

## *Развитие речевого дыхания с использованием игровых упражнений*

### *Уважаемые родители, коллеги, бабушки и дедушки!*

Следует знать и помнить, что источником образования звуков речи является воздушная струя, выходящая из легких через гортань, глотку, полость рта или носа наружу. Правильное речевое дыхание обеспечивает нормальное звукообразование, создает условия для поддержания нормальной громкости речи, четкого соблюдения пауз, сохранения плавности речи и интонационной выразительности. Нарушения речевого дыхания могут быть следствием общей ослабленности, аденоидных разрастаний, различных сердечно-сосудистых заболеваний и т. д.

Такие несовершенства речевого дыхания, как неумение рационально использовать выдох, речь на вдохе, неполное возобновление запаса воздуха и др., отрицательно влияющие на развитие речи детей, могут быть обусловлены неправильным воспитанием, недостаточным вниманием взрослых к речи детей. Малыши, имеющие ослабленный вдох и выдох, как правило, говорят тихо и затрудняются в произнесении длинных фраз. При нерациональном расходе воздуха нарушается плавность речи, так как дети на середине фразы вынуждены добирать воздух. Часто такие дети не договаривают слова и нередко в конце фразы произносят их шепотом. Иногда, чтобы закончить длинную фразу, они вынуждены говорить на вдохе, отчего речь становится нечеткой, судорожной, с захлебыванием. Укороченный выдох вынуждает говорить фразы в ускоренном темпе, без соблюдения логических пауз.

Приступая к развитию у ребенка речевого дыхания, необходимо прежде всего сформировать сильный плавный ротовой выдох. При этом надо научить ребенка контролировать время выдоха, расходовать воздух экономно. Дополнительно у ребенка развивается способность направлять воздушную струю в нужном направлении.

Во время проведения описанных игр необходим постоянный контроль за правильностью дыхания.

Запомните 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 ребенок выдыхает через нос, можно зажать ему ноздри, чтобы он ощутил, как должен выходить воздух);
- ✓ выдыхать следует, пока не закончится воздух;
- ✓ во время пения или разговора нельзя добирать воздух при помощи частых коротких вдохов.

При проведении игр, направленных на развитие у ребенка дыхания, необходимо иметь в виду, что дыхательные упражнения быстро утомляют ребенка, даже могут вызвать головокружение. Поэтому такие игры необходимо ограничивать по времени (можно использовать песочные часы) и обязательно чередовать с другими упражнениями.

## *Игровые упражнения на развитие дыхания*

✚ Упражнение «Подуй» (например, на листочки, снежинки, цветочки, кусочки ваты ...).

✚ Упражнение «Подуй в бутылочку».

Предлагается подуть в бутылочку так, чтобы она «запела». Ребёнок высовывает язычок, кончик языка ставит на горлышко бутылочки и, не убирая язычок от бутылочки, дует (если нет бутылочки, можно использовать колпачок ручки).

✚ Упражнение «Сдуй» (например, листочки со стола, снежинки и др.).

*Примечание:* При выполнении упражнений на развитие физиологического (диафрагмального) дыхания взрослый напоминает ребёнку:

- ✓ набрать воздух носом и медленно выпустить его через рот;
- ✓ выдыхать долго и медленно;
- ✓ не надувать щёк и не поднимать плечи при выдохе.

✚ Упражнение «Сдуй бумажку с язычка».

Для выработки центральной струи воздуха предложите ребёнку высунуть язык и на его кончик положить маленькую бумажку, попросите сдуть её. Следить, чтобы бумажка не намочила и не была проглочена ребёнком.

✚ Упражнение «Надуй воздушный шарик».

Необходимо следить, чтобы ребёнок не надувал щёк.

✚ Упражнение «Буря в стакане».

Детям предлагается взять трубочку и подуть так, чтобы вода в стакане забурлила (взрослый показывает, как это сделать).

Кипячёной водой заполняют четверть стакана. Необходимо напомнить ребёнку, что пить воду не следует, иначе не получится буря в стакане.

✚ Упражнение «Подуй на ладошку».

Ребёнку следует поднести тыльную сторону ладошки к губам и подуть на неё 3-4 раза. Предложить ребёнку рассказать о своих ощущениях. Воздух тёплый или холодный? Взрослый предлагает подуть друг другу на ладошки.

✚ Упражнение «Замерли».

Ребёнку предлагается положить правую ладошку на диафрагму, вдохнуть (сделать глубокий вдох на 3 счёта), задержать дыхание, медленно выдыхать на счёт от 1 до 5. Вдох через нос – выдох через рот.

✚ Упражнение «Понюхай цветы».

Ребёнок берёт в руки настоящий цветок, закрывает глаза и носом делает глубокий вдох (втягивает воздух носом). Открыв глаза на выдохе произносит: «Хо-ро-шо! Приятный запах».

✚ Упражнение «Приятный запах».

Предлагается понюхать флакончики духов (не резких духов, а приятных, нежных, с цветочным ароматом). Определить приятный запах. Флакончики духов предлагается понюхать тем детям, у которых нет аллергии на цветочные запахи.

Подготовила учитель-логопед Бачина Евгения Александровна.

*Желаем успехов!*

[istochnikom obrazovaniya zvukov rechi yavlyatsya vozdušnaya struya.docx](#)