Консультация для родителей

# Развитие речевого дыхания у детей дошкольников.

 Одним из важнейших факторов, оказывающих непосредственное влияние на то, как быстро у детей будут развиваться навыки связной речи, является речевое дыхание.

***Что такое речевое дыхание***

 Что такое наша речь? Это поток звуков, образующихся в речевом аппарате человека при непосредственном участии дыхания – воздушной струи, возникающей в лёгких. Правильное речевое дыхание способствует корректному звукообразованию, поддержанию нормального уровня громкости, плавности и выразительности словарного ряда.

 [Развитие связной речи](http://marypop.ru/rannee-razvitie/razvitie-rechi-detej-rannego-vozrasta.html) неразрывно связано с постановкой правильного речевого дыхания, именно  поэтому специалист-логопед в первую очередь проанализирует, то, как ребёнок дышит во время разговора, какой силы он осуществляет вдохи и выдохи, как координирует соотношение пауз в речевом потоке.

***Проблемы в развитии речевого дыхания***

***1.Нерациональный расход выдыхаемого воздуха:***

 Часто родители могут быть свидетелями такой картины: малыш, который только начал говорить, пытаясь что-то сказать, делает вдох, начинает произносить нужные слова, но не может закончить предложение до конца, так как ему не хватает набранного в лёгкие объёма воздуха. Он останавливается, чтобы набрать воздух, возникает пауза, во время которой ребёнок может забыть, о чём он говорил в начале разговора. Ему приходится вспоминать – и длина паузы  увеличивается.

 Такая картина свидетельствует о нерациональном расходовании воздуха. Это же может послужить причиной того, что говорящий ребёнок конец фразы произносит на пониженных тонах, иногда практически шёпотом.

***2. Слабое развитие дыхательного аппарата:***

 Ещё один пример нарушения в развитии речевого дыхания: дыхательный аппарат дошкольника развит плохо, у него слабый вдох и такой же выдох. В этом случае он говорит тихо, нечётко и редко договаривает фразу до конца. Либо, пытаясь успеть сказать нужные слова на вдохе, малыш говорит быстро, частит, от чего страдает интонация, не соблюдается расстановка логических пауз.

Слабое развитие дыхательного аппарата у дошкольников тесно связано с их физическим состоянием, наличием  хронических заболеваний дыхательных путей (синуситы, гаймориты) и малоподвижным образом жизни.

***Как развить речевое дыхание***

 Решающее значение для правильной постановки речевого дыхания несёт развитие фазы выдоха. Поэтому основная задача, на которую направлены упражнения по развитию речевого дыхания – это формирование у ребёнка сильного и плавного выдоха ртом.

1. ***Формируем правильный выдох:***

 Основные моменты правильного речевого дыхания:

* Короткий сильный вдох через нос, взрослый может визуально оценить расширение диафрагмы ребёнка.
* Выдох осуществляется плавно, желательно избегать толчков. Губы при этом необходимо складывать трубочкой. Для того чтобы малышу было понятнее, нужно показать ему, пропев букву «О» или «У».
* Выдох сопровождается выходом воздуха через рот, а не через нос, обязательно проконтролируйте этот момент!
* Выдох осуществляется до самого конца. После каждого выдоха необходимо делать паузу на 2-3 секунды

Наиболее эффективными мерами по тренировке правильного выдоха у дошкольников являются упражнения и игры, включающие в себя элементы дыхательной зарядки, а также артикуляционная гимнастика и нескольких простых правил:

* Выполнение упражнений должно происходить в течение 3-6 минут. Количество минут зависит от возраста детей. Малышам двух-трёх лет упражнения нужно делать в течение 3 минут, не более.
* Игры и упражнения должны проводиться в хорошо проветриваемом помещении с достаточным количеством свежего воздуха.
* Занятия по дыхательной гимнастике нужно проводить до приёма пищи.
1. ***Развиваем силу и длительность выдоха:***

С этой задачей помогут справиться следующие упражнения и игры:

**а) «Цветной дождик»**

 Закрепите на подвешенной горизонтально нити несколько разноцветных лоскутков ткани, или ёлочного дождика, или ленточек серпантина. Повесьте нить перед лицом ребёнка, на расстоянии 10-15 см.

Предложите ему подуть на висящие разноцветные ленточки. Затем усложните задание, предложив, в процессе выдоха подвинуть ленточку определённого цвета дальше, чем остальные.

При этом важно следить, чтобы малыш стоял прямо и дул, используя один длинный выдох, не добавлял воздух порциями, не надувал щеки.

Игры, подобные этому упражнению придумать легко: можно дуть на кораблики, запущенные в ёмкости с водой или ванне, можно сдувать со стола кусочки ваты («снежинки»), устраивая соревнование, какая снежинка первая пролетит заданное расстояние.

**б) «Карандаши-спортсмены»**

 Положите на столе два карандаша разного цвета. Обозначьте линию старта, на которой находятся карандаши, и финиш, куда должны «прибежать» карандаши в процессе марафона. Дуя на карандаш по очереди с другим игроком, передвигайте их по направлению к финишной линии.

Конечно, сила выдоха взрослых несоизмеримо больше, чем у маленького ребёнка, поэтому в этом соревновании будет лучше, если взрослый немного «подыграет» маленькому игроку, выдыхая с меньшей силой. Побеждает тот карандаш, который быстрее доберётся до линии финиша.

***3. Тренируем дыхание, используя речевой материал:***

 После того как ребёнок научился делать глубокие плавные выдохи нужно переходить к заданиям, которые стимулируют  эффективное развитие собственно речевого дыхания.

***а) Отрабатываем произношение гласных звуков и слогов***

 Для этого нужно вместе с ребёнком многократно повторять произношение гласных, слогов и звукосочетаний, используя один выдох:

* Дождь закапал за окном – кап, кап, кап;
* Кукла Маша просит кушать – А-ааа, у-ууу;
* Мишка топает за шишкой – Топ, топ, топ;

***б)Учим короткие стихи***

 Идеально для отработки правильного речевого дыхания подходят стишки-четверостишия А.Барто. Во время их декламации и заучивания необходимо следить за правильной координацией вдохов – выдохов, осуществляемых ребёнком в течение того времени, за которое он произносит каждую строфу.

***Игры-упражнения, объединяющие комплекс дыхательной***

 ***и голосовой гимнастики:***

**1. «Маятник»**

 Ребёнок стоит прямо, ноги на ширине плеч, руки подняты вверх, взяты в замок. Делает вдох, затем наклоняет корпус тела в сторону и на выдохе говорит: «Буммм».

### *2. «Водитель»*

###  Ребенок стоит прямо, ноги расставлены врозь, руки вытянуты вперёд, кулачки сжаты. Сделав вдох, малыш начинает вращать кулаки друг вокруг друга, и на выдохе говорить произносить звук «р-р-р-р», имитируя звук запускающегося двигателя.

### *3. «Хлопушка»*

###  Дети стоят на коленях, их руки опущены вдоль туловища. Сделав вдох, они разводят руки в стороны, а потом, выдыхая, сводят руки и хлопают в ладоши, при этом громко сказав «Хлоп!»

Эти упражнения необходимо делать по  4-8 раз, лучше включить их в комплекс ежедневной физической зарядки.

 Говорящий человек считает свою способность разговаривать совершенно естественной, не задумываясь о том, что в этом процессе участвует сразу несколько важных систем человеческого организма. Дыхательная система обеспечивает образование и развитие звуков речи, которые впоследствии преобразуются в произносимые человеком слова.

Именно поэтому родители должны уделить большое внимание постановке правильного речевого дыхания у детей, которые только начинают разговаривать. Это поможет избежать многих  проблем с нарушениями речи в дальнейшем.

