



Развитие дыхания

Так как речь ребёнка развивается путём подражания речи окружающих людей (в основном, взрослых- родителей, членов семьи, педагогов дошкольного учреждения), сначала механического (рефлекторного), а затем всё более и более осознанного. Очень важно создать соответствующую возрасту детей активную речевую среду: правильная, чистая речь взрослых; чтение произведений художественной литературы; посещение выставок, концертов, экскурсий...

Нельзя приравниваться к языку ребёнка и сознательно искажать слова –«сюсюкь». Нельзя заменять общение с ребёнком просмотром телевизионных программ, фильмов, игре на компьютере. Всё это не способствует формированию правильного звукопроизношения.

Поэтому родителям рекомендуется:

- *Обращаясь к ребёнку, не торопясь, достаточно громко и отчётливо произносить каждый звук с соответствующей смыслу слова интонацией, чётко выделять ударный слог;*
- *Каждое новое слово должно быть понятным ребёнку, т.е. произнося его, одновременно надо обратить внимание ребёнка на соответствующий предмет, явление или действие;*
- *Неправильно сказанное слово надо спокойно и ласково произнести два – три раза. Правильное добровольное повторения слова ребёнком следует поощрять. Излишне настойчивое требование верного произношения, может вызвать у ребёнка отвращение к речи.*



Основной причиной несовершенства звукопроизношения у детей дошкольного возраста становится несовершенство движений артикуляционных органов или их недоразвитие. Поэтому важнейший этап в профилактике нарушений звукопроизношения – работа по подготовке артикуляционного аппарата.

Рекомендации для родителей:

1. Проводить артикуляционную гимнастику следует ежедневно, чтобы двигательные навыки закреплялись, становились более прочными, уточнялись и совершенствовались основные движения органов артикуляции.

2. Продолжительность занятий должна составлять 4-5 минут.

3. Каждое упражнение проводить в игровой форме и повторять 3-4 раза.

- «Лопаточка»: рот открыт, широкий расслабленный язык лежит на нижней губе. Язык в таком положении удерживать не менее 5 секунд.*
- «Чашечка»: рот широко открыт. Передний и боковые края широкого языка подняты, но не касаются зубов. Язык в таком положении удерживать 5-10 секунд.*
- «Иголочка»: рот открыт, узкий длинный язык выдвинут вперед. Язык в таком положении удерживать не менее 5 секунд.*
- «Горка»: рот открыт. Кончик языка упирается в нижние резцы, спинка языка поднята вверх. Язык в таком положении удерживать не менее 10 секунд.*
- «Трубочка»: рот открыт. Боковые края языка загнуты вверх и образуют узкий желобок. Язык в таком положении удерживать не менее 5 секунд.*



- *«Качели»:* рот открыт. Напряженным языком попеременно тянуться сначала к носу, затем к подбородку.
- *«Лошадка»:* присосать язык к нёбу, щелкнуть языком. Цокать медленно и сильно, тянуть и подъязычную связку, постепенно убыстряя темп упражнения.

Выполнение артикуляционных упражнений способствует, помимо укрепления мышц языка, растяжению укороченной подъязычной уздечки и в целом приводит к более быстрому и эффективному усвоению детьми норм звукопроизношения.

Не менее важным направлением, влияющим на формирование правильного звукопроизношения, является формирование речевого дыхания.

Полезно ежедневно выполнять с детьми дыхательные упражнения и игры:

- *Дуть на легкие шарики, бумажные полоски; играть на детских музыкальных инструментах;*
- *Дуть на привязанные к ниточке ватные шарики, разноцветные картонные и бумажные фигурки;*
- *Надувать воздушные шарики, пускать мыльные пузыри;*
- *Сдуть со стола ватные или бумажные пушинки в определённом направлении (игра в «Футбол»);*
- *Дуть вверх, не давая упасть вниз пушинке, ватке, воздушному шару;*

Выполнение дыхательных упражнений не только влияет на формирование правильного речевого дыхания, но и способствует профилактике заболеваний ЛОР - органов.

Очень частой причиной нарушений звукопроизношения являются заболевания: острый и хронический ринит, искривление носовой перегородки, полипы носовой полости, увеличение аденоидов...



Они затрудняют процесс правильного речевого дыхания, меняют интонацию голоса, вызывают изменения в строении языка, прикуса, нёба.

Дыхательная гимнастика.

Для профилактики и лечения ЛОР - заболеваний, а также формирования правильного носового дыхания необходимо ежедневно проводить дыхательную гимнастику:

- *Погладить нос (боковые части носа) от кончика к переносице – сделать вдох. На выдохе постучать по крыльям носа указательными пальцами (5-6 раз).*
- *Сделать 8-10 вдохов и выдохов через правую ноздрю, затем – через левую, по очереди закрывая отдыхающую указательным пальцем.*
- *Сделать вдох носом. На выдохе протяжно тянуть звук «м-м-м», одновременно постукивая по крыльям носа.*
- *При вдохе оказывать сопротивление входящему воздуху, надавливая на крылья носа пальцами. Во время более продолжительного выдоха сопротивление должно быть переменным за счёт постукивания по крыльям носа.*
- *Спокойный вдох через нос. На выдохе одновременно с постукиванием по крыльям носа произнести звуки «ба-бо-бу» и «г-м-м-м».*
- *Быстро втянуть внутрь живота брюшные мышцы, одновременно сделав резкий выдох через нос (3-4 раза).*
- *Во время выдоха широко раскрыть рот, и насколько возможно высунуть язык, стараясь кончиком его достать до подбородка. Беззвучно произнести звук (а-а-а) (5-6 раз).*