

# КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР

## «Развитие правильного речевого дыхания ребенка с помощью различных дыхательных тренажеров».

Правильное речевое дыхание является основой звучащей речи. Оно обеспечивает нормальное голосо- и звукообразование, сохраняет плавность и музыкальность речи.

При правильном речевом дыхании малыш сможет верно произносить звуки, говорить громко, четко, выразительно, плавно и соблюдать необходимые паузы.

Самое первое, чему ребенку важно научиться – это делать **сильный плавный выдох ртом**.

Правильное физиологическое дыхание не предполагает, правильное речевое дыхание. Это связано с тем, что **дыхательный аппарат выполняет не только основную физиологическую функцию – осуществление газообмена, но и участвует в образовании звука и голоса**. Именно благодаря правильному речевому дыханию мы изменяем громкость речи, делаем ее плавной и выразительной. Речевое дыхание – это возможность человека выполнять короткий

воздух при выдохе с одновременным произнесением различных звукосочетаний. Только правильное речевое дыхание позволяет человеку затрачивать меньше мышечной энергии, но вместе с этим добиваться максимального звука и плавности.

Дышать надо обязательно через нос, привычка дышать ртом очень вредно оказывается на человеческом организме, приводя к заболеваниям щитовидной железы, миндалин, всей дыхательной системы. Носовое дыхание предохраняет горло и легкие от холодного воздуха и пыли, хорошо вентилирует легкие, полость среднего уха, имеющего сообщение с носоглоткой, благотворно действует на кровеносные сосуды головного мозга. Надо обязательно дышать через нос в обыденной жизни и при выполнении дыхательных упражнений.

Почему вредно дышать через рот? Во-первых, воздуха в легкие попадает значительно меньше, работать будут лишь их верхние отделы, значит, организм получит меньше кислорода. Во-вторых, изменяется голос, нарушается речь, ребенок начинает гнусавить, говорить монотонно.

Данные факты убеждают, как важно следить за дыханием маленьких детей.

**Дыхание можно тренировать.**

Рекомендуются специальные упражнения, задача которых сводится к тому, чтобы научиться дышать только носом. Отдельные приемы следует отрабатывать до тех пор, пока нормальное носовое дыхание не станет привычным. Вот простейшее упражнение - закрывание рта "на замочек" (все упражнения в игровой форме): рот зажимают пальцами либо закрывают ладонью и просят ребенка дышать только носом.

Постепенно рот закрывают на все более продолжительное время. Через несколько дней упражнение усложняют: проделывают его во время ходьбы.

Речевое дыхание дошкольников резко отличается от речевого дыхания взрослых: оно характеризуется слабостью дыхательной мускулатуры, малым объемом легких. Многие дети пользуются верхне-грудным дыханием, часто совершают вдох с резким поднятием плеч. Некоторые дети не умеют рационально расходовать воздух в процессе речевого высказывания, нередко добирают воздух почти перед каждым словом.

У детей с нарушениями речи часто наблюдается слабость силы и длительности речевого выдоха. Дети, имеющие ослабленный вдох и выдох, как

правило, говорят тихо, не умеют делать глубокий вдох, рационально использовать выдох. Поэтому одним из направлений коррекционной работы с такими детьми является **развитие речевого дыхания**.

Для развития речевого дыхания мы используем следующие игры и пособия:

**«Сдуй бабочку с цветка»,**

**«Сдуй на снежинку»,**

**«Остуди чай»,**

**«Забей мяч в ворота»,**

**«Накорми животных»,**

**«Удержи шарик»,**

**«Прокати мячик по дорожке» и т.д..**

### **Лопнула шина**

**Исходное положение:**

дети разводят руки перед собой, изображая круг - “шину”.

**На выдохе дети произносят медленно звук “ш-ш-ш”.**

Руки при этом медленно скрещиваются, так что правая рука ложится на левое плечо и наоборот.

Грудная клетка в момент выдоха легко сжимается. Занимая исходное положение, дети делают непроизвольно вдох.

## **Накачать шину.**

Детям предлагаются **накачать** “лопнувшую шину”. Дети “сжимают” перед грудью руки в кулаки, взяв воображаемую ручку “насоса”. Медленный наклон вперед сопровождается выдохом на звук “с-с-с”. При выпрямлении вдох производится непроизвольно.

## **Воздушный шар**

Выполнение упражнения аналогично упражнению “Лопнула шина”, но во время выдоха дети произносят звук “ф-ф-ф”.

## **Ёжик**

Исходное положение: руки согнуть в локтях и поставить на пояс. Выдыхая, дети произносят “пых-пых-пых”, двигая локтями вперед. Занимая исходное положение, дети делают непроизвольно вдох.

## **Ворона**

Исходное положение: руки поднять через стороны вверх. Медленно опуская руки и приседая, дети произносят протяжно “К-а-а-а-р”. Логопед хвалит тех “ворон”, которые медленно спустились с дерева на землю. Занимая исходное положение, дети делают непроизвольно вдох.

## **Гуси**

**Исходное положение:** руки поставить на пояс.  
Медленно наклонить туловище вперед, не опуская голову вниз. Произнести протяжно “Г-а-а-а”. Принимая исходное положение, производится вдох.

Ребенок, освоивший правильное дыхание, нуждается в постоянном контроле и наблюдении за правильностью его дыхания. Отсюда необходимость постоянного повторения дыхательных упражнений для закрепления навыков правильного физиологического и речевого дыхания. Вся работа по формированию физиологического и речевого дыхания, которая проводится в дошкольном образовательном учреждении, требует участия следующих специалистов: логопеда, воспитателя, руководителя, инструктора по физической культуре, психолога, медицинских работников.

В логопедической работе широко используется игровой метод, который предполагает использование различных игр, упражнений игрового характера в сочетании с другими приемами: показом, пояснением, указаниями и вопросами.

**В практике коррекционного обучения и воспитания детей дошкольного возраста широкое применение имеют дыхательные игры и упражнения, направленные на формирование правильного физиологического и речевого дыхания.**

Таким образом, регулярные упражнения по развитию речевого дыхания обеспечат нормальное звукопроизношение, создадут условия для поддержания громкости речи, чёткого соблюдения пауз, сохранения плавности речи и интонационной выразительности. Кроме того, они укрепят здоровье ребёнка, повысят его умственные способности, и правильно сформировать дыхание ребенка.



**С уважением,  
Учитель-логопед  
Татьяна Викторовна Федотова**