Для чего нужны тренировки речевого дыхания?

В образовании звуков принимают участие так же и легкие, правильное дыхание - дает силу звучания нашему голосу. У детей младшего возраста часто бывает сбивчивое, прерывистое дыхание. А некоторым - трудно сделать длинный выдох, также чередовать выдох и вдох носом, затем ртом и т.д. Конечно же, это мешает ребенку правильно и выразительно говорить. Предотвратить, а также исправить эти проблемы могут тренировки речевого дыхания.

Процесс формирования речевого дыхания:

 - 1 этап – формирование неречевого дыхания (формирование длительного выдоха у детей от 2-х до 4-х лет) Голосовой аппарат детей третьего года жизни еще недостаточно окреп. Малыши не умеют говорить шепотом, им трудно произвольно менять силу голоса. Речевое дыхание характеризуется укороченным слабым выдохом. Дети четвертого года жизни тоже имеют трудности управления своим голосовым аппаратом: малыши подчас говорят очень громко, не замечая этого. Речевое дыхание в данном возрасте удлиняется, на одном выдохе ребенок в норме может произнести небольшую фразу или произнести цепочку из 3-4 звуков. Поэтому на первом этапе с 2-х до 4-х лет необходимо обучать длинному плавному выдоху (на четвертом году жизни, исходя из индивидуальных возможностей ребенка, обучаем его вдоху через нос).

Упражнения для развития дыхания детей с нарушениями речи.

Ветряная мельница.
Ребенок дует на лопасти игрушки-вертушки или мельницы из песочного набора.

Футбол .
Скатать ватный шарик и поставить два кубика в качестве ворот. Ребенок должен, дуя на шарик, загнать его в ворота.

Снегопад.
Сделать снежинки из ваты (рыхлые комочки). Объяснить ребенку, что такое снегопад и предложить ребенку сдувать "снежинки" с ладони.

Листопад.
Вырезаем из цветной бумаги различные осенние листья и объясняем ребенку, что такое листопад. Дуем на листья, так, чтобы они полетели.

Бабочка.
Вырезаем из бумаги бабочек и подвешиваем их на нитках. Дуем на бабочку так, чтобы она полетела (при этом следить, чтобы ребенок сделал длительный плавный выдох).

Кораблик.
Дуть плавно и длительно на бумажный кораблик.

Одуванчик.
Дуем на отцветший одуванчик (следите за правильностью выдоха).

Шторм в стакане.
 Ребенок дует через соломинку в стакан с водой (нужно следить, чтобы щеки не надувались, а губы были неподвижными).

Техника выполнения упражнений:

* воздух набирать через нос.
* плечи не поднимать.
* выдох должен быть длительным и плавным.
* необходимо следить, за тем, чтобы не надувались щеки (для начала их можно придерживать руками).
* нельзя много раз подряд повторять упражнения, так как это может привести к головокружению.

 - 2 этап – формирование неречевого дыхания (формирование диафрагмально- релаксационного типа дыхания у детей с 4-х лет). На пятом году жизни дети без речевой патологии способны менять произвольно громкость голоса, умеют воспроизводить различные интонации, так как речевое дыхание удлиняется. Таким образом, на втором этапе с 4-х лет необходимо начать обучение ребенка диафрагмально-релаксационному дыханию, которое является основой речевого дыхания.

- 3 этап – формирование речевого дыхания:

1. Произношение 1,2,3… гласных, а затем всего ряда гласных на выдохе.

 2. Произношение всего гласного ряда на выдохе шепотом.

 3. На одном выдохе 1 согласный (шипящий, свистящий – если ребенок их произносит)

4. На одном выдохе 1,2,3… слогов.

 5. Произношение 1,2,3… слов.

6. Рассказывание чистоговорок, поговорок, стихотворных текстов, соблюдая логические паузы.

Формирование речевого дыхания обеспечивает – ритм, темп, дикцию, голосообразование, выразительность, правильность речи и звукопроизношения. Что в конечном итоге является показателем совершенной речи.

Комплекс профилактических упражнений для верхних дыхательных путей.

Весёлое лесное путешествие

1. Паровоз привез нас в лес.
Чух-чух-чух! Чух-чух-чух!
(ходьба с согнутыми в локтях руками)

Там полным-полно чудес.
(удивленно произносить «м-м-м» на выдохе,
одновременно постукивая пальцами по крыльям носа)

2. Вот идет сердитый еж:
П-ф-ф-ф, п-ф-ф-ф, п-ф-ф-ф!
(низко наклониться, обхватив руками грудь –
свернувшийся в клубок ежик)

Где же носик? Не поймешь.
Ф-ф-р! Ф-ф-р! Ф-ф-р!

3. Вот веселая пчела детям меда принесла.
З-з-з! З-з-з!
Села нам на локоток,
З-з-з! З-з-з!
Полетела на носок.
З-з-з! З-з-з!
(звук и взгляд направлять по тексту)

4. Пчёлку ослик испугал:
Й-а-а! Й-а-а! Й-а-а!
На весь лес он закричал:
Й-а-а! Й-а-а! Й-а-а!
(укрепление связок гортани, профилактика храпа)

5. Гуси по небу летят,
Гуси ослику гудят:
Г-у-у! Г-у-у! Г-у-у! Г-у-у!
Г-у-у! Г-у-у! Г-у-у! Г-у-у!
(медленная ходьба, руки-крылья
поднимать на вдохе, опускать со звуком

6. Устали? Нужно отдыхать,Сесть и сладко позевать.

(дети садятся на ковер и несколько раз зевают,стимулируя тем самым гортанно-глоточный аппарати деятельность головного мозга)