

## Как развивать речевое дыхание

Легкие с системой дыхательных мышц принимают участие в образовании звуков, обеспечивают силу звучания голоса.

Очень часто у малышей сбивчивое, прерывистое дыхание, им трудно сделать длинный выдох, чередовать вдох и выдох носом и ртом и т.п. Это мешает правильно и выразительно говорить.



Исправить это могут тренировки речевого дыхания.

- Во-первых, когда рассказываете малышу сказки, стихи, например, упоминаете ветер, поучите ребенка дуть, дуйте ему в лицо, а со временем он начнет подражать вам. Потом вы можете еще и поиграть, предлагая ребенку дуть: дайте малышу маленький кусочек распушенной ватки, объясните, что это снежинка, она летает, когда дует ветер, дуть нужно ртом, округленными губами, плавно, а вдыхать через нос
- Сделайте из бумаги бабочку или самолетик, прикрепите ее на ниточку, покажите ребенку, как она будет порхать, если на нее подуть. Нужно добиваться того, чтобы выдох был как можно более долгим.
- Сделайте дерево: вырежьте из бумаги несколько полосок бумаги, приклейте к палочке или карандашу, «ветер» будет колыхать листву. Такие упражнения развивают также воображение.
- Подуйте вместе на кусочек бумажки или пламя свечи. Важно, чтобы выдох не был резким, иначе свеча потухнет, дуть нужно плавно и легко.
- Сделайте (или купите) вертушку или игрушечную мельницу, научите малыша дуть на крылья, так, чтобы они вертелись.
- Вырежьте из бумаги птичек и поставьте у самого края стола. Командуйте: «птички полетели», дуйте вместе, только один раз, выдох должен быть очень долгим, чтобы они улетели как можно дальше.
- Покажите ребенку, как дышит собачка, когда ей жарко: высунув язычок, шумно, быстро.
- Научите малыша дуть на горячее, а также греть ручки, пусть вдыхает носом, а выдыхает ртом, согревая поднесенные к губам руки.
- Бывает так, что дети смешивают понятия вдох и выдох, а также вдох и выдох ртом и носом. Научите его нюхать цветочек (нужно сделать утрированный вдох носом, а потом выдохнуть со звуком «А»).

- Сорвите отцветший одуванчик и дуйте на него, так чтобы слетели пушинки. Следите за тем, чтобы он хорошо надувал щечки, не проглатывал и не выдыхал воздух.
- Изобразите море (например, когда рассказываете сказки А. С. Пушкина). На вдохе плавно поднимите руки вверх, на выдохе опустите руки, длительно произнесите «ш-ш-ш». Малыш постарше может тренироваться с мыльными пузырями или водой. Пусть дует в трубочку (соломинку или макаронину). Опустив соломинку в воду, можно сделать «настоящую бурю».

Налейте воды в тазик, можете запустить кораблики, например, бумажные. Потом изобразите ветер. Дуть нужно не торопясь, сложив губы трубочкой, не надувая щеки. Покажите ребенку, как это делаете вы. При ровно выдохе кораблик движется по воде плавно. Теперь подуйте прерывисто «п-п-п», и объясните, что подул порывистый ветер. Пусть попытается пригнать кораблик к определенному месту. Конечно, это упражнение для детей постарше, не так-то просто справиться с таким заданием.

Начните делать все упражнения как можно раньше, конечно, выбирайте сначала самые простые, делайте их как бы между делом: дуйте вместе на суп или поиграйте в кошечку, облизывающую тарелочку. Не огорчайтесь, если не все получится с первого раза. Будьте терпеливы, ласковы и спокойны, постепенно усложняйте задания, не забывая преподносить все в виде сказки или игры, почаще хвалите малыша. Вас ждет неременный успех.