

## Развитие речевого дыхания

Правильное речевое дыхание является основой звучащей речи. Оно обеспечивает нормальное голосо-и-звукообразование, сохраняет плавность и музыкальность речи. Особенности речевого дыхания связаны с тем, что дыхание в момент речи зависит от речевого звена, которое может быть длинным или коротким, громким или тихим, спокойным или эмоционально окрашенным. Очень часто у детей возникают сложности с речевым дыханием. Это обусловлено:

- дыхание ребенка грудное, а значит поверхностное и частое;
- слабый вдох и выдох приводит к тихой речи;
- неправильный толчкообразный вдох - то громкая, то тихая речь;
- неравномерное распределение воздуха на фразу, добор воздуха в середине слова;
- торопливое произнесение фраз на вдохе с захлебыванием.

Дыхательные упражнения направлены на координацию ротового и носового дыхания, на выработку нижнереберного типа дыхания при активном участии диафрагмы, на выработку продолжительного и экономного выдоха, что позволяет нормализовать речевое дыхание и связанную с ним слитность речи. Дыхательные упражнения сначала проводятся без речи. Они могут сочетаться с движениями.

- Выберите удобную позу (лежа, сидя, стоя), положите одну руку на живот, другую - сбоку на нижнюю часть грудной клетки. Сделайте глубокий вдох через нос (при этом живот выпячивается вперед, и расширяется нижняя часть грудной клетки, что контролируется той и другой рукой). После вдоха сразу же произведите свободный, плавный выдох (живот и нижняя часть грудной клетки принимает прежнее положение).
- Произведите короткий, спокойный вдох через нос, задержите на 2-3 секунды воздух в легких, затем произведите протяжный, плавный выдох через рот. Затем в эту работу включаются голосовые упражнения. После вдоха через нос следует медленный выдох с одновременным произнесением согласных, гласных звуков, слогов:

- Ф \_\_\_\_\_ С \_\_\_\_\_ Ш \_\_\_\_\_
- Ф \_\_\_\_\_ С \_\_\_\_\_ С \_\_\_\_\_ Ш \_\_\_\_\_ Ш \_\_\_\_\_ С \_\_\_\_\_
- Ф \_\_\_\_\_ С \_\_\_\_\_ Ш \_\_\_\_\_ и т.д.

- А \_\_\_\_\_ О \_\_\_\_\_ У \_\_\_\_\_ И \_\_\_\_\_ Э \_\_\_\_\_ Ы \_\_\_\_\_
- А \_\_\_\_\_ О \_\_\_\_\_ О \_\_\_\_\_ У \_\_\_\_\_ У \_\_\_\_\_ И \_\_\_\_\_ И \_\_\_\_\_ Э \_\_\_\_\_ и т.д.
- А \_\_\_\_\_ О \_\_\_\_\_ У \_\_\_\_\_ О \_\_\_\_\_ У \_\_\_\_\_ И \_\_\_\_\_ И \_\_\_\_\_ У \_\_\_\_\_ Э \_\_\_\_\_ и т.д.

Постепенно навыки слитного произнесения слогов переносятся на слова, словосочетания и предложения, при произношении которых может меняться ритм и темп речи.

- па папа папапа папапапа папапапапа.....
- папу папопу папопупи папопупипэ папопупипэпы.....
- папапопа папапопопупу папапопопупупипи..... и т.д.
- Произведите счет на одном выдохе: 1,2,3 ; 1,2,3,4; 1,2,3,4,5.... и т.д.
- Перечисление дней недели на одном выдохе (также как и при счете)
- Перечисление названий месяцев.

- Проговаривание предложений, скороговорок.

Пришла зима.

Падает снег.

Тихо падает снег.

Тихо падает белый снег.

Тихо падает белый пушистый снег.

Как у горки на пригорке жили тридцать три Егорки: раз Егорка, два Егорка, три Егорка...

- Прочитайте русскую народную сказку "Репка" с правильным воспроизведением вдоха на паузах.

Репка

Посадил дед репку.

Выросла репка большая-пребольшая.

Пошел дед репку рвать.

Тянет-потянет, вытянуть не может.

Позвал дед бабку.

Бабка за дедку, дедка за репку, тянут-потянут, вытянуть не могут!

Позвала бабка внучку.

Внучка за бабку, бабка за дедку, дедка за репку, тянут-потянут, вытянуть не могут!

Позвала внучка Жучку.

Жучка за внучку, внучка за бабку, бабка за дедку, дедка за репку, тянут-потянут, вытянуть не могут!

Позвала Жучка кошку.

Кошка за Жучку, Жучка за внучку, внучка за бабку, бабка за дедку, дедка за репку, тянут-потянут, вытянуть не могут!

Позвала кошка мышку.

Мышка за кошку, кошка за Жучку, Жучка за внучку, внучка за бабку, бабка за дедку, дедка за репку, тянут-потянут - вытянули репку!