

# Развитие речевого дыхания у детей с нарушениями речи

Что такое наша речь? Это поток звуков, которые образуются в речевом аппарате при непосредственном участии дыхания - воздушной струи, возникающей в легких.

Различают речевое и неречевое дыхание. Неречевое, или дыхание физиологическое, осуществляется в автоматическом режиме. Вдох равен выдоху и происходит через нос. Речевое дыхание произвольно, оно позволяет рациональнее расходовать выдыхаемый воздух. За коротким энергичным вдохом идёт пауза, за ней продолжительный выдох через рот - источник образования звуков.

Правильное речевое дыхание способствует корректному звукообразованию, поддержанию нормального уровня громкости, плавности и выразительности речи.

*Проблемы в развитии речевого дыхания.*

Какие проблемы могут возникнуть у ребенка, если речевое дыхание нарушено?

*Нерациональный расход выдыхаемого воздуха*

1. Часто родители могут быть свидетелями такой картины. Малыш, который только начал говорить, пытаясь что-то сказать, делает вдох, начинает произносить нужные слова, но ему не хватает воздуха до конца фразы. Он останавливается, набирает воздух и часто забывает, что хотел сказать. Такая картина свидетельствует о нерациональном расходовании воздуха

*Слабое развитие дыхательного аппарата*

1. Еще один пример нарушения в развитии речевого дыхания: дыхательный аппарат дошкольника развит плохо. Дыхание поверхностное, грудное. У ребенка слабый вдох и слабый короткий выдох. В этом случае он говорит тихо, нечётко, часто не договаривает фразу до конца. Или чтобы все успеть сказать малыш говорит очень быстро и от этого страдает интонация, не соблюдаются нужные паузы. Кроме того, при таком нарушении у ребенка явно будут проблемы со звукопроизношением. Так как для произнесения многих звуков речи необходим сильный целенаправленный ротовой выдох. Слабое развитие дыхательного аппарата у дошкольников может быть связано с их физиологическим состоянием, наличием хронических заболеваний дыхательных путей и малоподвижным образом жизни.

2. Часто дети с нарушением речевого дыхания говорят на вдохе.

Решающее значение для правильной постановки речевого дыхания несет развитие фазы выдоха. **Поэтому основная задача, на которую направлены упражнения по развитию речевого дыхания – выработать сильный, направленный, длительный, плавный, ротовой выдох.** Выработка такого

выдоха считается одним из необходимых и значимых условий постановки звуков.

Для развития речевого дыхания важно помнить о правилах выполнения дыхательной гимнастики:

- игры и упражнения должны проводиться в хорошо проветриваемом помещении с достаточным количеством свежего воздуха;
- одежда не должна стеснять движений ребенка;
- занятия по дыхательной гимнастике должны проводиться до приема пищи или через час после него;
- нельзя заниматься с ребенком, если у него заболевание органов дыхания в острой стадии;
- необходимо контролировать выполнение упражнений по времени, так как дыхательные упражнения могут быстро утомить ребенка и вызвать головокружение. Каждое упражнение на дыхание выполняется не более двух трех раз. Время проведения занятий необходимо увеличивать постепенно: от 1-2 минут до 3-5, всегда интересуясь самочувствием ребенка. Необходимо давать ребенку отдохнуть, чередовать упражнения с другими видами деятельности.

Вот основные моменты правильного речевого дыхания:

- короткий, сильный вдох через нос. Взрослый может визуальнo оценить расширение диафрагмы ребенка;
- выдох осуществляется плавно через рот. Губы при этом необходимо складывать трубочкой. Ребёнок не должен поднимать плечи и надувать щёки. Если ребенок не выдыхает через рот, попросите его зажать ноздри рукой, что бы он ощутил, как должен выходить воздух через рот;
- выдох должен быть длинным и плавным;
- выдыхать нужно полностью, пока не закончится весь воздух;
- необходимо следить за тем, чтобы во время упражнений не напрягались мышцы рук, шеи, груди.

Для работы над длительным, целенаправленным и плавным выдохом можно использовать огромное количество игр. Но есть одно важное правило – ребенок всегда должен видеть результат своего выдоха. Не просто дуть, а дуть на что-то или куда-то.

Важно помнить, что ведущая деятельность детей дошкольного возраста – это игра. Дыхательные упражнения – не исключения. Для развития воздушной струи можно использовать различные поддувалочки. Хорошо, если они будут совпадать с лексической темой недели. Можно отработать различные грамматические конструкции. Например, я буду дуть на..., я дую на красный помидор, или – я буду дуть на лист березы. Можно использовать любые легкие предметы: лепестки цветов, осенние листочки, перья, пушистики, ватные диски.

Мыльные пузыри – идеальный тренажёр для развития речевого дыхания. Можно посоревноваться с ребенком, у кого дольше будут вылетать пузыри, или кто надует самый большой пузырь.

Можно приобрести для этих целей свистульки, но помнить о том, что они должны быть индивидуальные.

Игра «Плыви кораблик» также направлена на развитие сильного целенаправленного выдоха. Кроме того, эту игру можно смастерить из подручных средств: крышек, губок.

Можно дуть на карандаши, увеличивая их количество. Отличный вариант для развития дыхания – свечи. Особенно подкупает многозадачность при использовании этих тренажеров. Например, дуй не на желтую и не на красную свечу. Дуй сначала на желтую, потом на синюю. Дуй так, чтобы пламя погасло. Дуй, что бы пламя не погасло, а отклонилось.

А если привлечь к проблеме развития дыхания у детей с нарушениями речи родителей, то работа пойдет в два раза быстрее.

Все упражнения для развития дыхания достаточно просты и не требуют специальной подготовки от родителей. За счет постановки правильного дыхания, быстро и эффективно преодолеваются речевые нарушения. Сокращается время для постановки и автоматизации речевых звуков, речь становится более четкой и внятной.

