

Правильное речевое дыхание – основа звучащей речи.

В дошкольном возрасте у детей в процессе речевого развития одновременно формируется связная речь и речевое дыхание. У детей в 4 – 6 летнем возрасте, не имеющих речевых нарушений, физиологическое и речевое дыхание находятся в стадии интенсивного развития. Простые речевые задачи реализуются ими на фоне сформированного речевого выдоха. В процессе одного речевого выдоха они произносят простые трех-, четырехсловные фразы.

Физиологическое и речевое дыхание детей с речевыми нарушениями имеет свои особенности. Дыхание, как правило, у них, поверхностное, верхнереберного типа, ритм его недостаточно устойчив, легко нарушается при физической и эмоциональной нагрузке.

Объем легких у таких детей существенно ниже возрастной нормы. В процессе речевого высказывания отмечаются задержки дыхания, судорожные сокращения мышц грудной клетки, дополнительные вдохи.

Из-за судорожной активности в мышцах дыхательного аппарата у детей с нарушениями речи отмечается недостаточный объем вдыхаемого воздуха перед началом речевого высказывания, а также укороченный речевой выдох. Так как речь осуществляется на выдохе, то от силы, направления и длительности воздушной струи зависит правильность произношения многих звуков, плавность речевого потока. Недостаточная дифференциация ротового и носового дыхания может привести к нечеткому произнесению звуков, их смешению, нарушению громкости и интонационной выразительности речи. Как правило, такие дети говорят тихо, маловыразительно, затрудняются в произношении длинных фраз, не договаривают окончания слов.

Без правильного дыхания, для которого характерны короткий, глубокий вдох и плавный, длительный выдох, невозможна хорошо звучащая речь.

Привычка дышать ртом очень вредно сказывается на человеческом организме, приводя к заболеваниям всей дыхательной системы.

Носовое дыхание предохраняет горло и легкие от холодного воздуха и пыли, хорошо вентилирует легкие, благотворно действует на кровеносные сосуды головного мозга.

Цель дыхательных упражнений – увеличить объем дыхания, нормализовать его ритм, выработать плавный, длительный, экономный выдох для формирования целенаправленной воздушной струи.

Для развития речевого дыхания у детей, целесообразно проводить игровые упражнения. *Выполняя упражнения, необходимо соблюдать следующие правила:*

1. Формирование речевого дыхания проводится на протяжении всей работы с ребенком.
2. Не переутомлять ребенка, то есть строго дозировать количество и темп упражнений.
3. Короткий, глубокий вдох выполняется через нос.
4. Следить, чтобы во время вдоха ребёнок не поднимал плеч и не напрягал шею.
5. Выдох выполняется через рот и должен быть длительным, плавным.
6. Во время выдоха не должны надуваться щеки.
7. Упражнения можно выполнять как в положении сидя, так и стоя.
8. Можно усложнить упражнение: во время выдоха широкий язычок удерживать на нижней губе.

Помните! Достаточно 3-5 повторений. Многократное выполнение таких упражнений может привести к головокружению, так как полость среднего уха, имеет сообщение с носоглоткой.

Для дыхательных упражнений можно использовать тренажёры, изготовленные собственными руками!

Уважаемые родители, правильное речевое дыхание – основа звучащей речи. Занимайтесь с ребёнком ежедневно. Будьте терпеливы, ласковы, но настойчивы. Не забывайте хвалить малыша, и тогда у него всё получится!

Подготовил учитель-логопед

Курочкина Л.О.

