

Правила и упражнения для плавности речи.

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

Нарушения речевого дыхания могут быть следствием общей ослабленности, аденоидных разрастаний, различных сердечно-сосудистых заболеваний и т. д.

Такие несовершенства речевого дыхания, как неумение рационально использовать выдох, речь на вдохе, неполное возобновление запаса воздуха и др., отрицательно влияющие на развитие речи детей, могут быть обусловлены неправильным воспитанием, недостаточным вниманием взрослых к речи детей. Малыши, имеющие ослабленный вдох и выдох, как правило, говорят тихо и затрудняются в произнесении длинных фраз. При нерациональном расходовании воздуха нарушается плавность речи, так как дети на середине фразы вынуждены добирать воздух. Часто такие дети не договаривают слова и нередко в конце фразы произносят их шепотом. Иногда, чтобы закончить длинную фразу, они вынуждены говорить на вдохе, отчего речь становится нечеткой, судорожной, с захлебыванием. Укороченный выдох вынуждает говорить фразы в ускоренном темпе, без соблюдения логических пауз.

Приступая к развитию у ребенка речевого дыхания, необходимо прежде всего **сформировать сильный плавный ротовой выдох**. При этом надо научить ребенка контролировать время выдоха, расходовать воздух экономно. Дополнительно у ребенка развивается способность направлять воздушную струю в нужном направлении.

Во время проведения описанных в статье игр необходим постоянный контроль за правильностью дыхания.

Запомните параметры правильного ротового выдоха:

- выдоху предшествует сильный вдох через нос - "набираем полную грудь воздуха";
- выдох происходит плавно, а не толчками;
- во время выдоха губы складываются трубочкой, не следует сжимать губы, надувать щеки;
- во время выдоха воздух выходит через рот, нельзя допускать выхода воздуха через нос (если ребенок выдыхает через нос, можно зажать ему ноздри, чтобы он ощутил, как должен выходить воздух);
- выдыхать следует, пока не закончится воздух;
- во время пения или разговора нельзя добирать воздух при помощи частых коротких вдохов.

При проведении игр, направленных на развитие у ребенка дыхания, необходимо иметь в виду, что дыхательные упражнения быстро утомляют ребенка, даже могут вызвать головокружение. Поэтому такие игры

необходимо ограничивать по времени (можно использовать песочные часы) и обязательно чередовать с другими упражнениями.

Перечисленные ниже игры и упражнения помогут научить ребенка плавно выдыхать через рот сильную направленную струю воздуха.

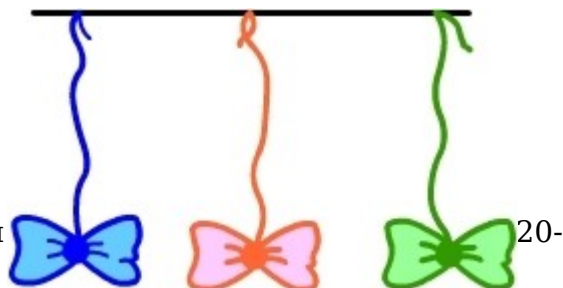
Игры и упражнения для развития плавного ротового выдоха

Лети, бабочка!

Цель: развитие длительного непрерывного ротового выдоха; активизация губных мышц.

Оборудование: 2-3 яркие бумажные бабочки.

Ход игры: Перед началом занятия к каждой бабочке привяжите нитку длиной 40 см, нитки прикрепите к шнуру на некотором расстоянии друг от друга. Шнур натяните так, чтобы бабочки висели на уровне лица стоящего ребенка.



Ребенок встает возле бабочек и дует на них. Необходимо следить, чтобы ребенок стоял прямо, при выдохе не поднимал плечи, **дул на одном выдохе, не добирая воздух**, не надувал щеки, а губы слегка выдвигал вперед.

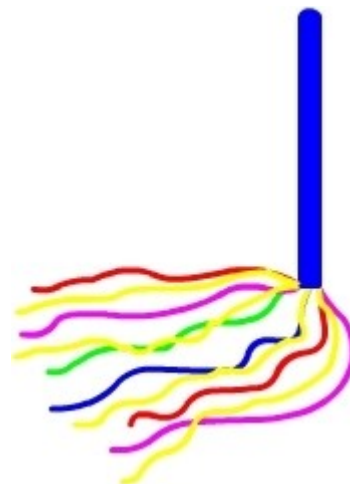
Дуть можно не более 10 секунд с паузами, чтобы не закружилась голова.

Ветерок

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

Оборудование: бумажные султанчики (метёлочки).

Ход игры: Перед началом игры необходимо подготовить метёлочки. Для этого прикрепите полоски цветной бумаги к деревянной палочке. Можно использовать тонкую папиросную бумагу, или елочное украшение "дождик"



Осенние листья

Цель: обучение плавному свободному выдоху; активизация губных мышц

Оборудование: осенние кленовые листья, ваза.

Ход игры: Перед занятием соберите вместе с ребенком букет осенних листьев (желательно кленовых, так как у них длинные стебли) и поставьте их в вазу. Предложите подуть на листья.



Листопад

Цель: обучение плавному свободному выдоху; активизация губных мышц.

Оборудование: вырезанные из тонкой двухсторонней цветной бумаги желтые, красные, оранжевые листочки; ведерко.

Ход игры: Педагог выкладывает на столе листочки, напоминает детям про осень.

- Представьте, что сейчас осень. Красные, желтые, оранжевые листья падают с деревьев. Подул ветер - разбросал все листья по земле! Давайте сделаем ветер - подуем на листья!

Взрослый вместе с детьми дует на листья, пока все листочки не окажутся на полу. При этом необходимо следить за правильностью осуществления ротового выдоха, а также за тем, чтобы дети не переутомлялись.

- Все листики на земле... Давайте соберем листочки в ведерко. Педагог и дети собирают листочки. Затем игра повторяется снова.

Снег идёт!

Цель: формирование плавного длительного выдоха; активизация губных мышц.

Оборудование: кусочки ваты.

Ход игры: - Представьте, что сейчас зима. На улице снежок падает. Давайте подуем на снежинки!

Взрослый показывает, как дуть на вату, дети повторяют. Затем все поднимают вату, и игра повторяется снова.

Одуванчик

Цель: развитие плавного длительного выдоха через рот; активизация губных мышц.

Ход игры: Игру проводят на воздухе - на полянке, где растут одуванчики. Взрослый предлагает детям найти среди желтых одуванчиков уже отцветшие и сорвать их. Затем показывает, как можно подуть на одуванчик, чтобы слетели все пушинки. После этого предлагает детям подуть на свои одуванчики.

- Давайте подуем на одуванчики! Дуйте один раз, но сильно - чтобы все пушинки слетели. Смотрите, летят пушинки, как маленькие парашютики.

Можно устроить соревнование: каждый из детей дует на свой одуванчик один раз. Побеждают те из детей, у которых на головке цветка не останется ни одной пушинки.

Также можно организовать игру "Дед или баба?":

- Давайте поиграем в игру "Дед или баба?"! Подуйте на свои одуванчики только один раз. Если на головке цветка не осталось пушинок - это лысая голова. Значит, получился дед. Если пушинки остались - это волосы на голове - то получилась баба. Выигрывает тот, у кого получился дед!

Вертушка

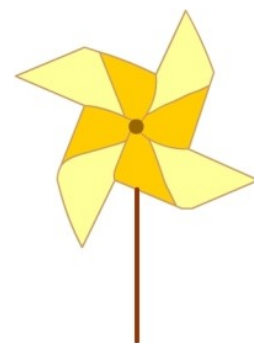
Цель: развитие длительного плавного выдоха; активизация губных мышц.

Оборудование: игрушка-вертушка.

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

Покажите ребенку вертушку. На улице продемонстрируйте, как она начинает вращаться от дуновения ветра. Затем предложите подуть на нее самостоятельно :

- Давай сделаем ветер - подуем на вертушку. Вот как завертелась! Подуй еще сильнее - вертушка вертится быстрее.



Приступать к тренировке собственно речевого дыхания можно только после того, как у ребенка сформирован сильный плавный выдох. Тренировка речевого дыхания - это обучение плавному произношению звуков, слогов, слов и фраз на выдохе. Предлагаем следующие этапы развития речевого дыхания:

- пропевание гласных звуков - А, О, У, И, Э;

- длительное произнесение некоторых согласных звуков - С, З, Ш, Ж, Ф, Х;

- произнесение слогов на одном выдохе;

- произнесение слов на одном выдохе;
- произнесение фраз различной длины на одном выдохе;
- чтение стихотворений;
- пение песенок;
- выразительный рассказ, пересказ текстов.

Предполагается постепенное развитие, движение от простого к сложному. Перечисленные ниже игры научат ребенка плавно произносить на выдохе звуки и слоги, что является начальным этапом развития речевого дыхания.

В играх для развития речевого подражания отработка правильного речевого дыхания является одной из целей проведения игр. Взрослый постоянно

следит за тем, чтобы при произнесении слогов, слов и фраз ребенок правильно использовал дыхание: говорил только на выдохе, не добирал воздух во время произнесения слова, при произнесении фраз делал осмысленные паузы.

Дальнейшая работа по развитию речевого дыхания - произнесение длинных фраз, чтение стихотворений, пение детских песен, обучение рассказу и пересказу, работа над плавностью, темпом и ритмом речи - не рассматривается в данной статье. Такая работа проводится на следующих этапах логопедической работы с детьми.

Игры для развития речевого дыхания

Пой со мной!

Цель: развитие правильного речевого дыхания - пропевание на одном выдохе гласных звуков А, О, У, И, Э.

Ход игры: сначала взрослый предлагает детям вместе с ним спеть "песенки".

- Давайте споем песенки. Вот первая песенка: "А-А-А!" Наберите побольше воздуха - вдохните воздух. Песенка должна получиться длинная. Во время игры педагог следит за четким произношением и утрирует артикуляцию звуков. Сначала поем звуки А, У, постепенно количество "песенок" можно увеличивать.

- Вот вторая песенка: "У-У-У!" Теперь "О-О-О!", "И-И-И!", "Э-Э-Э!"

Можно устроить соревнование между детьми: побеждает тот, кто пропоет дольше всех на одном выдохе.

- Давайте устроим соревнование: начнем петь все вместе, победит тот, у кого самая длинная песенка.

Звуки вокруг нас

Цель: развитие правильного речевого дыхания - пропевание на одном выдохе гласных звуков А, О, У, Ы.

Ход игры: взрослый предлагает детям поиграть в такую игру.

- В мире вокруг нас слышатся самые разные звуки. Как малыш плачет? "А-А-А!" А как вздыхает медвежонок, когда у него зуб болит? "О-О-О!" Самолет в небе гудит: "У-У-У!" А пароход на реке гудит: "Ы-Ы-Ы"! Повторяйте за мной.

Взрослый обращает внимание детей на то, что произносить каждый звук следует долго, на одном выдохе.

Девочки поют

Цель: развитие правильного речевого дыхания - пропевание на одном выдохе гласных звуков А, О, У, И, а также сочетаний из двух гласных - АУ, УА, ОУ, ОИ, ИА и т.д.

Оборудование: картинки с изображением поющих девочек - четко прорисована