

Развитие речевого дыхания: простые игры и упражнения



Источником образования звуков речи является воздушная струя, выходящая из легких через гортань, глотку, полость рта и носа наружу. Правильное речевое дыхание обеспечивает нормальное звукообразование, создает условия для поддержания нормальной громкости речи, четкого соблюдения пауз, сохранения плавности речи и интонационной выразительности.

Несовершенства речевого дыхания, как неумение рационально использовать воздух, речь на вдохе, неполное возобновление воздуха и др., отрицательно влияющие на развитие речи детей, могут быть обусловлены недостаточным вниманием взрослых к речи детей.

Приступая к развитию у ребенка речевого дыхания, необходимо, прежде всего, сформировать слитный плавный ротовой выдох. При этом надо научить ребенка контролировать время выдоха, расходовать воздух экономно и в этом вам поможет дыхательная гимнастика.

Дыхательная гимнастика помогает выработать сильный, плавный, удлиненный выдох. Хорошо поставленное речевое дыхание обеспечивает четкое произношение звуков, достаточную громкость, плавность и выразительность речи. Представленные ниже игровые упражнения помогут достичь плавного выдоха и быстрее освоить труднопроизносимые звуки.

Техника выполнения упражнений:

- воздух набирать через нос;
- плечи не поднимать;
- выдох должен быть длительным и плавным;
- необходимо следить за тем, чтобы не надувались щёки;
- не повторять много раз подряд упражнения, так как это может привести к головокружению (не более 3 минут).

Игры и упражнения на развитие плавного ротового дыхания

«Ветерок»

Цель: развитие сильного плавного ротового выдоха, активизация губных мышц.

Оборудование: бумажные султанчики (метелочки)

Ход игры: Перед началом игры необходимо приготовить метелочки. Для этого прикрепите полоски цветной бумаги к деревянной палочке. Можно использовать папирусную бумагу или елочное украшение «дождик». Предлагаете ребенку поиграть с метелочкой. Показываете, как можно подуть на бумажные полоски, потом предлагаете подуть ребенку. – Представь, что это волшебное дерево. Подул ветерок – зашелестели листочки на дереве! Вот так! А теперь подуй ты!

«Мыльные пузыри»

Ребёнок старается дунуть плавно точно в колечко, чтобы получился большой пузырь.

«Буря в стакане»

Цель: развитие сильного, длительного и целенаправленного ротового выдоха, а также формирование правильной воздушной струи.

Оборудование: трубочка для коктейля и стакан с чистой водой.

Ход игры: Ребенок садится за стол с прямой спиной. Стакан с водой ставится перед ним на уровне груди или рта. *Вариант классический (простой):* кончик трубочки опускается в воду на глубину 1–2 см, а верхний конец берется в рот. Губы слегка округлены, но не зажимают трубочку слишком сильно. *Вариант логопедический (на контроль языка):* соломинка кладется посередине широкого расслабленного языка, а её конец опускается в стакан с водой. Сделать глубокий вход носом (плечи не поднимать, щеки не надуть). Сделать плавный, длительный или, по команде, резкий выдох ртом в соломинку. Воздух попадает в воду, вызывая бурление, пузыри и волны. Задание можно усложнять: устроить «тихий ветерок» (слабые пузырьки), «средний дождик» или настоящий «шторм» (дуть сильно и энергично, чтобы вода активно бурлила).

«Задуй свечу»

Предложите ребёнку задуть горящую свечу. Во время выполнения упражнения необходимо следить за плавностью выдоха и вместе с тем его достаточной интенсивностью.

«Футбол»

Цель: развитие правильного, длительного и контролируемого ротового выдоха.

Оборудование: ватный шарик – это мяч, два кубика – это ворота.

Ход игры: Положите ватный «мяч» в центр игрового поля. Ворота располагаются по обе стороны стола. Сделайте глубокий вдох носом (рот при этом закрыт, плечи не поднимаются), а затем плавно и долго выдыхайте ртом на ватку, направляя её в сторону ворот соперника.

Можно играть вдвоем (дуть навстречу друг другу, пытаясь загнать мяч в ворота соперника) или сольно на время/количество забитых голов.

«Мой воздушный шарик»

Требуется надуть воздушный шар, набирая воздух через нос и медленно выдыхая его через рот.

«Вертушка»

Цель: развитие сильного плавного ротового выдоха, активизация губных мышц.

Оборудование: игрушка-вертушка.

Ход игры: Продемонстрируйте ребенку на улице, как она вертится от дуновения ветра. – Давай сделаем ветерок – подуем на вертушку.

«Живой карандаш»

Положите карандаш на стол и предложите ребёнку плавно подуть на него так, чтобы он покатился.

«Шарик сдувается»

Поднести ладонь к губам и, вытянув губы вперёд в виде рупора, длительно произнести звук [Ш]. ладонь поднести ко рту, ощутить теплую струю воздуха.

«Холодный ветерок»

Поднести ладонь к губам и, широко улыбнувшись, длительно произнести звук [С]. Ладонь поднести ко рту, ощутить холодную струю воздуха.

«Песенка комара»

Длительно произносить звук [З] . При этом губы сложить в улыбку, а языком упереться в нижние зубы.

«Греем ручки»

Быстро тереть одна о другую ладони, а затем поднести к лицу и подышать на ладони со звуком [Х].

«Насос»

Улыбнуться и несколько раз подряд кратко произнести звук [С]. При этом синхронно двигать руками, сжатыми в кулаки, держа воображаемую рукоятку насоса.

«Ёжик фыркает»

Несколько раз подряд кратко произнести звук [Ф]. Для этого верхнюю губу приподнять, а нижней губой прикасаться к верхним зубам.

«Пар»

Несколько раз подряд произнести звук [П].