

Консультация для родителей «Дыхательная гимнастика дома»

Подготовил учитель-логопед
Курьянова С.Н.

Здравствуйте, уважаемые родители!

Речевые нарушения у детей - серьезная проблема нашего времени. Всё чаще, перед поступлением в школу, родители с удивлением узнают, что их семилетний ребенок не выговаривает один или несколько звуков родного языка. Произношение звуков сложный двигательный навык, которым должен овладеть каждый ребенок. Естественно, ведущая роль в работе по исправлению дефектов речи принадлежит логопеду. Занятий с учителем - логопедом недостаточно для выработки прочных навыков правильного звукопроизношения. Дополнительные упражнения необходимо выполнять дома.

Артикуляционную гимнастику желательно начинать с упражнений на развитие дыхания, которое является одной из функций жизнеобеспечения человека.

Вдох является более активной фазой дыхания, чем выдох.

Различают три типа дыхания: верхнереберный, грудной, грудобрюшной (диафрагмально-реберный).

У детей по мере физического развития постепенно формируется наиболее оптимальный тип дыхания – грудобрюшной.

Детям с нарушениями речи, а также соматически ослабленным детям для развития грудобрюшного типа дыхания требуется обучение и активизация физиологической роли диафрагмальной мышцы с помощью специальных коррекционных физических упражнений.

Правильное дыхание очень важно для развития речи, так как дыхательная система - это энергетическая база для речевой системы. Дыхание влияет на звукопроизношение, артикуляцию и развитие голоса. Дыхательные упражнения помогают выработать диафрагмальное дыхание, а также продолжительность, силу и правильное распределение выдоха.

Правильное речевое дыхание обеспечивает нормальное звукообразование, создает условия для поддержания громкости речи, четкого соблюдения пауз, сохранения плавности речи и интонационной выразительности.

Каждый логопед уделяет пристальное внимание формированию речевого дыхания у детей как базы для правильного развития не только звукопроизношения, но и всей речи в целом.

Очень слабый выдох и вдох ведёт к тихой, едва слышимой речи (часто наблюдается у робких и стеснительных, а также у физически ослабленных детей).

Неэкономное и неравномерное распределение выдыхаемого воздуха ведет к полному использованию всего запаса воздуха на первом слове, а то и на первом слоге. В результате ребенок договаривает фразу или слово шёпотом. Нередко из-за этого он недоговаривает, «заглатывает» конец слова или фразы.

Неумелое распределение дыхания по словам. Ребёнок вдыхает в середине слова.

Торопливое произнесение фраз без перерыва и на вдохе, с «захлёбыванием».

Неравномерный толчкообразный выдох: речь звучит то громко, то тихо, еле слышно.

Как же выполнять дыхательную гимнастику?

- ♦ Воздух необходимо набирать через нос, плечи не поднимать.
- ♦ Выдох должен быть длительным, плавным.
- ♦ Необходимо следить, чтобы не надувались щеки (на начальном этапе можно прижимать их ладонями).
- ♦ Упражнения можно выполнять в положении сидя или стоя.
- ♦ Не переусердствуйте! Достаточно 3—5 повторений. Многократное выполнение дыхательных упражнений может привести к головокружению.
- ♦ Через несколько занятий усложните упражнения: во время выдоха пусть язык лежит на нижней губе.

Выполнение дыхательных упражнений в игровой форме вызывает у ребенка положительный эмоциональный настрой, снимает напряжение и способствует формированию практических умений.

Чтобы ребенку было интересно заниматься, можно изготовить пособия своими руками. Предлагаем изготовить несколько таких пособий. В зимний период можно изготовить пособия на зимнюю тематику.

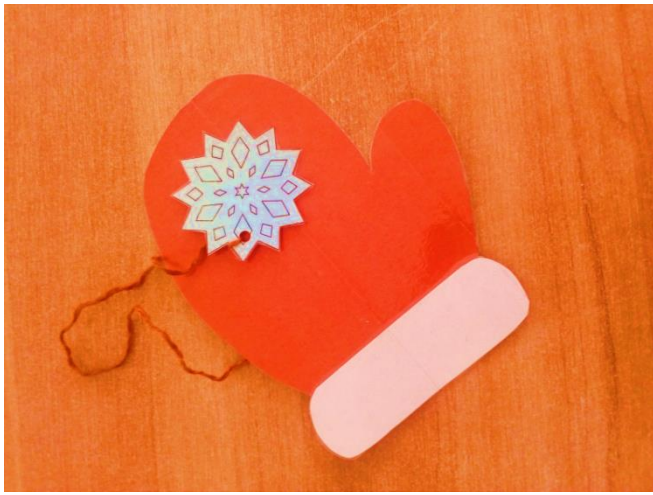
1. «Игрушки на ёлке»

Ребенок держит веточку ели так, чтобы игрушки были на уровне лица ребенка.

Ребенку предлагаем подуть на каждую игрушку, вытянув губы «дудочкой».

Следите, чтобы щеки не надувались и не поднимались плечи.





2. «Варежка Деда Мороза»

Ребенку предлагаем подуть на снежинку так, чтобы она слетела с варежки.

3. «Волшебный шар»

Ребенок держит игрушку на расстоянии около 15 сантиметров от губ. Предлагаем ему подуть на снежинку так, чтобы она начала вращаться.



4. «Волшебное окошко»

Предлагаем ребенку подуть на «дождик» и узнать какая картинка в окошке.

В окошко можно вставлять различные картинки.



Спасибо за внимание. Желаем Вам успехов!