

## *Развитие речевого дыхания у дошкольников*

*Учитель-логопед  
Боболович Ирина Александровна*

Чтобы научить ребенка правильно и четко говорить, владеть голосом, нужно, прежде всего, научить его правильно дышать.

Поговорим о правильном дыхании во время речи, а точнее об упражнениях на развитие дыхания. У вас возник вопрос: «Для чего они нужны, ведь дышать — это так просто?» У многих детей возникает проблема с произношением и постановкой звуков, из-за не достаточного речевого дыхания.

Источником образования звуков речи является воздушная струя, выходящая из легких через гортань, глотку, полость рта или носа наружу.

- Речевое дыхание осуществляется через рот, вдох совершается быстро, выдох замедлен.

- При физиологическом дыхании за вдохом сразу следует выдох, затем пауза.

- При речевом дыхании, наоборот, за вдохом следует пауза, а затем плавный выдох.

Правильное речевое дыхание обеспечивает нормальное звукообразование, создает условия для поддержания нормальной громкости речи, четкого соблюдения пауз, сохранения плавности речи и интонационной выразительности.

Качество речи, ее громкость, плавность во многом зависят от речевого дыхания.

Послушайте, как дышит ваш ребенок, не затруднено ли у него носовое дыхание, не приходится ли ребенку держать рот открытым. Нарушения речевого дыхания могут быть следствием общей ослабленности, аденоидных разрастаний, различных сердечно – сосудистых заболеваний. Такие несовершенства речевого дыхания, как неумение рационально использовать выдох, речь на вдохе, неполное возобновление запаса воздуха, отрицательно влияющие на развитие речи детей, могут быть обусловлены неправильным воспитанием, недостаточным вниманием взрослых к речи детей.

Дети, имеющие ослабленный вдох и выдох, как правило, говорят тихо и затрудняются в произнесении длинных фраз. При нерациональном расходовании воздуха нарушается плавность речи, так как дети на середине фразы вынуждены добирать воздух. Часто такие дети недоговаривают слова и нередко в конце фразы произносят их шепотом.

Качество речи, ее громкость, плавность во многом зависят от речевого дыхания.

Рекомендуем начать с забавных для ребенка игровых упражнений.

Цель данных упражнений – развитие вдоха через нос и плавного, длительного выдоха через рот.

**При выполнении этих упражнений необходимо соблюдать следующие правила:**

1. Воздух набирать через нос, плечи не поднимать.
2. Выдох должен быть длительным, плавным.
3. Необходимо следить, чтобы ребенок не надувал щеки (на начальном этапе можно прижимать их ладошками).
4. Не переусердствуйте! Достаточно 3-5 повторений (нельзя много раз подряд повторять упражнения, так как это может привести к головокружению).

Проявляя изобретательность, выдумку, вы сможете помочь своему ребенку выработать правильное речевое дыхание и быстрее освоить труднопроизносимые звуки.

**«Снег».** Ребенку предлагается подуть на вату, мелкие бумажки, пушинки и тем самым превратить обычную комнату в заснеженный лес. Губы ребёнка должны быть округлены и слегка вытянуты вперёд. Желательно не надувать щеки, при выполнении этого упражнения.



**«Кораблики».** Наполните таз водой и научите ребёнка дуть на лёгкие предметы, находящиеся в тазу, например, кораблики. Вы можете устроить соревнование: чей кораблик дальше уплыл. Очень хорошо для этих целей использовать пластмассовые яйца от «киндер-сюрпризов» или упаковки от бахил, выдаваемых автоматами.



**«Футбол».** Соорудите из конструктора или другого материала ворота, возьмите шарик от пинг-понга или любой другой легкий шарик. И поиграйте с ребенком в футбол. Ребенок должен дуть на шарик, стараясь загнать его в ворота. Можно взять два шарика и поиграть в игру: «Кто быстрее».



### **"Собери барашков"**

Соорудите из картона пирамидки и сделайте в них отверстия с обеих сторон. В качестве барашков можно использовать пластиковые фишки диаметром 2-3 сантиметра. Собираем "барашков" с помощью коктейльной трубочки. Ребенок может держать трубочку или губами, или с помощью языка.



**«Буря в стакане».** Возьмите два пластмассовых прозрачных стаканчика. В один налейте много воды, почти до краев, а в другой налейте чуть-чуть. Предложите ребенку поиграть в «бурю» с помощью трубочек для коктейля. Для этого в стаканчик, где много воды нужно дуть через трубочку слабо, а в стаканчик, где мало воды – можно дуть сильно. Задача ребенка так играть в «бурю», чтобы не пролить воду. Обязательно обратите внимание ребенка на слова: слабо, сильно, много, мало. Эту игру можно также использовать для закрепления знания цветов. Для этого возьмите разноцветные стаканчики и трубочки и предложите ребенку подуть в зеленый стаканчик через зеленую трубочку и т. д.



**«Волшебные пузырьки».** Предложите ребенку поиграть с мыльными пузырями. Он может сам выдувать мыльные пузыри, если же у него не получается дуть или он не хочет заниматься, то выдувайте пузыри, направляя их в ребенка. Это стимулирует ребенка дуть на пузыри, чтобы они не попали в него.



**«Дудочка».** Предложите ребенку высунуть узкий язык вперед, слегка касаясь кончиком языка стеклянного пузырька. Выдувать воздух на кончик языка так, чтобы пузырек засвистел, как дудочка.



### "Приведение"

Возьмите резиновую медицинскую перчатку и закрепите на бумажном стаканчике. На доньшке стаканчика сделайте не большое отверстие и вставьте коктейльную трубочку. На перчатке можно нарисовать мордочку. Ребенок дует в трубочку, приведение оживает.



**«Губная гармошка».** Предложите ребенку стать музыкантом, пусть он поиграет на губной гармошке. При этом ваша задача не в том, чтобы научить его играть, потому не обращайтесь внимание на мелодию. Важно, чтобы ребенок вдыхал воздух через губную гармошку и выдыхал в нее же.



**«Цветочный магазин».** Предложите ребенку глубоко медленно вдохнуть через нос, нюхая воображаемый цветочек, чтобы выбрать самый ароматный цветочек для бабушки или мамы. Вы можете использовать для этой игры различные ароматические саше, однако они не должны иметь резких запахов, не должны быть пыльными и нельзя подносить их слишком близко к носу.



**«Свеча».** Купите большие разноцветные свечи и поиграйте с ними. Вы зажигаете свечи и просите ребенка подуть на синюю свечу, затем на желтую и т. д. Дуть нужно медленно, вдох не должен быть шумным, нельзя надувать щеки. Сначала свечу можно поднести поближе к ребенку, затем постепенно удалять ее.



**«Фокус».** На кончик носа положить маленькое перышко, кусочек ватки или салфетки. Достать язычок, загнуть его вверх и подуть так, чтобы перышко слетело с носа и полетело вверх. Для детей с дизартрией – это очень сложное упражнение. Не расстраивайтесь, если оно не получится с первого раза. Пробуйте еще раз.



Побуждайте повторять за вами. Во время произнесения звукоподражаний следите, чтобы ребёнок произносил их на одном выдохе, не добирая воздух.

**Желаю успехов!**