

Роль дыхательной гимнастики в развитии речи ребёнка

Консультацию подготовили студенты 3-го курса
Кинаш Алина Георгиевна
Судалина Анна Сергеевна

Правильное дыхание очень важно для развития речи. Дыхание влияет на правильное артикулирование звуков и развитие голоса.

Дети, имеющие ослабленный вдох и выдох, как правило, говорят тихо и затрудняются в произнесении длинных фраз. При нерациональном расходовании воздуха нарушается плавность речи. Часто такие дети недоговаривают слова и нередко в конце фразы произносят их шёпотом. Иногда, чтобы закончить длинную фразу, они вынуждены говорить на вдохе, отчего речь становится нечёткой, с захлёбыванием. Укороченный выдох вынуждает говорить фразы в ускоренном темпе.

Если ребенок плохо говорит, то начинать работу по развитию речи следует, прежде всего, с развития дыхания.

Для чего это нужно?

Правильное дыхание поможет ребенку научиться говорить спокойно, плавно, не торопясь. Некоторые упражнения для развития дыхания помогают также научить ребенка правильно произносить те или иные звуки. Если ребенок во время речи надувает щеки, то и речь его невнятна именно по этой причине. И прежде, чем начинать постановку, например, свистящих звуков, необходимо научить ребенка правильной выработке воздушной струи.

Дыхательные упражнения способствуют развитию диафрагмального дыхания, а также увеличению продолжительности силы выдоха и формированию навыка правильного его распределения.

Правильное речевое дыхание	Неправильное речевое дыхание
<ul style="list-style-type: none">• Выдоху предшествует вдох через нос• Плавный выдох• Выдох через рот• Выдыхает, пока не закончится воздух	<ul style="list-style-type: none">• Выдох резкий, толчками• Надувание щек• Выдох через нос• Добирает воздух при помощи коротких частых вдохов

Общие рекомендации по проведению занятий для развития речевого дыхания у детей:

- ❖ Общая продолжительность занятий не больше 5 минут.
- ❖ Ежедневность.
- ❖ Проводите упражнения на свежем воздухе или в проветриваемом помещении.
- ❖ Игрушка или другой предмет, на который дует ребенок, должен находиться на уровне губ и на расстоянии 10-15 см.
- ❖ Щеки во время дыхательных упражнений не должны надуваться – это приводит к невнятности речи.
- ❖ Не проводите упражнения сразу после еды, лучше через 1,5–2 часа.
- ❖ Следите за самочувствием своего малыша, не делайте много повторов упражнения (хватит 2-3 раза), чтобы не закружилась голова.

Ниже представлены некоторые дыхательные упражнения.

«Снег»

Предложите ребенку подуть на горсть мелких бумажек (пушинок, перышек) и «превратить» обычную комнату в заснеженный лес. Следите за тем, чтобы губы ребенка были округлены, а щеки не надувались.

«Кораблики»

Для начала вам понадобятся собственно «кораблики». Выпустите кораблики в таз с водой и предложите ребенку подуть на них, чтобы они поплыли. Можно устроить соревнование: чей кораблик уплывет дальше.

«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".

«Мыльные пузыри»

Предложите ребенку поиграть с мыльными пузырями. Он может сам выдувать мыльные пузыри, если же у него не получается дуть или он не хочет заниматься, то выдувайте пузыри Вы, направляя их в ребенка. Это стимулирует ребенка дуть на пузыри, чтобы они не попали в него.