

Что такое речевое дыхание?



Для чистого произношения звуков родного языка необходимо иметь подготовленный артикуляторный аппарат, для развития которого выполняется специальная артикуляционная гимнастика, и правильное речевое дыхание. Оно обеспечивает нормальное голосообразование, помогает верно соблюдать паузы, сохранять плавность речи, менять громкость.

Речевое дыхание характеризуется **коротким вдохом и удлиненным выдохом**. В момент речи число дыхательных движений вдвое меньше, чем при дыхании без речи, при этом увеличивается объем выдыхаемого и вдыхаемого воздуха (приблизительно в три раза), усиливая давление воздушной струи.

Итак, необходимо научиться дышать правильно:

- ✚ быстрый энергичный вдох, небольшая пауза и продолжительный ровный выдох;
- ✚ вдох должен быть бесшумным, а выдох — плавным, без толчков. Умение контролировать выдох — это рациональное использование запаса воздуха в процессе говорения, выдержанные паузы, ровный темп и благозвучность нашей речи.

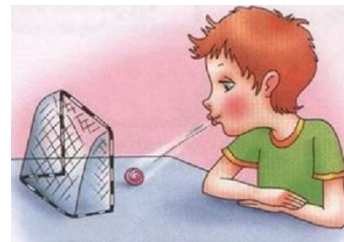
Так научиться дышать нам помогут упражнения на развитие речевого дыхания. Перед началом выполнения необходимо знать о двух условиях:

- дыхательную гимнастику проводят в хорошо проветренном помещении;
- нельзя много раз подряд повторять упражнения, так как это может привести к головокружению.

Игры на развитие правильного речевого дыхания.

Футбол

Скатать ватный шарик и поставить два кубика в качестве ворот. Ребенок должен, дую на шарик, загнать его в ворота.



Ветряная мельница

Ребенок дует на лопасти игрушки-вертушки или мельницы из песочного набора.

Снегопад

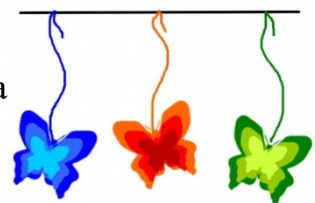
Сделать снежинки из ваты (рыхлые комочки). Объяснить ребенку, что такое снегопад и предложить ребенку сдувать "снежинки" с ладони.

Листопад

Вырезать из цветной бумаги различные осенние листья и объяснить ребенку, что такое листопад. Предложить ребенку подуть на листья, так, чтобы они полетели. Попутно можно рассказать, какие листочки с какого дерева упали.

Бабочка

Вырезать из бумаги бабочек и подвесить их на нитках. Предложить ребенку подуть на бабочку так, чтобы она полетела (при этом следить, чтобы ребенок сделал длительный плавный выдох).



Кораблик

Дуть плавно и длительно на бумажный кораблик.

Одуванчик

Предложите ребенку подуть на отцветший одуванчик (следите за правильностью выдоха).

Шторм в стакане

Предложите ребенку подуть через соломинку в стакан с водой (нужно следить, чтобы щеки не надувались, а губы были неподвижными).



Техника выполнения упражнений:

- ✚ вдох через нос, а выдох через рот;
- ✚ дышать животиком, т.е. на вдохе надувать живот, а на выдохе сдувать;
- ✚ выдох должен быть длительным и плавным, а для произношения некоторых звуков еще и сильным;
- ✚ плечи во время вдоха не поднимаются, в щеки не надуваются (для начала их можно придерживать руками).