Советы логопеда : «Как развивать у ребёнка речевое дыхание?»

Что такое речевое дыхание

Особенности речевого дыхания изучались многими известными физиологами. По мнению Е.Н. Малютина, В.Г. Ермолаева, Ю.Парова, во время фонации напрягаются не только мышцы гортани, но и легкие, мускулатура брюшного пресса, грудная клетка выдвигается вперед. Трубчатая носоглотка становится твердой, так как легкие ее раздувают, подавая туда воздух для звукообразования. Тонус дыхательной мускулатуры регулирует силу звука.

Вдох для начала звукопроизношения делается коротко, глубоко, потом следует небольшая пауза, на выдохе происходит фонация. Физиологическая респирация производится через нос. **Речевая – через рот и нос**.

От длины выдоха зависит продолжительность фразы. **Речевой дыхательный цикл вдвое длиннее, чем физиологический**. Во время фонации человек, в норме, делает до 10 вдохов в минуту и столько же выдохов. При физиологическом – до 20.

Объем выдыхаемого воздуха во время звукопроизношения составляет около 1500 см³, при физиологическом – 500 см³.

Особенностью речевого дыхания является то, что его ритм регулируется лингвистическими конструкциями, членение фразы на смысловые единицы. Человек вдыхает воздух для продолжения монолога рефлекторно, но опираясь на внутренне ощущение законченности высказывания, делая паузы.

Таким образом, речевое дыхание – это условно рефлекторный, произвольный процесс. Его развитие идет параллельно с развитием речи.

Развитие речевого дыхания у детей

Неправильно развитое речевое дыхание мешает овладению техникой говорения. Р**ебенок говорит сбивчиво, глотает окончания, вдыхает во время фонации** – это делает речь непонятной, скачкообразной. У него нет возможности произнести единую плавную лингвистическую конструкцию.

По этой причине, лечение различных логопедических проблем у дошкольников стоит начинать с развития правильной речевой респирации.

Коррекционная работа состоит из следующих этапов:

1. Формирование вдоха и озвученного длительного выдоха.
2. Постановка дыхания, выдоха, фонации одновременно.
3. Развитие выдоха разной силы с одновременным звукопроизношением слов, фраз
4. Развитие правильного вдоха-выдоха во время речи в процессе произношения небольшого текста.

Перед логопедом, педагогом ставятся следующие задачи по развитию речевого дыхания у детей дошкольного возраста:

* Укрепить мышцы диафрагмы, артикуляционного аппарата.
* Нормализовать звукопроизношение.
* Научить контролировать процесс речи.
* Добиться полного усвоения навыков правильного дыхания.
* Увеличить количество произносимых на выдохе слов.

Методика развития речевого дыхания включает в себя различные игры, стихи, песни, упражнения для занятий с дошкольниками разного возраста.

Игры и упражнения:

### Шарик

Цель: натренировать силу вдох-выдоха.

Исходная позиция: стоя или сидя.

Как выполнять: дошкольник вдыхает воздух носом, а затем ртом, с силой выдыхает в шарик, надувает его, а затем пытается удержать давление нем. Повторить упражнение несколько раз.

### Задуй свечку

Цель: научить вдыхать воздух глубоко, выдыхать ртом медленно, плавно.

ИП: сидя на стульчике.

Как выполнять: дошкольник набирает воздух в легкие через рот, потом складывает губы трубочкой и выдувает его обратно (задувает свечку). Выдох производится медленно и плавно.

После 3 -4 занятий, попросите ребенка проговаривать во время выдоха: “ФУ…..”

### Используйте любые игрушки, раздаточные материалы для занятий по развитию речевого дыхания

### Трубач

Цель: обучения навыку звукопроизношения в период длинного выдоха.

ИП: сидя за столом.

Выполнение: поднести ко рту кулачки. Сделать вдох ртом, длинный выдох и трубить: “У-У-у…”. Звук можно заменить любым гласным. Устройте соревнование, кто дольше всех будет дудеть.

###  Пение

Пропевание различных звуков, состоящих из 1, 2, 3 фонем с разной силой, высотой, тембром на выдохе. Например, для начала пойте только одну гласную, затем слоги: га, ма, ду, ро и т.д.

Экспериментируйте с интонацией, просите малышей петь жалобно, радостно, громко, тих, шепотом.