

Формирование речевого дыхания у детей

Наша речь осуществляется благодаря четкой и правильной работе всех органов, принимающих участие в речевом акте. Важной частью речи является дыхание.

Физиологическое, или жизненное, дыхание складывается из вдоха и выдоха, которые сменяют друг друга. Оно призвано поддерживать жизнь в организме путем газообмена.

Речевое дыхание призвано участвовать в создании голосового звучания на равномерном выдохе. Оно отличается от жизненного тем, что это управляемый процесс. В речи вдох короткий, а выдох длинный, поэтому количество выдыхаемого воздуха зависит от длины фразы. Речевое дыхание считается неправильным, если дыхание учащено, выдох укорочен; слишком большой вдох или добор воздуха заметен для окружающих.

Наиболее правильное, целесообразное и удобное для речи диафрагмально-реберное дыхание. Правильное носовое дыхание способствует тренировке дыхательной мускулатуры, улучшает местное и мозговое кровообращение, препятствует разрастанию аденоидов, предохраняет от переохлаждения.

Речевое дыхание может быть затруднено вследствие таких заболеваний, как ринит, гайморит, хронический бронхит, некоторых сердечно-сосудистых заболеваний, заикания, ринолалии, дизартрии.

Ежедневно в группах компенсирующей направленности педагоги занимаются с детьми дыхательной гимнастикой, необходимой для воспитания правильного речевого дыхания.

Такие регулярные занятия способствуют воспитанию правильного речевого дыхания с удлинённым постепенным вдохом, развитию голоса, формированию правильного звукопроизношения, плавности и четкости речи, профилактике болезней дыхательных путей. А главное – всё это доставляет детям огромное удовольствие.

Уважаемые родители, выполняя дома с ребенком простые и веселые упражнения, Вы внесёте неоценимый вклад в его здоровье!

Во время гимнастики соблюдайте правило: вдох совпадает с расширением грудной клетки, выдох – с ее сужением. Во избежание головокружений выполняйте дыхательные упражнения 3-5 минут.

**Выполняйте дыхательные упражнения
и будьте здоровы!!!**

«Листопад»



Положи листочек на ладошку. Вытяни губы вперед трубочкой и длительно подуй на листочек так, чтобы он полетел. Воздух должен проходить по центру язычка.

«Надуй шарик»



Надуй шарик, набирая воздух через нос, медленно выдыхая его в отверстие шарика.

«Загони мяч в ворота»



Возьми поролоновый мячик. Положи перед футбольными воротами. Улыбнись. Положи широкий кончик языка на нижнюю губу («блинчик»). Дуй на мяч и старайся забить гол плавной струей воздуха. Воздушная струя должна идти по центру язычка. Теперь забивай гол резкой отрывистой струей воздуха.

«Снегопад»



Сделай снежинки из бумаги или ваты (рыхлые комочки). Сдувай кусочки ваты или бумажные шарики с ладошки. Воздух должен проходить по центру язычка.

«Мыльные пузыри»



Вытяни губы вперед трубочкой и длительно подуй. Дыши носом, а выдыхай через рот. Щеки не надувай.

«Уточка, пльви»

«Кораблик»



Потребуется таз с водой и бумажные кораблики. Чтобы кораблик двигался плавно, нужно на него дуть не торопясь, сложив губы, как для звука [ф]. Для имитации порывистого ветра губы складываются, как для звука [п]: «п-п-п». Можно дуть, вытянув губы трубочкой, но не надувая щёк.

«Шторм в стакане»



Рот открыт. Губы в улыбке. Широкий кончик языка упирается в основание нижних резцов. Посередине языка кладется соломинка для коктейля, конец которой опускается в стакан с водой. Подуй через соломинку, чтобы вода в стакане забурлила. Следи, чтобы щеки не надувались, губы были неподвижны.

«Ветряная мельница»



Подуй на лопасти игрушки-вертушки или мельницы из песочного набора. Следи, чтобы щеки не надувались.

«Бабочка, лети»



Вырежи из бумаги бабочку и подвесь ее на нитке. Подуй на бабочку так, чтобы она полетела. Делай длительный плавный выдох.

«Пушок»



Привяжи на веревочку легкое пёрышко. Подуй на пёрышко, делая вдох только носом, а выдох – через сложенные трубочкой губы.

«Парашютик» («Фокус»)



Рот приоткрой, язык «чашечкой» выдвини вперёд и приподними. Плавно выдохни на ватку, лежащую на кончике носа.

«Пастушок»



Ты – пастушок, колпачок от фломастера – твоя дудочка. Улыбнись, приоткрой рот, кончик языка положи на нижнюю губу и поднеси к нему чистый колпачок так, чтобы он одной стороной касался языка. Выдыхай воздух в колпачок плавно, исполняя песенку пастушка.