

«Речевое дыхание, как единица речи»

Понимание важности развития речевого дыхания для детей с речевыми нарушениями

Учитель-логопед: Попелова В.В.

Дыхание входит в сложную функциональную речевую систему. Периферические органы слуха, дыхания, голоса, артикуляции неразрывно связаны и взаимодействуют между собой на разных уровнях под контролем ЦНС. Каждый из органов речи имеет свою функцию. Каждое логопедическое занятие начинается с упражнений на активизацию дыхания, на формирование стереотипа правильного физиологического и речевого дыхания. Речевое дыхание – это возможность человека выполнять короткий глубокий вдох и рационально распределять воздух при выдохе с одновременным произнесением различных звукосочетаний. Установлено, что наиболее правильным, удобным для речи является диафрагмально-реберное дыхание, когда вдох и выдох совершаются при участии диафрагмы и межреберных мышц. Активна нижняя, самая емкая часть легких. Верхние отделы грудной клетки, а также плечи практически остаются неподвижными. В процессе речи существенно увеличивается функциональное значение фазы выдоха. Перед началом речи обычно делается быстрый и более глубокий, чем в покое, вдох. Речевой вдох осуществляется через рот и нос, а в процессе речевого выдоха поток воздуха идет только через рот.

Неправильное дыхание приводит к форсированности и неустойчивости голоса.

В связи с этой проблемой в нашем учреждении особую значимость стали придавать дыхательной гимнастике. Цель дыхательных упражнений – увеличить объем дыхания, нормализовать его ритм, выработать плавный, экономный выдох.

При проведении игр и упражнений, направленных на развитие у ребенка речевого дыхания, необходимо помнить, что дыхательные упражнения быстро утомляют ребенка и могут вызвать головокружение. Поэтому такие игры необходимо ограничивать по времени и обязательно чередовать с другими упражнениями.

Благодаря частой смене упражнений интерес детей к данной гимнастике поддерживается на протяжении всего года. Приведу примеры нескольких комплексов дыхательно – звуковой гимнастики:

ТЕМА НЕДЕЛИ: “ЗИМА. НОВЫЙ ГОД”; (при выполнении всех упражнений вдох делается через нос, рот закрыт):

- **“БЬЮТ ЧАСЫ 12 РАЗ”** И.п. – стоя, ноги врозь, руки вверх, пальцы сцеплены в замок. Вдох – И.п.; выдох – наклониться в сторону, сказать “Бом!”. Повторить 12 раз.

- **“ЁЛОЧКА НАРЯДНАЯ”** И.п. – стоя, руки вдоль туловища, кисти в стороны. Вдох – приподняться на носки, развести руки в стороны; выдох – поворот туловища в сторону, полуприседание, руки в И.п., сказать “Ах!”.

- **“ХЛОПУШКА”** И.п. – стоя на коленях, руки вдоль туловища. Вдох – руки развести в стороны, выдох – опустить вниз, хлопнуть в ладоши, сказать “Хлоп!”. Повторить 6-8 раз.

- **“ДУЕТ ДЕД МОРОЗ”**. И.п. – сидя на корточках, ладони сложить трубочкой вокруг рта. Вдох – И.п.; на выдохе протяжно сказать: “У - у - у”. Повторить 6-8 раз.

ИГРОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ДЫХАНИЯ

ПИЛКА ДРОВ Дети становятся друг против друга парами, берутся за руки и имитируют пилку дров: руки на себя - вдох, руки от себя - выдох.



ПОГРЕТЬСЯ НА МОРОЗЕ. Дети вдыхают через нос и дуют на «озябшие» руки, плавно выдыхая через рот, как бы согревая руки.

СНЕЖИНКИ ЛЕЯТ На ниточки прикрепляются легкие кусочки ваты или вырезанные из тонкой бумаги снежинки. Детям предлагается длительно подуть на них по сигналу «Снежинки летят».

НАДУЕМ ИГРУШКУ. Детям предлагается надуть резиновые надувные игрушки, воздушные шары, набирая воздух через нос и медленно выдыхая его через в отверстие игрушки.

ЛИСТЬЯ ШЕЛЕСТЯТ. Предлагаются полоски тонкой зеленой бумаги, вырезанные в виде листиков и прикрепленные к «ветке». По сигналу «Подул ветерок» дети плавно дуют на листики так, чтобы они «зашелестели».

ПОКАТАЙ КАРАНДАШ. Детям предлагается вдохнуть через нос и, выдыхая через рот, прокатить по парте круглый карандаш.

ВЕРТУШКА. Детям предлагается длительно подуть на вертушку, чтобы она плавно вертелась.

УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ РЕЧЕВОГО ДЫХАНИЯ И ГОЛОСА

ЭХО. Детей распределяют на две группы. Одна из групп - «эхо». Первая группа громко произносит гласные звуки (А, О, У) или сочетания гласных (АУ, УА, ОА, УИ) . Вторая группа («эхо») тихо повторяет. меняются ролями.

ВЬЮГА. Перед детьми сюжетная картинка «Вьюга». По сигналу «Вьюга началась» дети тихо гудят: У-у-у... По сигналу «Сильная вьюга» дети громко произносят: У-у-у... По сигналу «Вьюга затихает» дети постепенно уменьшают силу голоса. По сигналу «Вьюга закончилась» замолкают.