

Развитие речевого дыхания

Консультация для родителей

Составила учитель-логопед Замфир М.Ю.

Начинать работу по развитию речи нужно с развития дыхания. У детей с ОВЗ зачастую оно сформировано неправильно. У детей наблюдается слабый вдох, слабый выдох. Ребенок выдыхает воздух на первом слоге, на произношение всего слова воздуха не хватает и слово не договаривается. При неправильном выдыхании воздух приводит к искажению звуков. Поэтому нужно тренировать правильный выдох, учиться дышать правильно.

Физиологическое дыхание – непроизвольно, оно не зависит от воли человека. Речевое дыхание – это вдох и плавный, постепенный выдох. Физиологическое дыхание производится через нос, речевое – через рот и нос. Самым удобным и оптимальным для речи считается диафрагмальное дыхание, дыхание с участием межреберных мышц. Речевой дыхательный цикл более длинный, чем физиологический. В начале звукопроизношения делается короткий глубокий вдох, после чего берется небольшая пауза, а на выдохе произносится слово. Нормой слов на выдохе считается такое количество, которое соответствует возрасту ребенка, т.е. 3 года- 3 слова, чем старше ребенок, тем длиннее должно быть произнесенное предложение.



При вдохе воздух набирается в живот, грудь и плечи не поднимаются. На выдохе воздух выходит через рот, выдыхать следует, пока не закончится воздух, живот при этом выталкивает воздух и втягивается. Щеки на выдохе не надуваются, губы в трубочке, а струя воздуха холодная и сильная. Нельзя допускать выхода воздуха через нос (если ребенок выдыхает через нос,

можно зажать ему ноздри, чтобы он ощутил, как должен выходить воздух), нельзя добирать воздух при помощи частых коротких вдохов. Тренировку по выработке речевого дыхания нужно проводить каждый день до приема пищи, в течение 5—10 минут в хорошо проветриваемом помещении, пока правильное дыхание не станет автоматическим.

Дыхательные упражнения лучше проводить в игровой форме и чередовать с другими упражнениями. В домашних условиях для дыхательных упражнений, для выработки направленной воздушной струи можно использовать такие подручные средства, как порванные бумажные салфетки. Можно раздувать их по столу либо положить полоску салфетки на нос и сдуть ее струей выдуваемого воздуха, направленного через выдвинутую вперед нижнюю губу. Можно играть в «футбол на столе», гоня «мяч», сделанный из ватного шарика. Увлекательными будут и соревнования «Кто быстрее?», где нужно дуть от импровизированной стартовой полосы мелкие предметы, например карандаши, ручки, ватные палочки. Ребенку будет интересно с помощью коктейльных трубочек устроить бурю в стакане, выдувать мыльные пузыри, пускать бумажные кораблики в тазу с водой, играть с воздушными шарами, дую на них и не давая упасть. С помощью этих игр ребенок учится длительному и плавному выдоху, у него тренируются мышцы губ.

Дыхательная гимнастика – это приятное и полезное занятие.

