

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад общеразвивающего вида № 300» городского округа Самара**



**Консультация для родителей**

**«О важности развития  
правильного речевого дыхания у детей»**

(подготовила: Молодцова Наталия Ивановна, учитель-логопед)

**Дыхание** – одна из функций жизнеобеспечения человека. Процесс физиологического дыхания в норме осуществляется ритмично, глубина дыхания соответствует потребностям организма в кислороде. Вдох является более активной фазой дыхания, чем выдох. При вдохе мышцы диафрагмы сокращаются, оттесняя органы брюшной полости в живот, увеличивая тем самым объём

грудной клетки, что способствует наполнению легких воздухом. При выдохе мышца диафрагмы расслабляется.

Различают три типа дыхания: верхнереберный, грудной, грудобрюшной (он же диафрагмально-реберный). При любом типе дыхания диафрагма обязательно задействована, однако, доля ее участия разная. Наименее физиологически оптимальным является ключичное дыхание, так как нижние доли легких участвуют при этом не полностью.

У детей по мере физического развития постепенно формируется наиболее оптимальный тип дыхания – грудобрюшной.

Детям с нарушениями речи, а также соматически ослабленным детям для развития грудобрюшного типа дыхания требуется обучение и активизация физиологической роли диафрагмальной мышцы с помощью специальных коррекционных физических упражнений.

Наряду с основной биологической функцией газообмена, органы дыхания осуществляют также и голосообразовательную функцию.

Дыхание в процессе речи, или так называемое речевое дыхание, по сравнению с физиологическим дыханием в спокойном состоянии имеет существенные отличия, обусловленные особыми требованиями, предъявляемыми к дыхательному акту во время речи.

В норме перед началом речи делается быстрый и более глубокий, чем в покое, вдох. Нормальный «речевой вдох» характеризуется наличием определенного количества воздуха, способного обеспечить поддержание «подкладочного» давления и правильного голосообразования. Большое значение для озвучивания связанных выражений - имеет рациональный способ расходования воздушной струи. Время выдоха удлиняется настолько, насколько необходимо звучание голоса при непрерывном произнесении

интонационно и логически завершенного отрезка высказывания (так называемый речевой выдох).

В ходе речевого развития вырабатывается специфический «речевой» механизм дыхания, следовательно, вырабатываются и специфические «речевые» движения диафрагмы. В процессе устной речи диафрагма многократно производит дифференцированные колебательные движения, обеспечивающие речевое дыхание и звукопроизношение.

**Речь** — сложная внешняя психическая функция человека, обеспечиваемая деятельностью головного мозга.

Голосо- и речеобразование осуществляются координированной деятельностью дыхательного, голосового и артикуляционного аппаратов. Их взаимодействие обеспечивается и контролируется деятельностью центральной нервной системы.

Процессы неречевого (жизненного) и речевого дыхания значительно отличаются друг от друга.

Источником образования звуков речи является воздушная струя, выходящая из лёгких через гортань, глотку, полость рта или носа наружу.

- Речевое дыхание, в отличие от неречевого, автоматического, является произвольным.
- При неречевом дыхании вдох и выдох осуществляются через нос, вдох по продолжительности почти равен выдоху.
- Речевое дыхание осуществляется через рот, вдох совершается быстро, выдох замедлен.
- При неречевом дыхании за вдохом сразу следует выдох, затем пауза.
- При речевом дыхании, наоборот, за вдохом следует пауза, а затем плавный выдох.

**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 разражений, 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.

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 недоговаривают слова и нередко в конце фразы произносят их шёпотом. Иногда, чтобы закончить длинную фразу, они вынуждены говорить на вдохе, отчего речь становится нечеткой, судорожной, с захлебыванием.

Укороченный выдох вынуждает говорить фразы в ускоренном темпе, без соблюдения логических пауз.

Основными задачами в работе над развитием правильного речевого дыхания являются:

1. Выработка свободного, плавного и удлинённого выдоха, используя специальные игровые упражнения.
2. Формирование навыков произносить небольшие фразы или смысловые отрезки на одном выдохе, путём подражания речи взрослого.

## Уважаемые родители!

Проявляя изобретательность, выдумку, вы сможете помочь своему ребенку выработать правильное речевое дыхание.

Можно начать с произвольных и таких забавных для ребенка игровых упражнений:

- Дутье через соломинку в стакан с водой.
- Надувание воздушных шаров.
- Дутье на разноцветные вертушки.
- Игра на духовых музыкальных инструментах, например, дудочке.
- Пускание мыльных пузырей.
- Дутьё на одуванчики весной.

При всех этих забавах ребёнок произвольно учится делать вдох через нос и выдох через рот.

Вашему ребенку будет интересно сделать своими руками игры для развития выдоха!

Сезонные игрушки: зимой снежинки, прикреплённые ниточками к игрушечным рукавичкам; осенние листочки, падающие на корзинки с грибами. Хороши и бумажные бабочки и стрекозы, порхающие на тесёмочках над вырезанными из бумаги цветами; лёгкие птички, летающие над облачками из ваты, самолётики. Как все интересно! Такой игрушкой можно просто гордиться, ведь сделана она руками домашних.

*Работая над развитием произвольного выдоха, вы постепенно подведёте ребёнка к осознанию акта дыхания, дайте ему маленькое зеркальце и предложите, дыша на него, сделать:*

- *вдох и выдох через нос;*
- *вдох и выдох через рот;*
- *вдох через нос, выдох через рот;*
- *вдох через рот, выдох через нос.*

*Также можно предложить ребёнку «тянуть» гласные звуки на выдохе: кто дольше? Можно петь и сочетания из гласных: АО, УЫ, ИЗ, ЭАУ, УОА и другие. Только не забывайте напомнить ребёнку: сделать вдох носом и начинать «пение» на выдохе. Следите, чтобы ребёнок не раздувал крыльев носа на вдохе и не поднимал слишком высоко плечи.*

#### *Литература:*

1. Белякова Л.И., Гончарова Н.Н., Шишкова Т.Г. Методика развития речевого дыхания у дошкольников с нарушениями речи / Под ред. Л.И. Беляковой. — М.: Книголюб, 2004. — (Логопедические технологии.).
2. Гуськова А.А. Развитие речевого дыхания детей 3—7 лет. — М.: ТЦ Сфера, 2011. (Развитие речи шаг за шагом).
3. Епифанова О.В. Логопедия. Разработки занятий с детьми дошкольного возраста. Выпуск 1. — Волгоград: «Учитель — АСТ», 2004.