажение звуков речи из-за неправильно выдыхаемой воздушной струи.

В норме речевое дыхание происходит следующим образом: небольшой вдох через нос. Выдох плавный, струя воздуха выходит через рот. Выдох производится до конца. После каждого выдоха берется паузы (2-3 секунды).

Параметры правильного выдоха при выполнении упражнений.

-выдоху предшествует сильный вдох через нос;

-выдох происходит плавно, а не толчками;

-во время выдоха воздух выходит через рот, нельзя допускать выдоха воздуха через нос;

-выдыхать следует, пока не закончится воздух;

Упражнения проводят ежедневно в течении 5-10 минут в хорошо проветриваемом помещении с детьми от 3 до 6 лет, имеющими различные нарушения речи. Их можно использовать как физминутки в процессе занятий. Нельзя повторять упражнения больше 4-5 раз, т.к. это может привести к головокружению. Итак, в какие игры можно поиграть для формирования хорошего речевого дыхания.

«Футбол». Импровизированная игра в футбол. В качестве мяча можно сделать ватный шарик, либо взять бусину из легкого материала. Ворота можно нарисовать или поставить маленькую коробочку.

«Кораблики». В тазик с водой запускаются бумажные кораблики. Нужно показать ребенку, что ими можно двигать выдыхаемой струей воздуха. Можно посоревноваться с ним, кто задует корабль дальше. Одно условие - «двигать» корабль нужно на одном выдохе.

«Снегопад». Делаем из ваты маленькие шарики и устраиваем своеобразный снегопад, сдувая вместе с ребенком снежинки со стола, с ладоней и т.д.

«Вулкан». Готовим заранее мыльную воду. В стакан с водой опускаем трубочку и начинаем дуть в нее – чем сильнее и дольше ребенок дует в нее, тем интереснее получается «извержение вулкана». Это упражнение очень полезно, потому что соблюдаются два основных требования для правильного дыхания, т.е. вдох через нос, а долгий выдох через рот.

«Перья». Ребенок подбрасывает перышко вверх и дует снизу, не давая ему опускаться вниз. Ещё можно сдувать перышко/много перьев с ладони.

«Поем песенку» Вдохнуть воздух через нос, постепенно и медленно выдыхать воздух, произнося звук «а» (сочетания звуков ау, ауи и т. д.). Выдох контролируется ладонью.

«Сломанный микрофон» Показать беззвучную артикуляцию гласного звука (сочетаний двух-трех гласных звуков). Ребенку предлагается озвучить немую артикуляцию, произнести звук на длительном выдохе.

«Дровосек» Ребенку предлагается поставить ноги на ширину плеч, сцепить пальцы рук «замком» и опустить руки вниз. Быстро поднять руки - вдохнуть, наклониться вперед, медленно опуская руки, произнести «ух» на длительном выдохе.

«Ворона» Ребенку предлагается быстро поднять руки через стороны вверх - сделать вдох, медленно опустить руки - длительный выдох с произнесением звукоподражания «кар».

Аналогичным образом можно использовать другие звукоподражания (например, гуси - произнести на выдохе «га – га - га» (го, гы), корова - произнести на выдохе «му», кошка - «мяу» и т. д.).

«Задуй свечку» Дети держат полоски бумаги на расстоянии около 10 см от губ. Детям предлагается медленно и тихо подуть на «свечу» так, чтобы пламя «свечи» отклонилось. Логопед отмечает тех детей, кто дольше всех дул на «свечу».

«Воздушный шар» Исходное положение: дети разводят руки перед собой, изображая круг — «шину». На выдохе дети произносят медленно звук «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 делают непроизвольно вдох.

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

«Жук жужжит» Исходное положение: руки поднять в стороны и немного отвести назад, словно крылья. Выдыхая, дети произносят «ж-ж-ж», опуская руки вниз. Занимая исходное положение, дети делают непроизвольно вдох.

«Мыльные пузыри». Любимое занятие всех детей!

Также хорошо помогают игры с музыкальными инструментами – губными гармошками, дудочками.

Цель всех описанных игр одинакова, так как мы учим ребенка длительному и плавному выдоху.

Выполнение дыхательных упражнений в игровой форме вызывает у ребенка положительный эмоциональный настрой, снимает напряжение и способствует формированию практических умений.

Дошкольник, освоивший правильное дыхание, нуждается в постоянном контроле и наблюдении за правильностью его дыхания. Отсюда необходимость постоянного повторения дыхательных упражнений для закрепления навыков правильного физиологического и речевого дыхания. Все упражнения достаточно просты и не требуют специальной подготовки от родителей. За счет постановки правильного дыхания, быстро и эффективно преодолеваются речевые нарушения. Сокращается время для постановки и автоматизации речевых звуков, речь становится более четкой и внятной.