

## Речевое дыхание - основа правильной речи.

### Консультация учителя-логопеда Зеленцовой Л.Н.

Дыхание – основа жизни и здоровья человека. В норме у детей параллельно с физиологическим дыханием, формируется и речевое дыхание. В чем же отличие речевого дыхания от обычного? Физиологическое дыхание непроизвольное, вдох и выдох одинаковые по продолжительности, и осуществляются через нос. Речевое дыхание – процесс управляемый, при котором вдох происходит через рот и нос, а выдох идет через рот, при этом вдох значительно короче выдоха. Таким образом, для речи обычного дыхания не хватает.

Правильное речевое дыхание обеспечивает:

- нормальное голосообразование;
- четкое звукообразование;
- создает условия для поддержания нормальной громкости, плавности, интонационной выразительности, четкого соблюдения пауз.

У дошкольников, особенно у детей с ОВЗ часто наблюдается несформированность речевого дыхания, в силу их возрастных особенностей и соматической ослабленности.

Это проявляется в следующем:

- слабый вдох;
- недостаточный объем выдыхаемого воздуха, выдох слабой силы, короткий, прерывистый (*речь звучит то громко, то тихо, едва слышно*);
- неэкономичное распределение выдыхаемого воздуха (ребенок выдыхает весь запас воздуха на первом слоге и затем договаривает фразу или слово шепотом, или не договаривает, *«заглатывает»* конец слова или фразы);
- неправильно направленная выдыхаемая воздушная струя приводит к искажению звуков.

Установлено, что наиболее правильным, удобным для речи является диафрагмальное дыхание, когда вдох и выдох совершаются при участии диафрагмы и межреберных мышц. При этом активна нижняя, самая емкая часть легких. Верхние отделы грудной клетки, а также плечи практически остаются неподвижными.

Правильное речевое дыхание у дошкольников обеспечивает правильное усвоение звуков, способно изменять силу их звучания, помогает верно соблюдать паузы, сохранять плавность речи, менять громкость, использовать речевую мелодику.

Поэтому так важно формировать у ребенка правильное речевое дыхание, для этого существует множество игр и упражнений. Рассмотрим некоторые из них.

Этапы формирования речевого дыхания

1 этап – формирование неречевого дыхания.

1. Игра «*Султанчик*»(султанчик легко изготовить из яркой фольги или новогодней мишуры, привязав её к карандашу).

Задача: побуждать ребенка к произвольному выдоху.

Взрослый предлагает ребенку подуть вместе с ним на султанчик, обращая внимание малыша на то, как красиво разлетаются полоски.

2. Игра «*Перышко*»

Задача: формировать произвольный ротовой выдох.

Ребенок сдувает с ладони взрослого перышко, легкий ватный шарик.

3. Игра «*Шарик*»

Задача: формировать произвольный ротовой выдох.

Взрослый предлагает ребенку подуть на легкий шарик для пинг-понга, который находится в тазике с водой.

4. Игра «*Ветерок*»

Задача: развивать продолжительность ротового выдоха.

Взрослый предлагает ребенку подуть на цветок одуванчика, веточку с листочками или на листочки, вырезанные из тонкой бумаги, как ветерок,сопровождая действия ребенка стихотворным текстом:

Очень жаркий день-денечек.

Дуй скорей, наш ветерочек.

5. Упражнение «*Загони мяч в ворота*»

Задача: формировать длительный целенаправленный ротовой выдох.

Используя бумажный или выполненный из ваты (*из фольги, цветной бумаги*) «мячик», ребенок и взрослый попеременно дуют на него, перекатывая по столу.

Задача: различение холодной и теплой струй выдыхаемого воздуха.

Взрослый читает стихотворный текст:

«Зайке холодно сидеть

Надо лапоники погреть. (*дует на руки ребенка, сложенные лодочкой, теплой струей воздуха*).

Лапку зайника обжег.

На нее подуй, дружок.» (*дует на руки ребенка, используя холодную струю воздуха*). Затем предлагается ребенку так же подуть.

Задача: формировать носовой вдох.

13. Игра «*Пузырьки*»

Задача: формировать предпосылки комбинированного типа дыхания (*носовой вдох, ротовой выдох*).

Проводится с использованием стакана, до половины наполненного водой, и соломинки для коктейля. Взрослый показывает ребенку, как можно пускать пузыри с помощью соломинки (*вдох носом, выдох через рот, зажав соломинку губами*). Ребенок учится контролировать силу выдоха (при сильном выдохе вода выметается из стакана, при слабом выдохе на поверхности не образуются пузырьки).

#### 14. Упражнение «Трубочка»

Задача: формировать предпосылки комбинированного дыхания, учить регулировать силу воздушной струи.

Ребенок дует через трубочку, свернутую из плотной бумаги (*или через соломинку для коктейля*) на ватку или перышко, лежащее на столе.

#### 15. Игра «Мыльные пузыри»

Задача: формировать предпосылки комбинированного дыхания, активизировать целенаправленный ротовой выдох.

Проводится с готовой игрушкой, купленной в магазине.

Взрослый знакомит ребенка со способом действия игрушки и побуждает его выдувать мыльные пузыри через колечко.

2 этап – формирование речевого дыхания.

##### 1. Игра «У кого длиннее звук (слог)?»

Задача: формирование речевого выдоха.

Взрослый и ребенок произносят на одном выдохе звук (*слог*).

##### 2. Игра «Назови картинку»

Задача: формирование речевого выдоха.

Оборудование: 3-5 предметных картинок.

Взрослый раскладывает перед ребенком 3-5 картинок и предлагает их назвать на одном выдохе.

##### 3. Игра «Повтори предложение»

Задача: формирование плавной слитной речи.

Взрослый произносит предложение, пословицу (поговорку), ребенок повторяет на одном выдохе.

##### 4. Игра «Мой веселый звонкий мяч»

Задача: формирование плавной слитной речи.

Ребенок рассказывает любое стихотворение и в конце каждой фразы ударяет мячом об пол.