

Консультация для воспитателей и специалистов

«Речевое дыхание: что это?»

Дата проведения:
12 ноября 2019г.

Разработал и провел:
учитель-логопед – Маслова О.А.



Дыхательный аппарат включает в свой состав грудную клетку с расположенными в ней лёгкими, трахеей и бронхами, а также диафрагму и мышцы брюшного пресса. Благодаря работе **дыхательного** аппарата мы получаем необходимую для речи струю **выдыхаемого воздуха**. Вся наша речь строится на выдохе, именно струя **выдыхаемого воздуха** является основой для голосо- и звукообразования. Если эта струя по каким-то причинам не сможет попасть в ротовую полость, то **речеобразование** становится невозможным.

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

Нарушения **речевого дыхания** могут быть следствием общей ослабленности, аденоидных разращений, 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.

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.

Малыши, 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 не договаривают слова и нередко в конце фразы произносят их шёпотом. Иногда, чтобы закончить длинную фразу, они вынуждены говорить на вдохе, отчего речь становится нечёткой, судорожной, с захлёбыванием. Укороченный выдох вынуждает говорить фразы в ускоренном темпе, без соблюдения логических пауз.

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.

Рекомендуется начать с произвольных и 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.

«Поем песенку». Вдохнуть воздух через рот, постепенно и медленно **выдыхать воздух**, произнося звук «а» (*сочетания звуков ау, ауй и т. д.*). Выдох контролируется ладонью.

«Немое кино». Взрослый показывает беззвучную артикуляцию гласного звука (*сочетаний двух – трех гласных звуков*). Ребенку предлагается озвучить немую артикуляцию, произнося звук на длительном выдохе.

«Топор». Ребенку предлагается поставить ноги на ширину плеч, сцепить пальцы рук «замком» и опустить руки вниз. Быстро поднять руки – вдохнуть, наклониться вперед, медленно опуская руки, произнести «ух!» на длительном выдохе.

«Зоопарк». Каждый ребенок **исполняет** роль какого-либо животного. Взрослый совершает экскурсию по зоопарку, называет животное, ребенок в ответ делает соответствующее звукоподражание на длительном выдохе. Выдох контролируется ладонью.

«Ворона». Ребенку предлагается быстро поднять руки через стороны вверх – сделать вдох, медленно опустить руки – длительный выдох с произнесением звукоподражания «кар».

Аналогичным образом можно **использовать** другие звукоподражания (*например: гуси – произнести на выдохе «га-га-га» (го, гы, корова – произнести на выдохе «му», кошка – «мяу» и т. д.*).

«В лесу». Взрослый ищет «*потерявшихся в лесу*» детей, называя их по имени. Ребенку предлагается, услышав свое имя, сложить руки рупором и длительно, звучно произнести «ау!». Затем **речевой материал усложняется**: для произнесения предлагаются фразы «*Оля, ау!*», «*Миша, где ты?*», «*Я здесь!*» и т. д., которые должны быть произнесены на одном выдохе.

Рекомендованная литература:

1. Голубева Г. Г. Логопедическая работа по преодолению нарушений фонетической стороны речи у дошкольников: Автореф. Дис. СПб., 1996.
2. Лалаева Р. И. Нарушения речи у детей. СПб., 1992.
3. Торсуева И. Г. Некоторые вопросы методики обучения интонации, 1996.
4. Ульенкова У. В. Шестилетние дети. М., 1999.