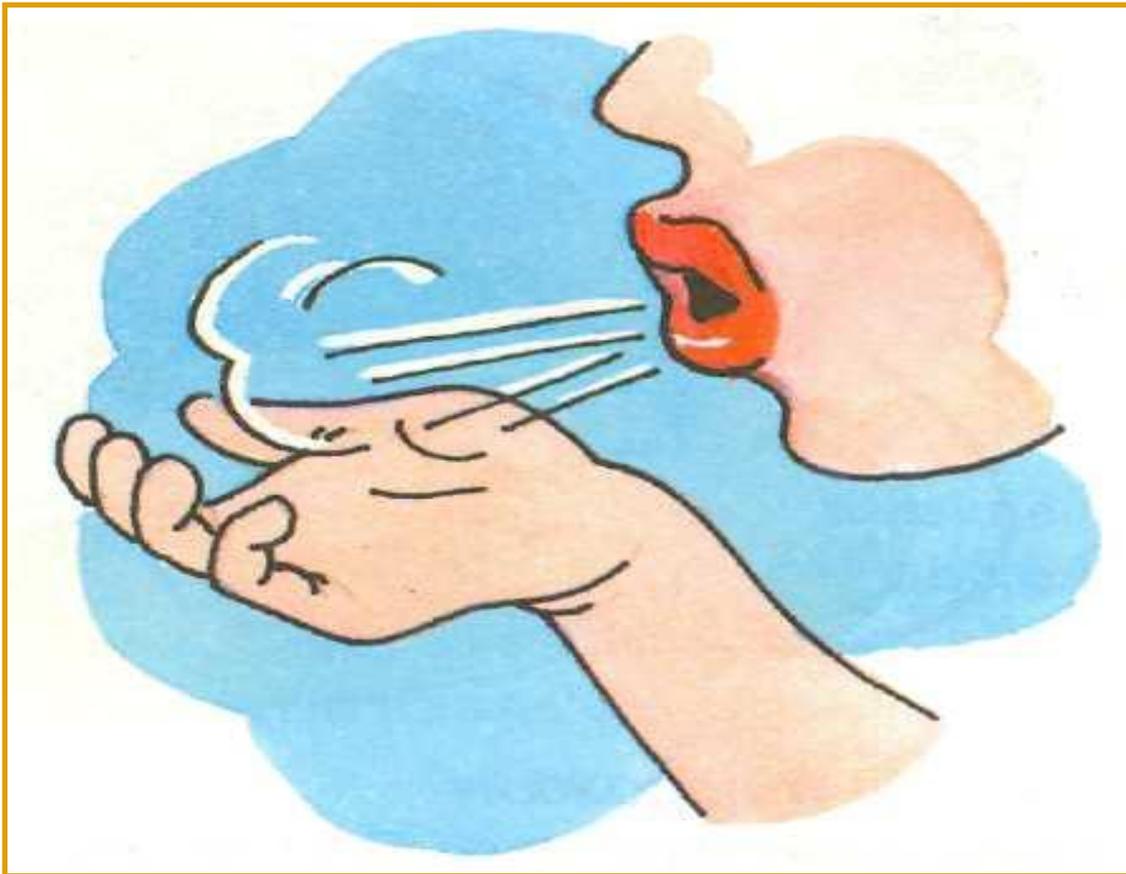
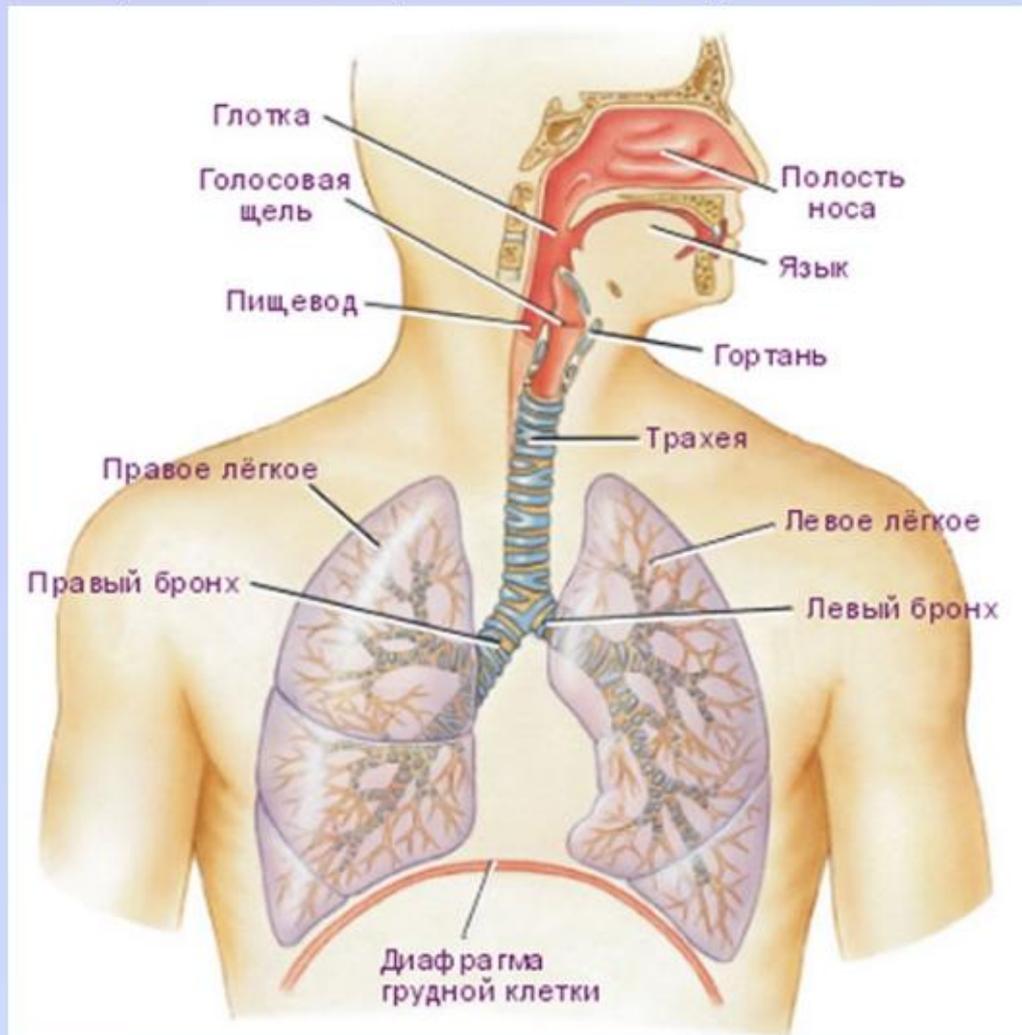


Развитие речевого дыхания



**учитель-логопед:
Маслова О.А.**

Дыхательная система человека включает нос, гортань, трахею, бронхи и легкие.



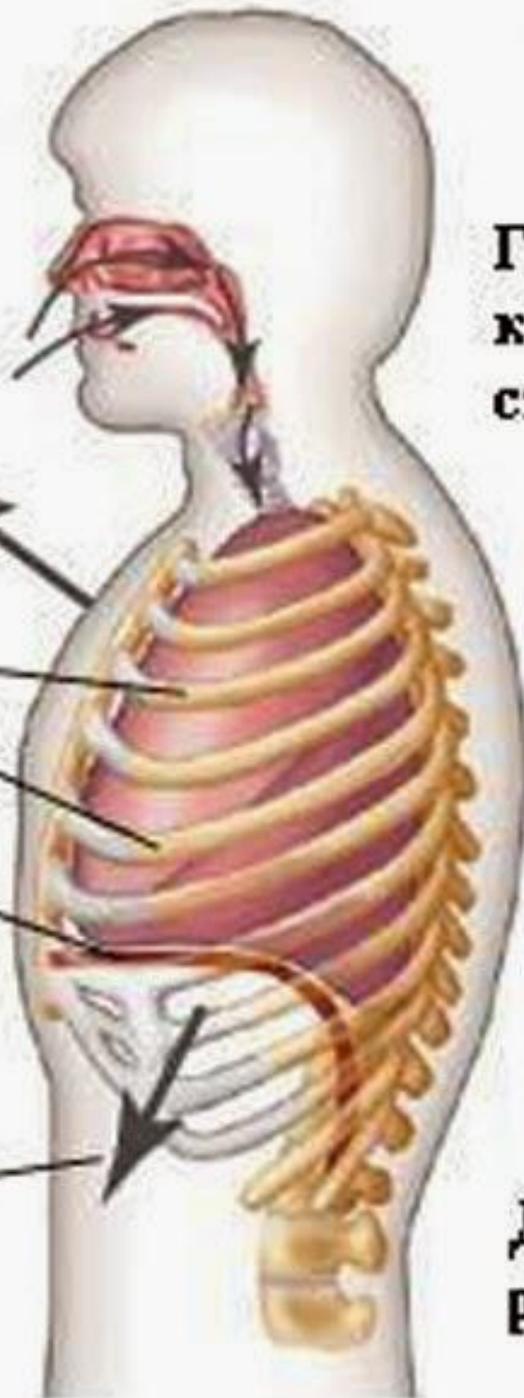
Вдох

Грудная
клетка
расширяется

Ребра

Диафрагма

Диафрагма
сжата

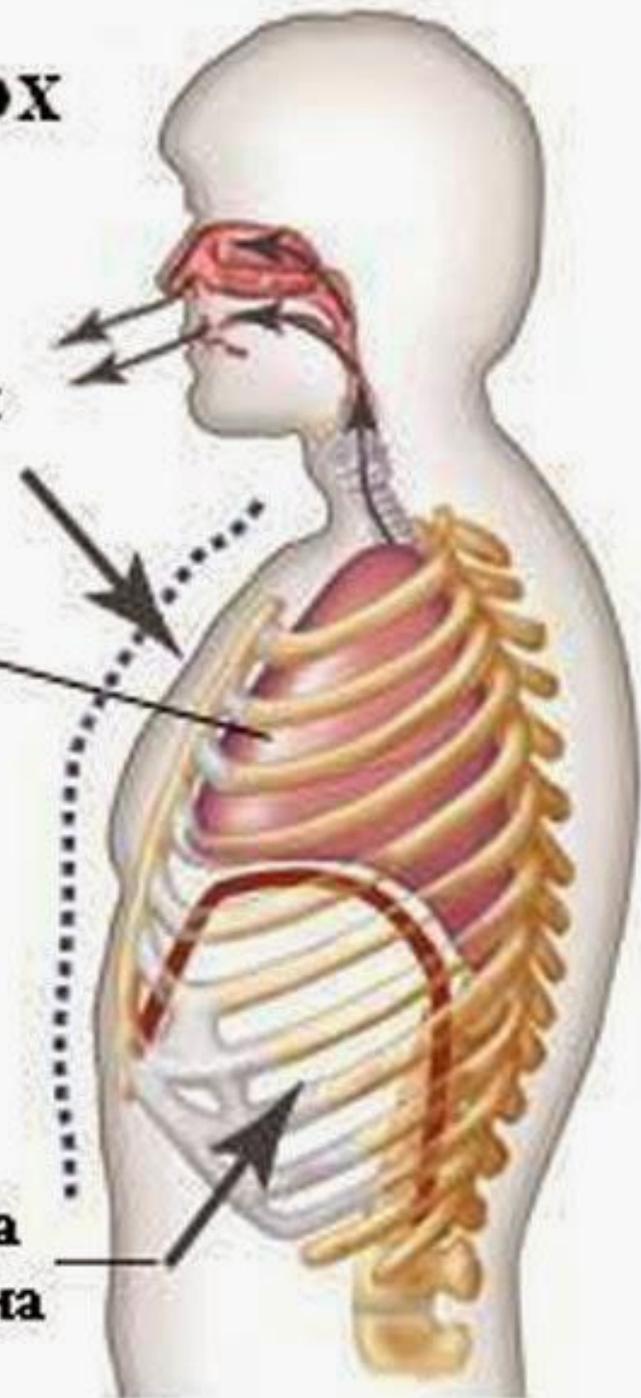


Выдох

Грудная
клетка
сжимается

Легкие

Диафрагма
расслаблена



Несовершенства речевого дыхания у дошкольников

- Очень слабые вдох и выдох, что делает речь тихой, едва слышимой. Это часто наблюдается у физически слабых детей, робких, стеснительных.
- Неэкономное и неравномерное распределение выдыхаемого воздуха. В результате этого ребенок иногда выдыхает весь запас воздуха на первом слове, а затем договаривает фразу шепотом.

Несовершенства речевого дыхания у дошкольников

- Неумелое распределение дыхания по словам. Ребенок вдыхает в середине слова («Мы с мамой пой-(вдох)-дем гулять»).
- Торопливое произнесение фраз без перерыва и на вдохе, с «захлебыванием».
- Неравномерный толчкообразный выдох: речь звучит то громко, то тихо, едва слышно

Дыхание (лат. – respiratio) — периодические движения грудной клетки, изменяющие ее объем и вызывающие возвратно-поступательное движение воздуха в дыхательных путях.

Речевое дыхание – это правильное сочетание вдоха и выдоха во время произнесения звуков, слов и фраз: говорить необходимо на выдохе, нельзя добирать воздух во время произнесения слов и фраз, речь должна быть плавной.

Параметры правильного ротового выдоха:

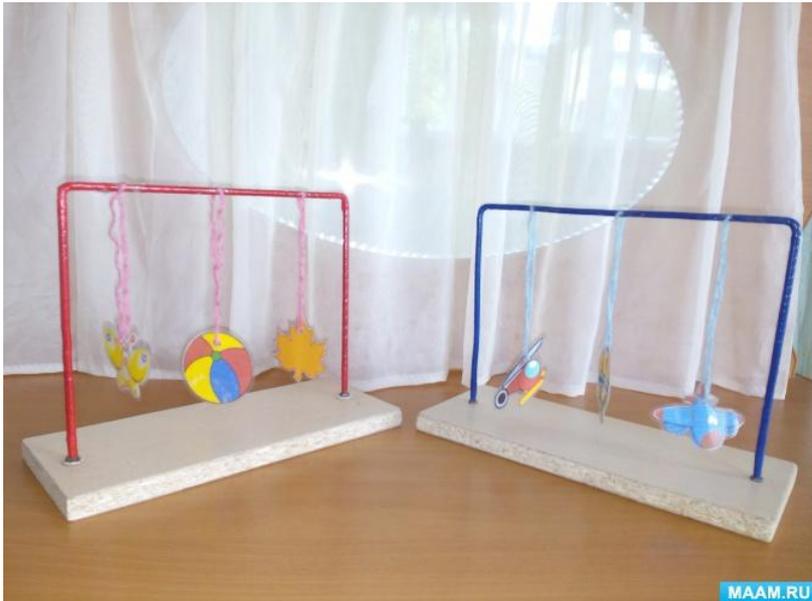
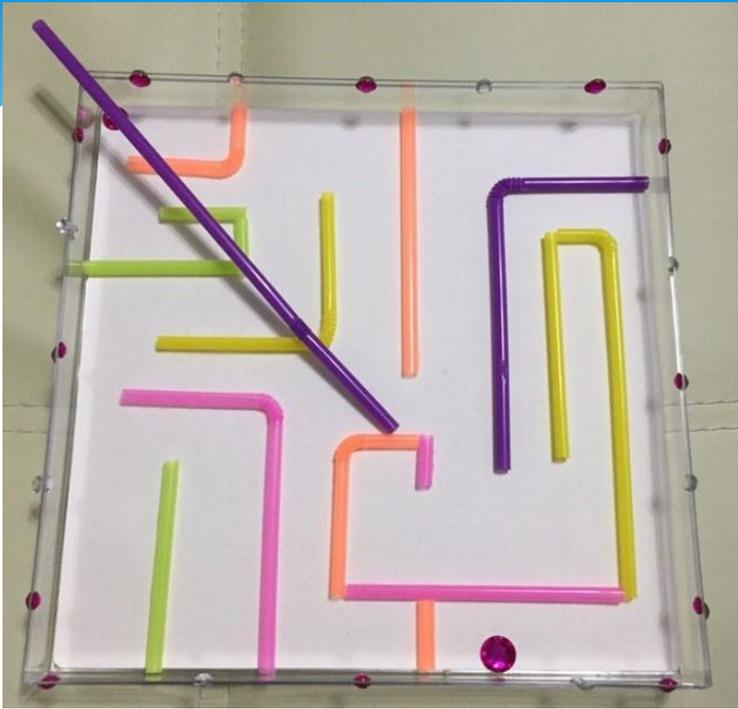
- выдох происходит плавно, без толчков;
- во время выдоха губы нужно складывать трубочкой, не следует сжимать их, надувать щеки;
- во время выдоха воздух выходит через рот, нельзя допускать выхода воздуха через нос;
- выдоху предшествует сильный вдох через нос;
- выдыхать следует, пока не закончится воздух;
- во время пения или разговора нельзя добирать воздух при помощи частых коротких вдохов.

Продолжительность игровых упражнений:

- ❖ 3 – 5 минут в проветриваемом помещении;
- ❖ упражнение повторяется 3 – 5 раз;
- ❖ дуть можно не более 10 секунд с паузами, чтобы не закружилась голова;
- ❖ обязательно чередовать с другими упражнениями.









WhatsApp Video 2022-03-17 at 12:49:33.mp4



Дыхательные упражнения



Упражнение «Часики»



И.п.: стоя, ноги слегка расставлены. 1—взмах руками вперед и вдох, 2—взмах руками назад и выдох.

**Часики вперед идут,
За собою нас ведут.**

Упражнение «Петушок»

Ку-ка-ре-ку!



И.п.: то же. Развести руки в стороны— вдох, хлопнуть по бедрам. На выдохе произнести: «Ку-ка-ре-ку». Повторить 5—6 раз.

**Крыльями взмахнул петух,
Всех нас разбудил он вдруг.**

Упражнение «Нырятьщик»



И.п.: стоя, ноги слегка расставлены. 1— взмах руками в стороны и вдох, 2— обхватываем себя руками и приседая («опускаясь под воду») выдох.

**Под водою водолаз
Побывал уже сто раз.**

Упражнение «Паровозик»



Ходить по комнате, делая попеременные движения руками и приговаривая: «Чух-чух-чух». Выполнять 20—30 с.

**Едет, едет паровоз
«Чух- чух- чух» .**

Упражнение «Ветерок»



И.п.: стоя, ноги слегка расставлены. 1- вдох, на выдохе изобразить завывание ветра: у-у-у..

**Дует свежий ветерок,
Дует прямо на восток.**

Упражнения на развитие речевого дыхания



Тренировка речевого дыхания

Этапы развития речевого дыхания:

- пропевание гласных звуков - А, О, У, И, Э;
- длительное произнесение некоторых согласных звуков - С, З, Ш, Ж, Ф, Х;
- произнесение слогов на одном выдохе;
- произнесение слов на одном выдохе;
- произнесение фраз различной длины на одном выдохе;
- чтение стихотворений;
- пение песенок;
- выразительный рассказ, пересказ текстов.

Предполагается постепенное развитие, движение от простого к сложному. Перечисленные ниже игры научат ребенка плавно произносить на выдохе звуки и слоги, что является начальным этапом развития речевого дыхания.

Игры для развития речевого дыхания

Пой со мной!

Цель: развитие правильного речевого дыхания - пропевание на одном выдохе гласных звуков А, О, У, И, Э.

Ход игры: сначала взрослый предлагает детям вместе с ним спеть "песенки".

- Давайте споем песенки. Вот первая песенка: "А-А-А!" Наберите побольше воздуха - вдохните воздух. Песенка должна получиться длинная. Во время игры педагог следит за четким произношением и утрирует артикуляцию звуков. Сначала поем звуки А, У, постепенно количество "песенок" можно увеличивать.
- Вот вторая песенка: "У-У-У!" Теперь "О-О-О!", "И-И-И!", "Э-Э-Э!"

Можно устроить соревнование между детьми: побеждает тот, кто пропоет дольше всех на одном выдохе.

- Давайте устроим соревнование: начнем петь все вместе, победит тот, у кого самая длинная песенка.

Сдуй шарик

Цель: развитие правильного речевого дыхания - длительное произнесение на одном выдохе согласного звука Ф.

Ход игры: предложите малышам поиграть в такую игру: стоя на ковре, расставьте руки широко в стороны - получился шар, затем произносите длительно звук Ф, одновременно сводя руки перед собой - шарик сдувается. В конце обнимите себя за плечи - шарик сдулся.

- Давайте поиграем в шарики! Разведите руки в стороны - вот так! Вот какие большие шары получились. Вдруг в шарике образовалась маленькая дырочка, и он стал сдуваться... Воздух выходит из шарика: Ф-Ф-Ф! Сдулся шарик!

Напомните детям, что следует вдохнуть побольше воздуха, пока шарик надут, а затем постепенно плавно выдыхать его, произнося звук Ф. Добирать воздух нельзя.

Змейка

Цель: развитие правильного речевого дыхания - длительное произнесение на одном выдохе согласного звука Ш.

Ход игры: предложите малышам поиграть в змей. Игра проводится на ковре.
- Давайте поиграем в змей! Вылезли змейки из нор и греются на солнышке. Змеи шипят: "Ш-Ш-Ш!"

Напомните детям, что следует вдохнуть побольше воздуха и шипеть долго. Во время длительного произнесения звука Ш добирать воздух нельзя.



Насос

Цель: развитие правильного речевого дыхания - длительное произнесение на одном выдохе согласного звука С.

Ход игры: предложите малышам поиграть в насосы. Игра проводится на полу и сопровождается движениями, имитирующими накачивание колеса при помощи насоса.

- Кто из вас любит кататься на велосипеде? А на машине? Все любят. Но иногда колёса у машин и велосипедов прокалываются и сдуваются. Давайте возьмем насосы и накачаем колёса - вот так! "С-С-С" - работают насосы!

Взрослый показывает движения насоса и объясняет, что следует вдохнуть побольше воздуха, пока насос работает, а затем постепенно плавно выдыхать его, произнося звук С. Добирать воздух во время произнесения звука нельзя. Насос может продолжать работать после паузы, когда ребенок сделает следующий вдох. Необходимо следить, чтобы во время игры дети не перенапрягались.



«Снег идет»



Участники стоят в кругу.

Вдох — руки поднять вверх. На выдохе, опуская руки, произносить: «Ш-ш-ш-ш!» Повторить 3—4 раза.

«Вьюга»

Воет вьюга: «У-у-у».

Свистит ветер: «С-с-с-с».

Ветер гнет деревья: «Ш-ш-ш-ш».

(Участники громко произносят «у-у-у-у», «с-с-с-с», «ш-ш-ш-ш».)

Но вот вьюга стала затихать.

(Участники тихо произносят «у-у-у-у», «с-с-с-с», «ш-ш-ш-ш».) И затихла.



«Поем песенку»



Вдохнуть воздух через рот, постепенно и медленно выдыхать воздух, произнося звук [а] (сочетания звуков [ау], [ауи] и т.д.). Выдох контролируется ладонью.

«Цветок»



Каждый нюхает цветок и на выдохе произносит фразу:
«Ах, как пахнет цветок» или **«Очень приятный запах»**
и т.д.

«Произнеси скороговорки»



Нужно глубоко вдохнуть и на выдохе сказать:

**«На пригорке, возле елки, жили тридцать три Егорки»,
«Раз Егорка, два Егорка, три Егорка».**

