

! Важность речевого дыхания !

❖ Развитие речевого дыхания — один из первых и очень важных этапов коррекционного воздействия на дошкольников с речевыми нарушениями.

❖ Речевое дыхание — основа звучащей речи, источник образования звуков, голоса. Хорошо поставленное дыхание обеспечивает ясную дикцию и четкое произношение звуков.

↳ Именно поэтому необходимо уделить большое внимание постановке правильного речевого дыхания у детей, которые только начинают разговаривать. Это поможет избежать многих проблем с нарушениями речи в дальнейшем.

Чтобы научить ребёнка владеть голосом, надо научить его правильно дышать: и та и другая функция выполняются одними и теми же органами. Правильное дыхание — это короткий глубокий вдох и плавный, экономный выдох. Такое выполнение движений представляет трудность для детей, у которых имеются речевые нарушения. С ними необходимо планомерно работать над формированием речевого дыхания, начиная с лёгких дыхательных упражнений, переходя к более сложным.

Правильно сформированное речевое дыхание у детей, нуждающихся в логопедической помощи, обеспечивает быстрое усвоение звуков, способно изменять силу их звучания, помогает соблюдать паузы, сохранять плавность речи, менять громкость, использовать речевую методику.

❖ Наиболее эффективными мерами по тренировке правильного выдоха у детей являются упражнения и игры, включающие в себя элементы дыхательной зарядки, а также артикуляционная гимнастика.

Цель дыхательных упражнений – научить детей быстро, бесшумно производить вдох и экономно, плавно расходовать воздух на выдохе.

!Приступая к занятиям, необходимо понимать, что эти занятия могут быстро утомить ребёнка и даже вызвать у него головокружение, поэтому желательно придерживаться нескольких простых правил.

!!! Рекомендации по выполнению дыхательной гимнастики:

- ∅ проводить дыхательные упражнения в хорошо проветренном помещении или при открытой форточке;
- ∅ коррекционно-развивающую деятельность проводить до еды;
- ∅ заниматься в свободной, не стесняющей движения одежде;
- ∅ воздух необходимо набирать через нос, плечи не поднимать;
- ∅ выдох должен быть длительным, плавным;
- ∅ необходимо следить, чтобы не надувались щеки (на начальном этапе можно прижимать их ладонями);
- ∅ в процессе речевого дыхания не напрягать мышцы в области шеи, рук, груди, живота;
- ∅ дыхательные упражнения можно выполнять как в положении сидя, так и стоя
- ∅ достаточно трех-пяти повторений.

◆ Игры на развитие речевого дыхания:

■ Игра «Перышко»

Ребенок сдувает с ладони взрослого перышко, легкий ватный шарик.

■ Игра «Шарик»

Взрослый предлагает ребенку подуть на легкий шарик для пинг-понга, который находится в тазике с водой.

■ Игра «Кораблик»

Взрослый предлагает подуть на легкий бумажный или пластмассовый кораблик в тазике с водой.

■ Упражнение «Загони мяч в ворота»

Используя бумажный или выполненный из ваты (из фольги, цветной бумаги) «мячик», ребенок и взрослый попеременно дуют на него, перекатывая по столу.

■ Игра «Погреем руки»

Взрослый предлагает ребенку погреть свои ручки. Необходимо обращать внимание на положение губ (рот широко открыт).