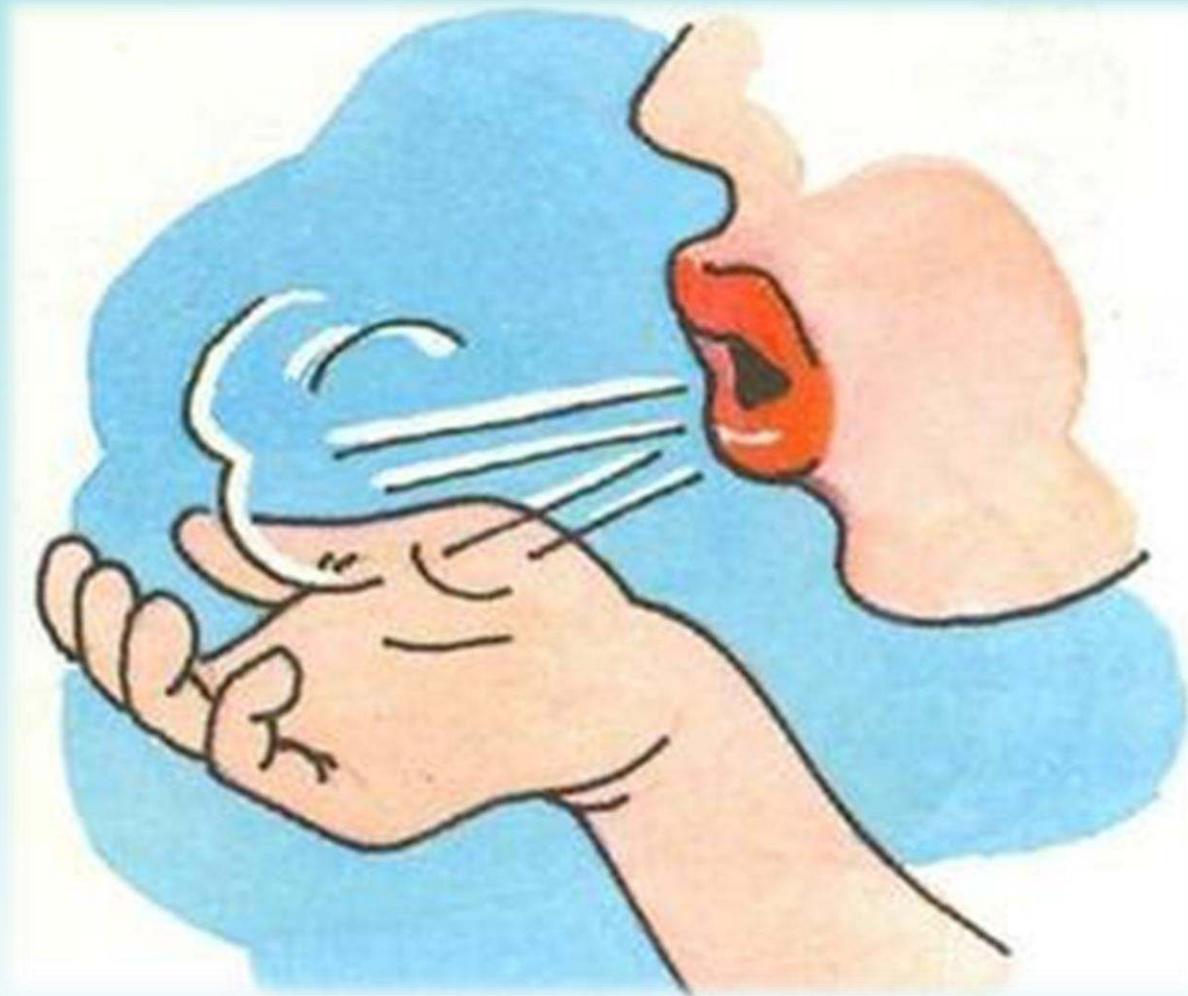


**Консультация для родителей на тему:
«Необходимость развития речевого дыхания»**



Дошкольный возраст - решающий этап в формировании фундамента физического и психического здоровья ребенка. В этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма.

Логопедическая практика показывает, что с каждым годом увеличивается количество детей с дизартрией, моторной, сенсорной алалией, заиканием, ринолалией. В связи с этим в последние годы среди логопедов получила широкое применение здоровьесберегающая практика.

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

Источником образования звуков речи является воздушная струя, выходящая из легких через гортань, глотку, полость рта или носа наружу. Речевое дыхание, в отличие от физиологического (жизненного), является произвольным.

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

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 разращений, различных сердечно – сосудистых заболеваний.

Существует множество несовершенств речевого дыхания:

- неумение рационально использовать выдох;
- речь на вдохе;
- неполное возобновление запаса воздуха.

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 эти дошкольники недоговаривают слова и нередко в конце фразы произносят их шепотом. Обратная ситуация у дошкольников, имеющих укороченный выдох – они говорят фразы в ускоренном темпе, без соблюдения логических пауз. Качество речи, ее громкость, плавность во многом зависят от речевого дыхания.

При выполнении дыхательных упражнений необходимо соблюдать следующие **требования:**

- не заниматься в пыльном, непроветренном, или сыром помещении;
- температура воздуха должна быть на уровне 18-20 С;
- одежда не должна стеснять движений;
- не заниматься сразу после приема пищи;
- не заниматься с ребенком, если у него заболевание органов дыхания в острой стадии;
- Следите за тем, чтобы, выполняя дыхательные упражнения, ребенок не надувал щеки;
- Достаточно 3-5 повторений каждого упражнения, между которыми следует сделать 2-3 секундную паузу. Общая продолжительность дыхательной гимнастики не должна превышать 5 минут.

Рекомендуется начать с произвольных для ребенка игровых упражнений:

- дуть на одуванчики;



- пускание мыльных пузырей;



- дуть на разноцветные вертушки;



- надувание воздушных шаров;



- игра на духовых музыкальных инструментах, например, дудочке;



- дутье через соломку в стакан с водой;



- Ветерок



- Аэробол



- Футбол



- Мореплаватели

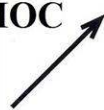


Дыхательная гимнастика

(по Стрельниковой А. Н.)

ВДОХ

НОС



ВЫДОХ

НОС



рот



рот



НОС



рот



рот



НОС



«Поем песенку». Вдохнуть воздух через нос, постепенно и медленно выдыхать воздух, произнося звук «а» (сочетания звуков ау, ауи и т. д.). 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». Логопед 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 ребенком на одном выдохе.

«Лопнула шина». Исходное положение: дети разводят руки перед собой, изображая круг — «шину». На выдохе дети произносят медленно звук «ш-ш-ш». Руки при этом медленно скрещиваются, так что правая рука ложится на левое плечо и наоборот. Грудная клетка в момент выдоха легко сжимается. Занимая исходное положение, дети делают непроизвольно вдох.

«Накачать шину». Детям предлагают накачать «лопнувшую шину». Дети «сжимают» перед грудью руки в кулаки, взяв воображаемую ручку «насоса». Медленный наклон вперед сопровождается выдохом на звук «с-с-с». При выпрямлении вдох производится непроизвольно.

Выполнение дыхательных упражнений в игровой форме вызывает у ребенка положительный эмоциональный настрой, снимает напряжение и способствует формированию практических умений.

Дошкольник, освоивший правильное дыхание, нуждается в постоянном контроле и наблюдении за правильностью его дыхания. Отсюда необходимость постоянного повторения дыхательных упражнений для закрепления навыков правильного физиологического и речевого дыхания. Все упражнения достаточно просты и не требуют специальной подготовки от родителей. За счет постановки правильного дыхания, быстро и эффективно преодолеваются речевые нарушения. Сокращается время для постановки и автоматизации речевых звуков, речь становится более четкой и внятной.