

Развитие правильного речевого дыхания у ребёнка.



Правильное физиологическое дыхание не есть правильное речевое дыхание. Это связано с тем, что дыхательный аппарат выполняет не только основную физиологическую функцию – осуществление газообмена, но и участвует в образовании звука и голоса. Именно благодаря правильному речевому дыханию мы изменяем громкость речи, делаем ее плавной и выразительной. Правильное речевое дыхание является основой звучащей речи. Источником образования звуков речи является воздушная струя, выходящая из легких через гортань, глотку, полость рта или носа наружу. Дыхание обеспечивает нормальное звукообразование, создает условия для поддержания нормальной громкости речи, четкого соблюдения пауз, сохранения плавности речи и интонационной выразительности.

Лучшим типом речевого дыхания является: диафрагмально – нижнереберное (при вдохе диафрагма опускается, нижние ребра отходят в стороны, плечи при этом не поднимаются). Приступая к развитию у ребенка речевого дыхания, необходимо, прежде всего, развивать бесшумный, спокойный вдох без поднятия плеч, а так же сформировать сильный плавный ротовой выдох.

Длительность выдоха должна соответствовать возрасту ребенка:

- двух – трехлетнему малышу выдох обеспечивает произнесение фразы в 2 – 3 слова.
- ребенку среднего и старшего дошкольного возраста – фразы из 3 – 5 слов.
- Постепенно дети приучаются к более сильному выдоху. Параметры правильного ротового выдоха
 - выдоху предшествует сильный вдох через нос;
 - выдох происходит плавно, а не толчками;
 - во время выдоха губы складывать трубочкой, не следует сжимать губы, надувать щеки;
 - во время выдоха воздух выходит через рот, нельзя допускать выхода воздуха через нос;
 - выдыхать следует, пока не закончится воздух;

- во время пения или разговора нельзя добирать воздух при помощи частых коротких вдохов.

Какие трудности возникают у ребенка в процессе говорения? Как показывает наш опыт, маленькие дети в процессе говорения зачастую начинают говорить на входе или на остаточном выходе. Встречаются случаи, когда дети набирают воздух перед произнесением каждого слова. Несомненно, это отрицательно влияет на овладение правильным произношением и построением плавного и слитного речевого высказывания. Игровые упражнения, направленные на развитие физиологического дыхания. На начальных этапах работы по развитию речевого дыхания следует использовать игровые упражнения, не связанные непосредственно с этим видом дыхания. Сначала нужно научить малыша совершать достаточно сильный, длительный и, вместе с этим, экономный выдох. Приведем несколько примеров таким игровых упражнений.

- «Греем ручки» (выдыхание струи воздуха на ладони);
- «Снежинки» (сдувание со стола комочков ваты);
- «Листья падают и кружатся» (сдувание вырезанных из тонкой цветной бумаги листьев деревьев);
- «Цветной фонтанчик» (поддувание дождика, прикрепленного к палочке);
- «Свечка» (задувание свечи);
- «Ветряная мельница» (вращение ветряных игрушек);
- «Лети, лети, лепесток» (приведение в движение изготовленного из цветной бумаги «цветика-семицветика») и т.д.

Для работы над речевым дыханием используют следующие упражнения:

1. «Снег». Ребенку предлагается подуть на вату, мелкие бумажки, пушинки и тем самым превратить обычную комнату в заснеженный лес. 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. «Бульбульки». Возьмите два пластмассовых прозрачных стаканчика. В один налейте много воды, почти до краев, а в другой налейте чуть-чуть. Предложите ребенку поиграть в «бульбульки» с помощью трубочек для коктейля. Для

этого в стаканчик, где много воды нужно дуть через трубочку слабо, а в стаканчик, где мало воды – можно дуть сильно. Задача ребенка так играть в «бульбульки», чтобы не пролить воду. Обязательно обратите внимание ребенка на слова: слабо, сильно, много, мало. Эту игру можно также использовать для закрепления знания цветов. Для этого возьмите разноцветные стаканчики и трубочки и предложите ребенку подуть в зеленый стаканчик через зеленую трубочку и т.д.

5. «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 Вы, направляя их в ребенка. Это стимулирует ребенка дуть на пузыри, чтобы они не попали в него.

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

7. «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.

8. «Цветочный магазин». Предложите ребенку глубоко медленно вдохнуть через нос, нюхая воображаемый цветочек, чтобы выбрать самый ароматный цветочек для бабушки или мамы. Вы можете использовать для этой игры различные ароматические саше, (если у ребёнка нет аллергии) однако они не должны иметь резких запахов, не должны быть пыльными и нельзя подносить их слишком близко к носу.

После подготовительного периода, направленного на развитие физиологического дыхания, следует постепенно переходить к развитию собственно речевого дыхания. На данном этапе целесообразно использовать не только упражнения, направленные на развитие правильного выдоха и вдоха, но и вводить задания с воспроизведением речевого материала.

Вот несколько примеров.

- Длительное протяжное произнесение гласных звуков: «Кукла Катя хочет спать» (А-а-а), «Дует сильный ветер» (У-у-у) и др.
- Многократное повторение слогов на одном выдохе: «Дождик капает по крыше» («Па-па-па»), «Зайка прыгает» («Оп-оп-оп»), «Мишка топает» («Топ-топ-топ») и т.д.;
- Произнесение на одном выдохе слов и фраз с использованием приема наращивания: «Ветер. Дует ветер. Дует сильный ветер. Дует сильный и холодный ветер.»;
- Проговаривание скороговорок и чистоговорок;

- Выразительное чтение стихотворений. Контролируя правильность речевого дыхания малыша, следует обращать внимание на то, чтобы он не делал слишком большой вдох и не «выжимал» из себя воздух до конца (не начинал задыхаться).

Систематическая работа над формированием правильного дыхания способствует не только формированию красивой речи, но и профилактике таких заболеваний как:

- полипы носовой полости;
- гайморит;
- хронический бронхит;
- аденоидит;
- ринит;
- ринофарингит;
- риносинусит.

Играйте и развивайте! Учите своего ребёнка правильно дышать и как можно больше с ним общайтесь!