

Развитие правильного речевого дыхания

у ребенка-дошкольника

Всем известно, какую важную роль в жизни каждого человека играет дыхательный аппарат. Появление малыша начинается с первого вздоха и, следующего за этим вдохом, крика. Однако нельзя быть уверенным в том, что если ребенок задышал, то у него все отлично будет с речью. Правильное физиологическое дыхание не есть правильное речевое дыхание. Это связано с тем, что дыхательный аппарат выполняет не только основную физиологическую функцию – осуществление газообмена, но и участвует в образовании звука и голоса. Именно благодаря правильному речевому дыханию мы изменяем громкость речи, делаем ее плавной и выразительной.

Что такое речевое дыхание?

Речевое дыхание – это возможность человека выполнять короткий глубокий вдох и рационально распределять воздух при выдохе с одновременным произнесением различных звукосочетаний. Только правильное речевое дыхание позволяет человеку затрачивать меньше мышечной энергии, но вместе с этим добиваться максимального звука и плавности.

Речевое дыхание происходит произвольно (человек сам себя контролирует, неречевое же выполняется автоматически. При говорении человек контролирует вдох и выдох, изменяя его и обеспечивая плавность, длительность и легкость произнесения.

Какие трудности возникают у ребенка в процессе говорения?

Как показывает опыт, маленькие дети в процессе говорения зачастую начинают говорить на входе или на остаточном выходе. Встречаются случаи, когда дети набирают воздух перед произнесением каждого слова. Несомненно, это отрицательно влияет на овладение правильным произношением и построением плавного и слитного речевого высказывания.

Игровые упражнения, направленные на развитие физиологического и речевого дыхания

На начальных этапах работы по развитию речевого дыхания следует использовать игровые упражнения, не связанные непосредственно с этим видом дыхания. Сначала нужно научить малыша совершать достаточно сильный, длительный и, вместе с этим, экономный выдох. Приведем несколько примеров таким игровых упражнений.

Игры-упражнения, способствующие развитию силы и длительности выдоха: «Греем ручки» (выдыхание струи воздуха на ладони, «Снежинки» (сдувание со стола комочков ваты, «Листья падают и кружатся» (сдувание вырезанных из тонкой цветной бумаги листьев деревьев, «Ветерок» (поддувание дождика, прикрепленного к палочке, «Свеча» (задувание свечи, «Вертушка» (вращение ветряных игрушек, «Лети, бабочка!» (приведение в движение изготовленных из цветной бумаги «бабочек») и т. д.

Игры-упражнения, направленные на развитие способности осуществлять плавный выдох и регулировать его силу: пускание мыльных пузырей, поддувание плавающих в воде бумажных корабликов, поддувание бумажных фигурок и др.

После подготовительного периода, направленного на развитие физиологического дыхания, следует постепенно переходить к развитию собственно речевого дыхания. На данном этапе целесообразно использовать не только упражнения, направленные на развитие правильного выдоха и вдоха, но и вводить задания с воспроизведением речевого материала. Вот несколько примеров.

- дыхательно-голосовые упражнения на материале гласных и согласных, слогов, слов;
- проговаривание скороговорок и чистоговорок;
- выразительное чтение стихотворений.

Контролируя правильность речевого дыхания малыша, следует обращать внимание на то, чтобы он не делал слишком большой вдох и не «выжимал» из себя воздух до конца (не начинал задыхаться). Играйте и развивайте!

Упражнения, которые были предложены родителям для демонстрации

Лети, бабочка!

Перед началом занятия приготовьте бумажные бабочки, к каждой бабочке привяжите нитку длиной 20-40 см, нитки прикрепите к шнуру (палочке) на некотором расстоянии друг от друга. Шнур натяните так, чтобы бабочки висели на уровне лица стоящего ребенка. Далее ребенок дует на бабочек по очереди.

Снег идет!

Разложите на столе кусочки ваты. Представьте, что сейчас зима. На улице снежок падает. Подуйте с ребенком на снежинки.

Катись, карандаш!

Ребенок сидит за столом. На столе на расстоянии 20 см от ребенка положите карандаш. Сначала взрослый показывает, как с силой дуть на карандаш, чтобы он укатился на противоположный конец стола. Затем предлагает ребенку подуть на карандаш. Второй участник игры ловит карандаш на противоположном конце стола. Можно продолжить игру, сидя напротив друг друга, и перекатывая друг другу карандаш с одного конца стола на другой.

Футбол

Соорудите из конструктора или другого материала ворота, возьмите шарик от пинг-понга или любой другой легкий шарик. И поиграйте с ребенком в футбол. Ребенок должен дуть на шарик, стараясь загнать его в ворота. Можно взять два шарика и поиграть в игру: «Кто быстрее».

Бульбульки

Возьмите два пластмассовых прозрачных стаканчика. В один налейте много воды, почти до краев, а в другой налейте чуть-чуть. Предложите ребенку поиграть в «бульбульки» с помощью трубочек для коктейля. Для этого в стаканчик, где много воды нужно дуть через трубочку слабо, а в стаканчик, где мало воды – можно дуть сильно. Задача ребенка так играть в «бульбульки», чтобы не пролить воду. Обязательно обратите внимание ребенка на слова: слабо, сильно, много, мало.

Свеча

Купите большие разноцветные свечи и поиграйте с ними. Вы зажигаете свечи и просите ребенка подуть на синюю свечу, затем на желтую и т. д. Дуть нужно медленно, вдох не должен быть шумным, нельзя надувать щеки. Сначала свечу можно поднести поближе к ребенку, затем постепенно удалять ее.

Вертушка

Перед началом игры подготовьте игрушку-вертушку. Можно изготовить ее самостоятельно при помощи бумаги и деревянной палочки.

Покажите ребенку вертушку. Продемонстрируйте, как она начинает вертеться от дуновения ветра. Затем предложите подуть на нее самостоятельно.

Ветерок

Перед началом игры необходимо подготовить метёлочки. Для этого прикрепите полоски цветной бумаги (елочного «дождика») к деревянной палочке (коктейльной трубочке).

Покажите, как можно подуть на бумажные полоски, потом предложите подуть ребенку.

Бумажный флажок

Перед началом занятия подготовьте полоски бумаги. Покажите ребенку, как можно подуть на полоску, поднеся ее к нижней губе (полоску следует держать большим и указательным пальцами) .

- Давай превратим бумажные полоски в настоящие флажки. Для этого нужно сделать ветер - вот так! Флажки полощутся на ветру!

Заблудились

Сомкнуть губы. Приподнимая плечи, сделать вдох носом. Поднести руки к губам, повернувшись направо, на выдохе произнести «а-а-у-у-у-у». При повторении повернуться налево.

Надуй шарик

Сомкнуть губы. Представить, что мы берем в руки шарик, поднести его ко рту, сделать вдох носом. Подуть в шарик, медленно разводя руки в стороны, губы трубочкой. Повторить, пока не «надуем шарик».

Мяч катится (выполнять с мячом)

Сомкнуть губы, мяч в руках перед лицом. Вращать мяч на себя, перехватывая его пальцами, вдох носом. Вращать мяч от себя, дуть на него, губы трубочкой. Дышать только носом.

Насос

Сомкнуть губы. Опустить руки вниз, сцепить пальцы в «замок», сделать вдох носом. Медленно опуская сцепленные руки, сделать наклон вперед, на выдохе произнести «с-с-с-с-с».

Лыжник

Сомкнуть губы. Одна рука вперед, другая назад, сделать вдох носом. Выполнять «пружинку» со сменой положения рук, на выдохе произнести «ш-ш-ш-ш».

Колокольчик

Сомкнуть губы. Переносить вес тела с одной ноги на другую, сделать вдох носом. Продолжая движения, на выдохе произнести «динь-нь-нь», «дон-н-н».

Нюхаем цветы (выполнять с искусственными цветами)

Сомкнуть губы. Вдыхать носом «аромат цветов». Выдыхать носом.

