

Правильное дыхание – залог правильной речи!

Правильное дыхание очень важно для развития речи, так как дыхательная система – это энергетическая база для речевой системы. Дыхание влияет на звукопроизношение, артикуляцию и развитие голоса.

Необходимо знать, что дыхание бывает жизненное и речевое, выполняется одними и теми же органами, но отличается друг от друга.

Жизненное дыхание – это вдох, выдох, пауза.

Речевое дыхание – короткий глубокий вдох, пауза и плавный длинный экономный выдох, без которого невозможно хорошо звучащая речь.

Малыши, 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 шёпотом. Иногда, чтобы закончить длинную фразу, они вынуждены говорить на вдохе, отчего речь становится нечёткой, судорожной, с захлёбыванием. Укороченный выдох вынуждает говорить фразы в ускоренном темпе, без соблюдения логических пауз. Основные задачи в работе над развитием речевого дыхания:

1. Вырабатывать свободный плавный удлинённый выдох, используя специальные игровые упражнения.
2. Путём подражания речи взрослого воспитывать умение произносить небольшие фразы или смысловые отрезки на одном выдохе.

Уважаемые родители!

Проявляя изобретательность, выдумку, вы сможете помочь своему ребёнку выработать правильное речевое дыхание. Рекомендую начать с произвольных и таких забавных для ребёнка игровых упражнений:

- дутьё через соломинку в стакан с водой;
- надувание воздушных шаров;
- дутьё на разноцветные вертушки;
- игра на духовых музыкальных инструментах, например, дудочке;
- пускание мыльных пузырей;
- дутьё на одуванчики весной.

При всех этих забавах ребёнок произвольно учится делать вдох через нос и выдох через рот.

А как интересно сделать своими руками игры для развития выдоха! Сезонные игрушки: зимой – снежинки, прикреплённые ниточками к игрушечным рукавичкам; осенние листочки, падающие на корзинки с грибами. Хороши и бумажные бабочки и стрекозы, порхающие на тесёмочках над вырезанными из бумаги цветами; лёгкие птички, летающие над облачками из ваты. Для

мальчиков – вертолётки и самолётки. А для девочек – улетающие по воле ветра от кукол шляпки. Лыжники, убегающие от соперников; мальчики на быстрых самокатах. Как всё интересно! Такой игрушкой можно просто гордиться, ведь сделана она руками домашних.

Работая над развитием произвольного выдоха, вы постепенно подведёте ребёнка к осознанию акта дыхания. Дайте ему маленькое зеркальце и предложите, дыша на него, сделать:

- вдох и выдох через нос;
- вдох и выдох через рот;
- вдох через нос, выдох через рот;
- вдох через рот, выдох через нос.

А ещё интересно «тянуть» гласные звуки на выдохе: кто дольше? Можно петь и сочетания из гласных: АО, УЫ, ИЗ, ЭУА, УОА и другие. Только не забывайте напомнить ребёнку: сделать вдох носом и начинать «пение» на выдохе. Следите, чтобы ребёнок не раздувал крыльев носа на вдохе и не поднимал слишком высоко плечи.

