

ДЫШИМ ПРАВИЛЬНО – ГОВОРИМ ЛЕГКО!

Дыхание – одна из важнейших функций жизнеобеспечения человека. Наряду с основной биологической функцией газообмена, органы дыхания осуществляют также и голосообразование. Речевое дыхание имеет существенные отличия, обусловленные особыми требованиями, предъявляемыми к дыхательному акту во время речи.

Основа внешней (произносительной) речи – дыхание. От его правильности зависят чистота и красота голоса.

Особенности речевого дыхания связаны с тем, что оно включено в процесс речи, обслуживает, является основой голосообразования; формирования его речевых звуков, речевой мелодии. Дыхание в речи связано с её разнообразным течением и чередованием речевых звеньев (групп слов от паузы до паузы), которые в зависимости от содержания могут быть длинными и короткими, медленными и быстрыми.

Различают три типа дыхания: верхнерёберное, грудное, груднобрюшное (оно же диафрагмально – рёберное). Ребёнок сначала пользуется в речи навыками жизненного дыхания и только в процессе речевого развития, под влиянием речи окружающих у него постепенно формируется наиболее оптимальный тип дыхания – груднобрюшной.

Работа по формированию правильного речевого дыхания может проводиться в следующем порядке:

1. Развитие груднобрюшного типа дыхания;
2. Обучение длительному целенаправленному ротовому выдоху;
3. Формирование таких качеств дыхания, как сила, продолжительность, постепенность, целенаправленность.

Игры и упражнения для развития правильного речевого дыхания

1. Осенние листочки

Оборудование: несколько сухих разноцветных листьев деревьев.

На уровне рта ребёнка подвешены на ниточках сухие разноцветные листья деревьев.

Инструкция: По команде медленно начинаем набирать воздух через нос. Следить затем, чтобы не поднимались плечи. Вытягивать губы трубочкой. Дуть на листочки, не раздувая щёк. Повторить 3 – 5 раз.

2. Бабочки порхают

Оборудование: 2 – 3 яркие бумажные бабочки.

Перед началом занятия к каждой бабочке нужно привязать нитку длиной 20 – 40 см, прикрепить их к шнуру на некотором расстоянии друг от друга. Шнур натянуть так, чтобы бабочки висели на уровне лица стоящего ребёнка.

3. Рыбки

Оборудование: 2 – 3 яркие бумажные рыбки.

На уровне рта ребёнка подвесить на ниточках разноцветные рыбки.

Инструкция: Давай сделаем так, чтобы наши рыбки начали весело играть. Смотри, я дую на них, и они плывут.

Взрослый показывает, как дуть на рыбок.



4.Снег кружится, снег ложится!

Оборудование: кусочки ваты.

Взрослый раскладывает на столе кусочки ваты, напоминает про зиму.

Инструкция: Представьте, что сейчас зима. На улице падает снежок. Давай подулем на снежинки!

5.Самолеты летят

Оборудование: 2– 3 бумажных самолета.

На уровне рта ребёнка на ниточках подвешены бумажные самолетики.

Инструкция: Взрослый предлагает ребёнку сделать так, чтобы самолётик полетел. Подуй на них вот так.

Взрослый показывает, как правильно дуть, чтобы «полетели» самолётики.

6.Футбол

Оборудование: лёгкий пластмассовый шарик, 2 кубика.

На столе, на небольшом расстоянии друг от друга, стоят два кубика – это «ворота».

Инструкция: Попробуй забить в ворота гол. Посмотри, как я это сделаю.

7.Плыви, кораблик!

Оборудование: пластмассовые или бумажные кораблики, таз с водой.

На невысокий стол взрослый ставит таз с водой, в котором плавают пластмассовые (бумажные) кораблики. Необходимо, чтобы парус кораблика находился на уровне рта ребёнка.

Инструкция: По команде взрослого ребёнок набирает воздух через нос и начинает плавно и медленно дуть на парус своего кораблика.

8.Мыльные пузыри

Оборудование: пузырёк с мыльным раствором.

Сначала взрослый выдувает пузыри, а ребёнок наблюдает и ловит их, затем предлагает ребёнку выдуть пузыри самостоятельно.

Инструкция: По команде взрослого ребёнок набирает воздух через нос и начинает медленно и плавно выдувать мыльные пузыри.

9.Катись, карандаш!

Оборудование: карандаши с гладкой или ребристой поверхностью.

Ребёнок сидит за столом. На столе на расстоянии 20 см от ребёнка лежит карандаш. Сначала взрослый показывает, как с силой дуть на карандаш, чтобы он укатился на противоположный конец стола. Затем предлагает подуть ребёнку.

Спасибо за внимание!

Учитель-дефектолог Ланцева С.А.

