

## **Консультация для родителей** **«Развитие речевого дыхания у дошкольников»**

Подготовила учитель-логопед: Шпилева Л.М.

**Дыхание** – одна из функций жизнеобеспечения человека. Процесс физиологического дыхания в норме осуществляется ритмично, глубина дыхания соответствует потребностям организма в кислороде. Вдох - более активная фаза дыхания, чем выдох. Диафрагма является главной движущей силой в обеспечении дыхания.

У детей по мере физического развития постепенно формируется наиболее оптимальный тип дыхания – грудобрюшной. В процессе устной речи диафрагма многократно производит тонко дифференцированные колебательные движения, обеспечивающие речевое дыхание и звукопроизношение. В дошкольном возрасте у детей в процессе речевого развития одновременно формируется связная речь и речевое дыхание.

Важнейшие условия правильной речи – это плавный длительный выдох, четкая и ненапряженная артикуляция.

Физиологическое дыхание детей с речевыми нарушениями имеет свои особенности. Оно, как правило, поверхностное, верхнереберного типа, ритм его недостаточно устойчив, легко нарушается при физической и эмоциональной нагрузке. Объем легких у таких детей существенно ниже возрастной нормы. В процессе речевого высказывания у них отмечаются задержки дыхания, судорожные сокращения мышц диафрагмы и грудной клетки, дополнительные вдохи. Помимо возможности появления судорожной активности в мышцах дыхательного аппарата и нарушения речевого выдоха, у таких детей отмечается недостаточный объем вдыхаемого воздуха перед началом речевого высказывания, а также укороченный и нерационально используемый речевой выдох. Произнесение отдельных слов происходит в разные фазы дыхания – как на вдохе, так и на выдохе.



Таким образом, дошкольникам с речевой патологией прежде всего необходимо развивать объем легких, а в среднем и старшем дошкольном возрасте формировать грудобрюшной тип дыхания. Правильное речевое дыхание обеспечивает нормальное звукообразование, создает условия для поддержания громкости речи, четкого соблюдения пауз, сохранения плавности речи и интонационной выразительности. Для формирования правильного речевого дыхания детей существует большое количество дыхательных упражнений.

***При выполнении дыхательных упражнений необходимо соблюдать следующие требования:***

- ✓ не заниматься в пыльном, непроветренном, или сыром помещении
- ✓ одежда не должна стеснять движений
- ✓ не заниматься сразу после приема пищи не заниматься с ребенком, если у него заболевание органов дыхания в острой стадии.

***Рекомендуем начать с произвольных и таких забавных для ребенка игровых упражнений:***

- ✓ дутье через соломку в стакан с водой;

- ✓ надувание воздушных шаров;
- ✓ дуть на разноцветные вертушки;
- ✓ игра на духовых музыкальных инструментах, например, дудочке;
- ✓ пускание мыльных пузырей;
- ✓ дуть на одуванчики весной.

Регулярные занятия дыхательной гимнастики способствуют воспитанию правильного речевого дыхания с удлиненным, постепенным выходом, что позволяет получить запас воздуха для произнесения различных по длине отрезков.

**Во избежание головокружений продолжительность дыхательных упражнений должна ограничиваться 3-5 минутами.**

### **ДЫХАТЕЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ:**

«**Футбол**» - дуть на горошину через соломинку, стараясь попасть в ворота.

«**Фокус**» - язык чашечкой, сдувать ватку с носа.

«**Согреть руки**» - выдох со звуком х-х-хо.

«**Остудить воду**» - выдох со звуком ф-ф-ф.

«**Бабочка**» - сдувать бумажную бабочку с цветка.

«**Подводная лодка**» - пускать через соломинку воздух в стакане воды.

«**Самолетики**» - дуть на бумажные самолетики.

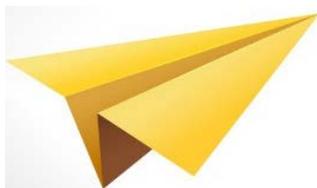
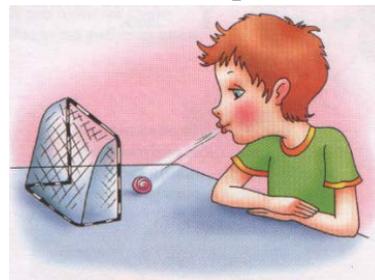
«**Берлога**» - раздуть снег из пенопласта.

«**Лодочки**» - дуть на лодочки, которые плавают в воде.

«**Снежинка**» - дуть на снежинку, которая лежит на рукавичке.

«**Пушинка**» - дуть на кусочек ватки.

«**Мыльные пузыри**» - научите ребенка пускать мыльные пузыри: вдох – носом, а выдох через сложенные в трубочку губы, длинный и мягкий, тогда пузырь получится большой и красивый.



Литература:

1. Белякова Л.И., Гончарова Н.Н., Шишкова Т.Г. Методика развития речевого дыхания у дошкольников с нарушениями речи – М.: Книголюб, 2004. – 56 с.
2. Ханьшева Г.В. Логопед спешит на помощь: практикум по логопедии. - Ростов н/Д: Феникс, 2013. – 109 с.