

# Консультация для родителей: «Правила речевого дыхания»

Человек может долгое время обходиться без пищи, без воды, но без дыхания жизнь прекращается через считанные минуты. Однако, дыхание не только основа жизни, но и важнейшее условие правильной речи.

## Как правильно организовать развитие речевого дыхания?

Воздушная струя, выходящая из лёгких через гортань, глотку, полость рта или носа наружу, является источником образования звуков. Важно знать параметры правильного ротового выдоха:

- ❖ выдоху предшествует сильный вдох через нос - "набираем полную грудь воздуха";
- ❖ выдох происходит плавно, а не толчками;
- ❖ во время выдоха губы складываются трубочкой, не следует сжимать губы, надувать щеки;
- ❖ во время выдоха воздух выходит через рот, нельзя допускать выхода воздуха через нос (если ребёнок выдыхает через нос, можно зажать ему ноздри, чтобы он ощутил, как должен выходить воздух);
- ❖ выдыхать следует, пока не закончится воздух.

При проведении игр, направленных на развитие у ребёнка дыхания, необходимо иметь в виду, что дыхательные упражнения быстро утомляют ребёнка, даже могут вызвать головокружение. Поэтому такие игры необходимо ограничивать по времени и обязательно чередовать с другими упражнениями. Перечисленные ниже игры и упражнения, помогут научить ребёнка плавно выдыхать через рот сильную направленную струю воздуха.

## Упражнения для развития речевого дыхания

- ❖ **Конфетти.** Это мелкие разноцветные кружочки, содержащиеся в хлопушках или сделанные с помощью обыкновенного дырокола из цветной бумаги. Ребёнку предлагается подуть на белые конфетти и тем самым превратить обычную комнату в заснеженный лес.
- ❖ **Пластмассовые или бумажные кораблики, ёмкость, наполненная водой.** Перед ребёнком стоит задача дуть на кораблики, находящиеся в тазу (или другие плавучие лёгкие предметы - очень хорошо для этой цели использовать пластмассовые яйца от «киндер-сюрпризов»).
- ❖ **«Погреем ручки».** Сделать глубокий вдох носом. Округлить губы и с силой выдохнуть воздух ртом. Должна ощущаться теплая воздушная струя. Повторить 3-4 раза.

❖ **Шарики для пинг-понга, карандаши, ватные шарики.** Всё это можно использовать для перемещения по столу с помощью выдыхаемой струи воздуха. Если соорудить ворота из конструктора и пытаться загнать эти предметы в ворота - получится импровизированный футбол. Можно ввести и соревновательный момент: «Кто быстрее загонит шарик (карандаш) в ворота».



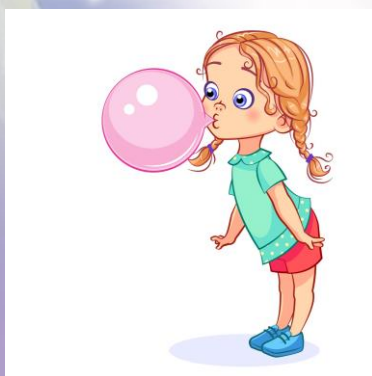
❖ **«Мыльные пузырьки».** Можно купить эту игрушку, а можно сделать её своими руками. Понадобятся мыльная стружка, маленькая ёмкость для мыльного раствора и соломинка. Ребёнку предлагается поиграть с мыльными пузырями. Он может сам выдувать пузыри, если же у него не получается дуть или он не хочет заниматься, то выдувать пузыри может взрослый, направляя их в ребёнка. Это стимулирует ребёнка в ответ дуть на пузыри, чтобы они не попали в него.



❖ **Бумажные бабочки, птички, самолетики.** Их подвешивают на нитках, на леске, располагают на различных поверхностях (стол, подоконник). Они нужны в логопедической практике для отработки длительного плавного выдоха.



❖ **Воздушные шары, надувные игрушки (мячи, фигуры животных).** Традиционно используются для развития интенсивности выдоха (надувание воздушных шариков, надувных игрушек). Кроме того, известно множество игр с надутыми шарами, например, «Чей шар выше взлетит?», «Чей шар дольше не упадет?» (дети подбрасывают шары вверх и дуют, удерживая их струей воздуха).



❖ **Вертушки.** Особый интерес у ребёнка вызовет приспособление, сделанное собственными руками. Так для дыхательных упражнений старшие дошкольники могут смастерить вертушки из бумаги или лёгкой клеёнки, а потом использовать их в дыхательной гимнастике.





❖ **Прозрачные пластмассовые стаканчики, наполненные водой, трубочки для коктейлей.** Это атрибуты занимательной игры «Бульбульки». Нужно взять два пластмассовых прозрачных стаканчика. В один налить много воды, почти до краев, а в другой - чуть-чуть. В стаканчик, где много воды нужно, дуть через трубочку слабо, а в стаканчик, где мало воды - дуть сильно. Задача ребёнка так играть в «Бульбульки», чтобы не пролить воду. Нужно обязательно обратить внимание ребёнка на слова: слабо, сильно, много, мало.

❖ **«Фокус».** Положить кусочек ваты на кончик носа. Улыбнуться, приоткрыть рот. Широкий передний край языка положить на верхнюю губу так, чтобы боковые края его были прижаты, а посередине был «желобок». Сдуть вату. Воздух при этом должен идти по середине языка, тогда вата полетит вверх.



Выполняя эти упражнения, Вы будете формировать у детей правильное речевое дыхание, которое обеспечивает нормальное звукообразование, создаёт условия для поддержания нормальной громкости речи, чёткого соблюдения пауз, сохранения плавности речи и интонационной выразительности.

***Помните, пожалуйста, что в развитии ребёнка не бывает мелочей.***

***Дарите ему своё постоянное внимание и участие.***

***Играйте и развивайте!***



Учитель-логопед: Зайцева Ольга Александровна  
МДОБУ «Муринский ДСКВ №3»

Использованные источники:

1.Белякова Л.И., Гончарова Н.Н., Шишкова Т.Г. Методика развития речевого дыхания у дошкольников с нарушениями речи. - М., 2005.

2.Гуськова А.А. «Развитие речевого дыхания детей 3-7 лет» - М., 2011 г.

3. <https://multiurok.ru/files/dykhaniye-kak-osnova-pravilnoi-rechi-konsultatsiia.html>