

## Консультация для родителей

### «Логопедические игры для развития речевого дыхания дошкольников»

Всем известно, какую важную роль в жизни каждого человека играет дыхательный аппарат. Появление малыша начинается с первого вдоха и, следующего за этим вдохом, крика. Однако нельзя быть уверенным в том, что если ребенок задышал, то у него все отлично будет с речью. Правильное физиологическое дыхание не есть 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.

#### **Что такое речевое дыхание?**

Речевое дыхание – это возможность человека выполнять короткий глубокий вход и рационально распределять 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.

Речевое дыхание происходит произвольно (человек сам себя контролирует, неречевое же выполняется автоматически. При говорении человек контролирует вдох и выдох, изменяя его и обеспечивая плавность, длительность и легкость произнесения.

#### **Особенности речевого дыхания у дошкольников**

У детей дошкольного возраста есть определенные особенности речевого дыхания, которые отличаются от дыхания взрослых:

- Недостаточно развитый дыхательный аппарат. Часто речь детей звучит неразборчиво и тихо. Нехватка воздуха приводит к тому, что ребенок не может договорить начатую им фразу. Другой момент – он пытается успеть произнести всю фразу целиком на вдохе, в результате чего он говорит слишком быстро, при этом не делая пауз.
- Выдыхаемый воздух распределяется нерационально. В таком случае запас воздуха кончается уже на первом слоге, т.е. конец слова либо произносится значительно тише, либо вовсе «проглатывается».
- Проблемы с распределением дыхания по словам. Чтобы восполнить запас воздуха, ребенку приходится брать паузу во время произношения фразы, в результате чего он может забыть, о чем он хотел сказать.

- Искажение звуков речи из-за неправильно выдыхаемой воздушной струи.

Нормальное речевое дыхание выглядит следующим образом:

- Небольшой вдох через нос.
- Выдох плавный, струя воздуха выходит через рот.
- Выдох производится до конца.
- После каждого выдоха берется паузы (2-3 секунды).

Это очень важный момент, ведь только научившись правильно дышать, можно в полной мере овладеть своим голосом.

**При выполнении дыхательных игр необходимо соблюдать следующие правила:**

Нужно понимать, что дыхательные упражнения – это нагрузка для ребенка, поэтому важно учитывать ряд рекомендаций:

- упражнения лучше всего проводить до приема пищи (если после еды, то нужно подождать 1,5-2 часа);
- не заниматься с ребенком, если он болен;
- комната, где вы занимаетесь, должна хорошо проветриваться;
- занятия не должны быть слишком долгими – для достижения результата хватает 3-5 минут (нельзя много раз подряд повторять упражнения, так как это может привести к головокружению). Но упражнения нужно проводить каждый день;
- важно контролировать правильность дыхания (в процессе не должны напрягаться мышцы лица, живота, подниматься плечи и т.д.);
- вдох – через нос, плечи не поднимать, выдох – длинный и плавный.
- необходимо следить, чтобы ребенок не надувал щеки (на начальном этапе можно прижимать их ладошками).

**«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».

**«Бульбульки».** Возьмите два пластмассовых прозрачных стаканчика. В один налейте много воды, почти до краев, а в другой налейте чуть-чуть. Предложите ребенку поиграть в «бульбульки» 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 «бульбульки», 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.

**«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 обращайте 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 надуть щеки. Сначала свечу можно поднести поближе к ребенку, затем постепенно удалять ее.

**«Листопад».** Вырезаем из цветной бумаги листья (если на дворе осень, то можно собрать на улице). Устраиваем своеобразный листопад, сдувая вместе с ребенком листья со стола.

**«Карандаши-спортсмены».** На столе чертим две линии – старт и финиш. На старте кладем 2 карандаша и начинаем дуть на них вместе с ребенком (каждый на свой). Такое импровизированное соревнование поможет увлечь ребенка к этому процессу.

**«Лети, перышко!».** Ребенок подбрасывает перышко вверх и дует снизу, не давай ему опускаться вниз.

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

Помните, пожалуйста, что в развитии ребенка не бывает мелочей. Дарите ему свое постоянное внимание и участие.

*Играйте и развивайте!*