

## Консультация

### «Развиваем правильное речевое дыхание».



Речь — сложная внешняя психическая функция человека, обеспечиваемая деятельностью головного мозга. Словообразование осуществляется координированной деятельностью дыхательного, голосового и артикуляционного аппаратов. Всем известно, какую важную роль в жизни каждого человека играет дыхательный аппарат. Благодаря правильному речевому дыханию мы изменяем громкость речи, делаем ее плавной и выразительной.

Приступая к развитию у ребенка речевого дыхания, необходимо, прежде всего, развивать бесшумный, спокойный вдох без поднятия плеч, а так же сформировать сильный плавный ротовой выдох. Длительность выдоха должна соответствовать возрасту ребенка: двух – трехлетнему малышу выдох обеспечивает произнесение фразы в 2 – 3 слова, ребенку среднего и старшего дошкольного возраста – фразы из 3 – 5 слов. Постепенно дети приучаются к более сильному выдоху.

#### **Параметры правильного ротового выдоха:**

- 1) выдоху предшествует сильный вдох через нос;
- 2) выдох происходит плавно, а не толчками;
- 3) во время выдоха губы складывать трубочкой, не следует сжимать губы, надувать щеки;
- 4) во время выдоха воздух выходит через рот, нельзя допускать выхода воздуха через нос;
- 5) выдыхать следует, пока не закончится воздух.

## **Недостатки детского дыхания можно преодолеть:**

- 1) развитием более глубокого вдоха и более длительного выдоха;
- 2) выработкой у детей умения правильно дышать в процессе речи.

Упражнения предъявляем ребенку только в игровой форме, не забываем, что рядом с нами находятся дошкольники и игра для них на первом месте.

При проведении игр направленных на развитие у ребенка дыхания, необходимо знать и помнить, что дыхательные упражнения быстро утомляют его и при этом могут вызвать головокружение. Поэтому игры должны ограничиваться по времени 3-5 минут с перерывами на отдых. Следует иметь в виду и то, что во всех играх, развивающих дыхание, строго соблюдается правило: вдох совпадает с расширением грудной клетки, выдох - с сужением ее. В процессе речи дети приучаются вдыхать только через рот, а не через нос.

## **Рекомендуется начать с произвольных для ребенка игровых упражнений:**

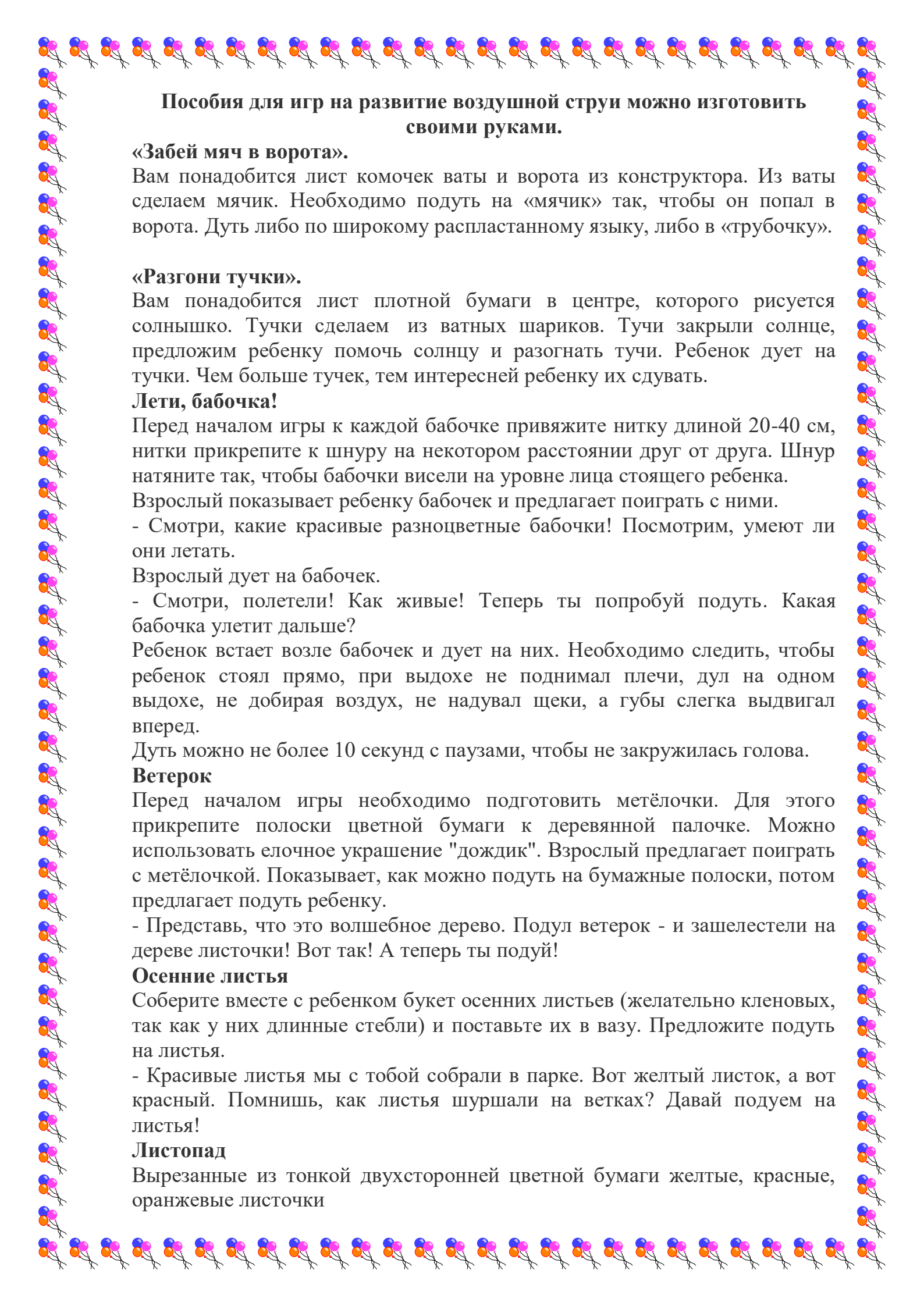
- дутье через соломку в стакан с водой;
- надувание воздушных шаров;
- дутье на разноцветные вертушки;
- игра на духовых музыкальных инструментах, например, дудочке;
- пускание мыльных пузырей;
- дутье на одуванчики весной.

Упражнения могут выполняться в исходном положении лежа, сидя, стоя, а также в сочетании с движениями и речью.

Произношение большинства звуков русского языка требует направленной воздушной струи, выработку которой проводят одновременно с артикуляционной гимнастикой.

## Правила, которые необходимо соблюдать во время дыхательных упражнений.

- Дуем всегда плавно, не надувая щек и не поднимая плеч, слегка вытянув губы вперед, либо дуем на широко распластанный передний край языка, лежащий на нижней губе.
- Вдыхать нужно «мягко» и коротко, но при этом достаточно глубоко; выдыхать — длительно и плавно.
- По длительности упражнения короткие не более 30 секунд непрерывной работы.
- Нельзя играть сразу после принятия пищи.
- Любые дыхательные упражнения проводить в хорошо проветренном помещении.
- Раз это игровые упражнения, значит надо играть вместе с ребенком, а не тренировать его, не поучать, не навязывать эту деятельность.



**Пособия для игр на развитие воздушной струи можно изготовить своими руками.**

**«Забей мяч в ворота».**

Вам понадобится лист комочек ваты и ворота из конструктора. Из ваты сделаем мячик. Необходимо подуть на «мячик» так, чтобы он попал в ворота. Дуть либо по широкому распластанному языку, либо в «трубочку».

**«Разгони тучки».**

Вам понадобится лист плотной бумаги в центре, которого рисуется солнышко. Тучки сделаем из ватных шариков. Тучи закрыли солнце, предложим ребенку помочь солнцу и разогнать тучи. Ребенок дует на тучки. Чем больше тучек, тем интересней ребенку их сдувать.

**Лети, бабочка!**

Перед началом игры к каждой бабочке привяжите нитку длиной 20-40 см, нитки прикрепите к шнуру на некотором расстоянии друг от друга. Шнур натяните так, чтобы бабочки висели на уровне лица стоящего ребенка.

Взрослый показывает ребенку бабочек и предлагает поиграть с ними.

- Смотри, какие красивые разноцветные бабочки! Посмотрим, умеют ли они летать.

Взрослый дует на бабочек.

- Смотри, полетели! Как живые! Теперь ты попробуй подуть. Какая бабочка улетит дальше?

Ребенок встает возле бабочек и дует на них. Необходимо следить, чтобы ребенок стоял прямо, при выдохе не поднимал плечи, дул на одном выдохе, не добирая воздух, не надувал щеки, а губы слегка выдвигал вперед.

Дуть можно не более 10 секунд с паузами, чтобы не закружилась голова.

**Ветерок**

Перед началом игры необходимо подготовить метёлочки. Для этого прикрепите полоски цветной бумаги к деревянной палочке. Можно использовать елочное украшение "дождик". Взрослый предлагает поиграть с метёлочкой. Показывает, как можно подуть на бумажные полоски, потом предлагает подуть ребенку.

- Представь, что это волшебное дерево. Подул ветерок - и зашелестели на дереве листочки! Вот так! А теперь ты подуй!

**Осенние листья**

Соберите вместе с ребенком букет осенних листьев (желательно кленовых, так как у них длинные стебли) и поставьте их в вазу. Предложите подуть на листья.

- Красивые листья мы с тобой собрали в парке. Вот желтый листок, а вот красный. Помнишь, как листья шуршали на ветках? Давай подуем на листья!

**Листопад**

Вырезанные из тонкой двухсторонней цветной бумаги желтые, красные, оранжевые листочки

взрослый кладет на ладошку, напоминает детям про осень.

- Представь, что сейчас осень. Красные, желтые, оранжевые листья падают с деревьев. Подул ветер - закружил все листья! Давайте сделаем ветер - подуем на листья!

Взрослый вместе с ребенком дует на листья. При этом необходимо следить за правильностью осуществления ротового выдоха, а также за тем, чтобы дети не переутомлялись.

### **Летите, птички!**

Ребенок сидит за столом. На стол напротив ребенка кладут одну птичку, сложенную из бумаги (оригами). Взрослый предлагает ребенку подуть на птичку, чтобы она улетела как можно дальше (дуть можно один раз).

- Какая красивая у тебя птичка! А она умеет летать? Подуй так, чтобы птичка улетела далеко! Дуть можно один раз. Вдохни и набери побольше воздуха. Полетела птичка!

В ходе игры можно устроить соревнование: каждый дует на свою птичку. Побеждает тот, чья птица улетела дальше. Взрослый следит за тем, чтобы ребенок не надували щеки, дул только один раз, сильно не напрягался.



Материал подготовила:  
учитель-логопед Л.Н.Мусина