



Выпуск 2

РЕЧЕВИЧОК

ТЕМА:

«Что такое речевое дыхание?»

Что такое наша речь? Это поток звуков, образующихся в речевом аппарате человека при непосредственном участии дыхания – воздушной струи, возникающей в лёгких. Правильное речевое дыхание способствует корректному звукообразованию, поддержанию нормального уровня громкости, плавности и выразительности словарного ряда.

Развитие связной речи неразрывно связано с постановкой правильного речевого дыхания, именно поэтому специалист-логопед в первую очередь анализирует, то, как ребёнок дышит во время разговора, какой силы он осуществляет вдохи и выдохи, как координирует соотношение пауз в речевом потоке.

Дыхание в жизни человека произвольно, оно выполняет функцию газообмена в человеческом организме. Вдох и выдох совершаются через нос, они коротки и равны по времени. Последовательность

физиологического дыхания – вдох, выдох, пауза. Для речи, особенно монологической, обычно физиологического дыхания не хватает. Речь и чтение вслух требуют большого количества воздуха, постоянного дыхательного запаса, экономного расходования его и своевременного возобновления, регулируемых дыхательным центром головного мозга. В начальной стадии овладения речевым дыханием участвуют воля и сознание, направленные на выполнение нужного дыхательного задания. Такого произвольное речевое дыхание, достигаемое только путем тренировки, постепенно становится произвольным и организованным.

Дышать надо обязательно через нос, привычка дышать ртом очень вредно сказывается на человеческом организме, приводя к заболеваниям щитовидной железы, миндалин, всей дыхательной системы. Носовое дыхание предохраняет горло и легкие от холодного воздуха и пыли, хорошо вентилирует легкие, полость среднего



уша, имеющего сообщение с носоглоткой, благотворно действует на кровеносные сосуды головного мозга. Надо обязательно дышать через нос в обыденной жизни и при выполнении дыхательных упражнений. Роль правильного носового дыхания и дыхательной гимнастики в жизни человека огромна. Дыхательная гимнастика успешно применяется как действенный способ лечения заболеваний верхних дыхательных путей (насморк, ларингит, фарингит, бронхит), бронхиальной астмы, неврозов. Здоровые люди могут использовать дыхательную гимнастику для профилактики многих заболеваний. В речевом дыхании вдох и выдох не равны, последний гораздо длиннее вдоха. Иная и последовательность дыхания. После короткого вдоха следует пауза для укрепления брюшного пресса, а затем – длинный звуковой выдох. Поскольку звуки речи образуются при выдохе, его организация имеет первостепенное значение для постановки речевого дыхания и голоса, для их развития и совершенствования. Поэтому конечной целью тренировки речевого диафрагмально-реберного дыхания является тренировка длинного выдоха, тренировка умения рационального расходовать запас воздуха во время речи. Для этого необходимо приучить мышцы, участвующие в дыхательном процессе и удерживающие грудную клетку в расширенном состоянии, не расслабляться пассивно сразу после выдоха. Расслабление должно происходить постепенно по мере



Составитель: учитель-логопед Забалуева Яна Александровна



надобности, подчиняясь нашей воле. Для выработки такого типа дыхания ниже будут даны учебно-тренировочные упражнения по развитию и укреплению диафрагмы, брюшных и межреберных мышц.

Часто родители могут быть свидетелями такой картины: малыш, который только начал говорить, пытаясь что-то сказать, делает вдох, начинает произносить нужные слова, но не может закончить предложение до конца, так как ему не хватает набранного в лёгкие объёма воздуха.

Он останавливается, чтобы набрать воздух, возникает пауза, во время которой ребёнок может забыть, о чём он говорил в начале разговора. Ему приходится вспоминать – и длина паузы увеличивается.

Такая картина свидетельствует о нерациональном расходовании воздуха. Это же может послужить причиной того, что говорящий ребёнок конец фразы произносит на пониженных тонах, иногда практически шёпотом.

Решающее значение для правильной постановки речевого дыхания несёт развитие фазы выдоха. Поэтому основная задача, на которую направлены упражнения по развитию речевого дыхания – это формирование у ребёнка сильного и плавного выдоха ртом.





Выпуск 2

РЕЧЕВИЧОК

ТЕМА: «Формирование у ребенка правильного речевого выдоха»

Важнейшие условия правильной речи – это плавный, длительный выдох, четкая и ненапряженная артикуляция.

При естественном дыхании его глубина и темп могут быть различны, и не следует регулировать их искусственно, иначе дыхание не будет естественным. Естественное дыхание – это дыхание покоя, оно должно быть протяжным, легким, медленным, спокойным, равномерным. В течение короткого времени добиться такого дыхания нельзя.

Для регулирования дыхания необходимо, чтобы темп движения соответствовал темпу детского дыхания. Взрослые должны учитывать, что у ребенка более быстрый темп дыхания, поэтому выполнение упражнений в замедленном темпе сбивает детей с естественного ритма дыхания.

Параметры правильного речевого выдоха:

- выдоху предшествует сильный вдох через нос или рот – «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.

Для повышения познавательного интереса у дошкольников к обучению правильному речевому дыханию изготовила и применяю в работе специальные дидактические пособия.

РАЗУЧИТЕ И ПОИГРАЙТЕ С ДЕТЬМИ

„Ежик”

Ежик добрый, не колючий,
Посмотри вокруг получше.

И.П.- основная стойка.

- 1- поворот головы вправо - короткий шумный вдох носом.
 - 2- поворот головы влево - выдох через полуоткрытый рот.
- 7 раз



„Вырасти большой”

Вырасти хочу скорей,
Добро делать для людей.

И.п.- основная стойка.

- 1-поднять руки вверх, потянуться, подняться на носки (вдох)
 - 2-опустить руки вниз, опуститься на всю ступню(выдох), произнести «У-х-х»
- 5 раз



„Гуси летят”

Гуси высоко летят,
На детей они глядят.

И.п.- основная стойка.

- 1- руки поднять в стороны (вдох).
 - 2 - руки опустить вниз со звуком «г-у-у» (выдох)
- 4 раза



ДЫХАТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА ДОМА



Вести с занятий



Занятие на тему: «ЛЕГО»



Игры с тауматропами



Занятие на тему: «Одежда»

Вести с занятий



Викторина на тему: «Одежда, обувь, головные уборы»



Интерактивное занятие на тему: «Моя семья»

Составитель: учитель-логопед Забалуева Яна Александровна

Наши достижения



Победители Международной тематической олимпиады «Совушка»

Составитель: учитель-логопед Забалуева Яна Александровна



Выпуск 2

РЕЧЕВИЧОК

*Коррекционно-логопедический
журнал родителям о детях*

*Автор-составитель журнала
учитель-логопед Забалуева Яна Александровна*

Ноябрь, 2020г.