

Развиваем речевое дыхание

Чтобы научить ребенка правильно и четко говорить, владеть голосом, нужно, прежде всего, научить его правильно дышать.

Поговорим о правильном дыхании во время речи, а точнее об упражнениях на развитие этого самого дыхания. Может возникнуть вопрос: «Зачем они нужны, ведь дышать — это так естественно и просто?». Просто — да не просто для детей, которые учатся говорить!

Источником образования звуков речи является воздушная струя, выходящая из легких через гортань, глотку, полость рта или носа наружу.

Речевое дыхание, в отличие от физиологического (жизненного), является произвольным. При физиологическом (жизненном) дыхании вдох и выдох осуществляются через нос, вдох по продолжительности почти равен выдоху. Речевое дыхание осуществляется через рот, вдох совершается быстро, выдох замедлен. При физиологическом дыхании за вдохом сразу следует выдох, затем пауза. При речевом дыхании, наоборот, за вдохом следует пауза, а затем плавный выдох.

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

Послушайте, как дышит ваш ребенок, не затруднено ли у него носовое дыхание, не приходится ли ребенку держать рот открытым. Нарушения речевого дыхания могут быть следствием общей ослабленности, аденоидных разрастаний, различных сердечно – сосудистых заболеваний. Такие несовершенства речевого дыхания, как неумение рационально использовать выдох, речь на вдохе, неполное возобновление запаса воздуха, отрицательно влияющие на развитие речи детей, могут быть обусловлены неправильным воспитанием, недостаточным вниманием взрослых к речи детей.

Дети, имеющие ослабленный вдох и выдох, как правило, говорят тихо и затрудняются в произнесении длинных фраз. При нерациональном расходовании воздуха нарушается плавность речи, так как дети на середине фразы вынуждены добирать воздух. Часто такие дети недоговаривают слова и нередко в конце фразы произносят их шепотом. Укороченный выдох вынуждает говорить фразы в ускоренном темпе, без соблюдения логических пауз.

Качество речи, ее громкость, плавность во многом зависят от речевого дыхания.

Проявляя изобретательность, выдумку, вы сможете помочь своему ребенку выработать правильное речевое дыхание и быстрее освоить труднопроизносимые звуки. Рекомендуем начать с забавных для ребенка игровых упражнений.

«Буря в стакане»



Для этой игры необходима соломинка для коктейля и стакан с водой. Посередине широкого языка кладется соломинка, конец которой опускается в стакан с водой. Ребенок дует через соломинку, чтобы вода забурлила. Следите, чтобы щеки не надувались, а губы были неподвижны.

«Пускание мыльных пузырей»

Чей пузырь будет летать дольше?



«Одуванчик» (проводится весной на свежем воздухе).



Сорвать одуванчик, подуть на него так, чтобы с первого – третьего раза слетели все пушинки.

«Дутье на разноцветные вертушки»



«Духовые инструменты»



Эти инструменты издают звуки, если в них правильно дуть, поэтому их и называют духовыми (дудочка, труба, свирель, духовая гармошка).

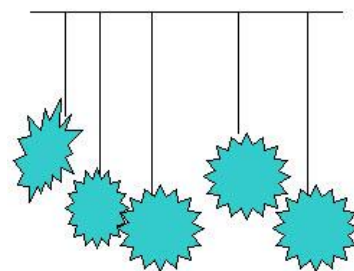
«Физкультурные свистки».

Чей свисток будет свистеть дольше?



А как интересно сделать своими руками сезонные игры для развития плавного выдоха!

Зимой можно вырезать из тонкой бумаги снежинки и прикрепить их ниточкой к маленьким рукавичкам. По сигналу «Снежинки летят» ребенку предлагается длительно подуть на них, под влиянием сильного выдоха снежинки «догоняют» друг друга.



А весной изготовить бумажные кораблики и устроить «Морские гонки».



Предложите ребенку подуть на бумажные кораблики, плавающие в тазу с водой, то плавно, длительно, то побыстрее, соревнуясь, чей кораблик одержит победу в гонках.

Для лета хороши бумажные бабочки и стрекозы, порхающие на ниточках над цветами, вертолетики и самолетики, летающие над облачками из ваты.



Осенью наблюдать, как «Листья шелестят». Вырезанные из тонкой бумаги листики прикрепить к «ветке». По сигналу «Подул ветерок» ребенок плавно дует на листики, так, чтобы они отклонялись и шелестели.

Такой игрушкой можно просто гордиться, ведь она сделана своими руками!

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).

Без правильного дыхания, для которого характерны короткий глубокий вдох и плавный, длительный, экономный выдох, невозможна хорошо звучащая речь. И здесь главными помощниками для своих детей можете и должны стать Вы, дорогие родители. Помните, пожалуйста, что в развитии ребенка не бывает мелочей. Дарите ему свое постоянное внимание и участие.