

Развитие речевого дыхания у детей с нарушениями речи.



Учитель – логопед: Журавлева Инна Владимировна

Сегодня я расскажу как можно развивать речевое дыхание с нарушением речи с ребенком дома.

Развитие дыхания – один из самых важных этапов коррекционного воздействия на детей с тяжелыми нарушениями речи независимо от вида их речевого дефекта.

Многим из вас приходилось слышать, как ребенок разговаривает, что называется, просто взхлёб. Слова, льющиеся из маленького ротика, мало понятны, окончания проглатываются, сложно вообще разобрать, что ребёнок пытается рассказать.

Как же рождаются звуки **речи**? Чтобы мы могли произносить звуки, а наш голос звучал, нужен воздух. Вы замечали: прежде чем заговорить, необходимо глубоко вдохнуть. Слова выговариваются на выдохе. Это значит, что звуки **речи** рождаются под действием воздушной струи, проходящей через все **дыхательные пути**: от лёгких через трахею, гортань глотку до ротовой и носовой полости. Что случается, когда у нас заканчивается воздух на выдохе? Правильно, нам приходится сделать паузу, чтобы вновь вдохнуть. А далее- всё повторяется.

Речевое дыхание - основа звучащей речи, источник образования звуков, голоса. Оно отличается от **неречевого (физиологического дыхания)**. Цель тренировки **речевого дыхания** – выработка именно плавного длительного выдоха, а не умение вдохнуть побольше воздуха.

Обычное **дыхание** существенно отличается от **речевого**. **Жизненное дыхание произвольное**. Вдох и выдох производятся через нос. После выдоха возникает небольшая пауза перед последующим вдохом.

Речевое дыхание - это во многом управляемый процесс, количество **выдыхаемого** воздуха и сила выдоха зависят от цели и условий общения. Если говорящий ребёнок обращается к человеку, стоящему далеко от него, то он «*посылая звук*», удлиняет выдох и тем самым усиливает работу голосовых связок. **Речевое дыхание** осуществляется произвольно, **неречевое автоматически**.

Установлено, что наиболее правильным, удобным для **речи** является диафрагмально-рёберное **дыхание**, когда вдох и выдох совершается при участии диафрагмы и подвижности рёбер. Активна нижняя часть лёгких, плечи же остаются неподвижными. При **речи** вдох делается и носом и ртом. Вначале высказывания говорящий ещё может вдохнуть носом, при длительном же

высказывании он делает добор воздуха только через рот, т. к. быстро и бесшумно вдохнуть через узкие носовые ходы невозможно. Поэтому при постоянном **речевом дыхании** целесообразно приучать **детей** всегда делать вдох ртом через немного приоткрытые губы (*лёгкая улыбка*) – она помогает снимать мышечное напряжение и является естественным началом свободной **речи**. Контролировать правильное **речевое дыхание** помогает собственная ладонь, если положить её на область диафрагмы (*между грудной клеткой и животом*). При вдохе грудная клетка расширяется, при выдохе - сокращается. Вдох при **речи короткий**, выдох длительный, плавный.

Зачем же нужно обучать **детей правильно дышать**? Малышам в раннем возрасте, когда они учатся произносить первые слова, приходится познавать, что такое дышать и говорить одновременно. Из-за некоторых заболеваний (*аденоиды, болезни сердца, ослабленность организма*) им не удаётся говорить длительными фразами, достаточно чётко, с логическими паузами. Создаётся впечатление, что ребёнок **задыхается**. А всего-навсего ему не достаёт в данный момент воздуха. Во время разговора у него слабенький вдох и короткий выдох.

Таким образом воздушная струя является энергетической основой звука, слога, слова, фразы. Без сильной длительной воздушной струи **нарушается** не только звукопроизношение, но и общее звучание **речи**: речь *«вахлѐб»*, не проговаривание окончаний слов, *«смазанность»* конца фразы.

Часто бывает так: системой специальных упражнений артикуляционный аппарат подготовлен, звукообразующие артикулемы сформированы, а вызвать звук не удастся особенно, при исправлении горловых звуков. Почему? Дело в том, что в этих случаях основная воздушная струя на выдохе проходит не через рот, а через нос. Т. е. в процессе **речи** ребенок использует физиологическое **дыхание**.

Вниманию родителей предлагаю несколько удобных **игр на развитие речевого дыхания**. Заниматься можно 1 раз в неделю, по одной игре.



«**Цветочек**» - вдохнуть и задержать **дыхание** – *«понюхать цветочек»*.

«**Пёрышко**» - сдуть пёрышко с ладони.

«**Листья летят**» - вдохнуть через нос, сдуть листок с ладошки.

«**Платочек**» - подуть на цветной носовой платочек.

«**Жук полетел**» - сдуть бумажного жука со стола.

«**Покатай карандаш**» - вдохнуть через нос и, **выдыхая через рот**, прокатить карандаш по столу.

«**Рыбаки плавают**»- подуть на модуль «**Рыбки**» (вырезать из цветной бумаги рыбку и подвесить её за ниточку, например к люстре).

«**Вертушки**» - подуть на вертушку (как бы «имитируя «**сильный ветер**»»).

«**Дудочка**» - учить извлекать звук из дудочки (*или другого музыкального инструмента, в который надо дуть*).

«Узнай по запаху» - узнавать по запаху яблоко среди наборов фруктов.
«Пускание мыльных пузырей» - учить делать длительный выдох через рот.
«Птичка летает» - подуть на бумажную птичку. Прикреплённую за ниточку.
«Свистулька» - учить извлекать звук из свистульки.
«Воздушный шарик летит» - подуть на воздушный шарик.
«Самолёт» - подуть на бумажный самолёт, подвешенный на ниточке.
«Прокати шарик» - вдохнуть через нос и дуть на шарик, лежащий на столе (любой лёгкий шарик, например теннисный).
«Ёлочный дождик» - подуть на дождик. Посмотреть, как он искрится.
«Сдуй снежинку»- (можно использовать на прогулке) –сдувать снег с варежки. \

«Погрей руки» -**вдыхать** через нос и дуть на «озябшие руки».
«Снежок тает» - подуть на снег, **выдыхая ртом**, чтобы снег растаял.
«Согрей игрушку» - вдохнуть через нос и дуть на «замёршую» игрушку.
«Трубочка» - покатавать шарики на столе, дую в короткую трубочку (трубочка из –под сока. а вместо шариков можно использовать вату, шарики из пенопласта).
«Бурлящая вода» - подуть на воду через трубочку.
«Морские гонки» - через короткую трубочку дуть на бумажные кораблики в воде.
«Султанчики» - подуть на султанчики из бумаги (кончик карандаша обмотать «ёлочным дождиком».
«Флажок» - подуть на цветной флажок, сделанный из цветной бумаги и зубочистки.
«Бабочка» - сдуть бабочку с цветка, вырезанного из цветной бумаги и приклеенного на неё.
«Одуванчик» - сдуть пушинки с первого- третьего раза (на прогулке).

Упражнения должны выполняться последовательно с использованием наглядности, постепенно переходя от простого к более сложному. Сначала проводится тренировка длительного **речевого** выдоха на отдельных звуках, потом- словах, затем- в коротких фразах, в стихах и т. д. Например, когда ребёнку читают сказку, упоминая в ней ветер, поучите его дуть, дуйте ему в лицо. Потом предложите кусочек ватки, объясните, что это снежинка- она летает. Когда ветер дует; дуть на неё нужно ртом плавно. А **вдыхать через нос**.

Данные упражнения оказывают эффективное воздействие на просодическую сторону **речи**, влияют на чёткость дикции и в целом на речь **детей**.

Нужно так же отметить, что правильное **речевое дыхание** :

- обеспечивает нормальное звукообразование;
- создаёт условия для поддержания нормальной громкости **речи**, чёткого соблюдения пауз, сохранения плавности **речи** и интонационной выразительности;
- предохраняет голосовой аппарат от переутомления.

За консультацией и интересующими вопросами по организации логопедической помощи в режиме дистанционного обучения просьба обращаться к классному руководителю.

