

Развитие дыхания детей с нарушениями речи



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. Можно использовать упражнения, при которых дыхательные мышцы работают с особым напряжением, способствующие развитию не только органов дыхания, но и работе сердечно-сосудистой системы.

Регулярные занятия дыхательной гимнастикой способствуют воспитанию правильного речевого дыхания с удлинённым, постепенным выдохом, что позволяет получить запас воздуха для произнесения различных по длине фраз.

Рекомендации по проведению дыхательной гимнастики

- ✚ Перед проведением дыхательной гимнастики необходимо вытереть пыль в помещении, проветрить его, если в доме имеется увлажнитель воздуха, воспользоваться им.
- ✚ Дыхательную гимнастику не рекомендуется проводить после плотного ужина или обеда. Лучше, чтобы между занятиями и последним приемом пищи прошёл хотя бы час, ещё лучше, если занятия проводятся натощак.
- ✚ Упражнения рекомендуется выполнять в свободной одежде, которая не стесняет движения.
- ✚ Необходимо следить за тем, чтобы во время выполнения упражнений не напрягались мышцы рук, шеи и груди.