

# Развитие речевого дыхания у ДОШКОЛЬНИКОВ

Дыхание – это энергетическая основа звучащей речи. От развития речевого дыхания во многом зависит то, как будет говорить ребенок: правильность его звукопроизношения, способность поддерживать плавность, нормальную громкость и интонационную выразительность речи.

Речевое дыхание является произвольно-рефлекторным процессом. Развитие правильного речевого дыхания происходит постепенно (одновременно с развитием самой речи).

Сила звука регулируется тонусом дыхательной мускулатуры. В начале звукопроизношения делается короткий глубокий вдох, после чего берется небольшая пауза, а на выдохе произносится слово.

Физиологическое дыхание производится через нос, речевое – через рот и нос. Соответственно, речевой дыхательный цикл длиннее, чем физиологический.



# Особенности речевого дыхания



У детей дошкольного возраста есть определенные особенности речевого дыхания, которые отличаются от дыхания взрослых:

- ✚ Недостаточно развитый дыхательный аппарат. Часто речь детей звучит неразборчиво и тихо. Нехватка воздуха приводит к тому, что ребенок не может договорить начатую им фразу. Другой момент – он пытается успеть произнести всю фразу целиком на вдохе, в результате чего он говорит слишком быстро, при этом не делая пауз.
- ✚ Выдыхаемый воздух распределяется нерационально. В таком случае запас воздуха кончается уже на первом слоге, т.е. конец слова либо произносится значительно тише, либо вовсе «проглатывается».
- ✚ Проблемы с распределением дыхания по словам. Чтобы восполнить запас воздуха, ребенку приходится брать паузу во время произношения фразы, в результате чего он может забыть, о чем он хотел сказать.
- ✚ Искажение звуков речи из-за неправильно выдыхаемой воздушной струи.



# Как нужно правильно дышать



Для определенного возраста ребенка характерно количество слов на выдохе. К примеру, в 2-3 года нормой является 2-3 слова, а в 6-7 лет – 5-7 слов.

При определении степени уровня речевого развития, нужно обратить внимание на то, как ребенок дышит во время разговора, как и когда он делает паузы, какой у него вдох и выдох.

Нормальное речевое дыхание выглядит следующим образом:

- ✚ Небольшой вдох через нос.
- ✚ Выдох плавный, струя воздуха выходит через рот.
- ✚ Выдох производится до конца.
- ✚ После каждого выдоха берется паузы (2-3 секунды).

Это очень важный момент, ведь только научившись правильно дышать, можно в полной мере овладеть своим ГОЛОСОМ.



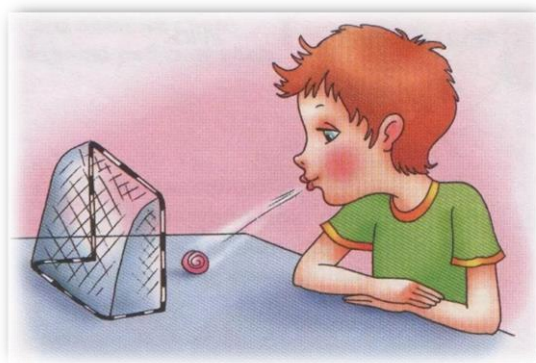


# Общие правила проведения дыхательных упражнений

Дыхательные упражнения являются очень важной и эффективной частью работы с детьми дошкольного возраста. Результат будет намного лучше, если они проводятся не только в кабинете с логопедом, но и с родителями дома.

Нужно понимать, что дыхательные упражнения – это нагрузка для ребенка, поэтому важно учитывать ряд рекомендаций:

- ✚ упражнения лучше всего проводить до приема пищи (если после еды, то нужно подождать 1,5-2 часа);
- ✚ комната, где вы занимаетесь, должна хорошо проветриваться;
- ✚ занятия не должны быть слишком долгими – для достижения результата хватает 3-5 минут (каждый день);
- ✚ важно контролировать правильность дыхания (в процессе не должны напрягаться мышцы лица, живота, подниматься плечи и т.д.);
- ✚ вдох – через нос, выдох – длинный и плавный.





## Игры и упражнения для развития речевого дыхания

**«Нюхаем цветы».** Воздух вдыхаем носом, задерживаем на несколько секунд дыхание, после чего полностью выдыхаем воздух через

рот.

**«Задуваем свечи».** Чтобы задуть свечку, делаем глубокий вдох носом и сильный выдох ртом. После этого можно попрактиковаться сразу с несколькими свечками.

**«Кораблики».** В тазик с водой запускаются бумажные кораблики. Нужно продемонстрировать ребенку, что ими можно двигать выдыхаемой струей воздуха. Можно посоревноваться с ним, кто задует корабль дальше. Одно условие - «двигать» корабль нужно на одном выдохе.

**«Листопад».** Вырезаем из цветной бумаги листья (если на дворе осень, то можно собрать на улице). Устраиваем своеобразный листопад, сдувая вместе с ребенком листья со стола.

**«Буря в стакане».** Готовим заранее мыльную воду. В стакан с ней опускаем соломинку и начинаем дуть в нее – чем сильнее и дольше малыш дует в нее, тем выше получается пенная шапка. Очень полезное упражнение, потому что соблюдаются два основных условия правильного дыхания, т.е. вдох через нос, а через рот долгий выдох.

**«Лети, перышко!».** Ребенок подбрасывает перышко вверх и дует снизу, не давая ему опускаться вниз.

Хорошо помогают игры с музыкальными инструментами – губными гармошками, дудочками. Эти занятия помогают детям контролировать вдох и выдох.

Уделяя должное внимание постановке правильного речевого дыхания в дошкольный период, можно избежать многих речевых нарушений. Если этого не делать, то это может привести к отсутствию плавности речи, неправильному произнесению фраз.





## **Профилактика нарушений слухового восприятия у дошкольников**

Слуховая система – одна из важнейших анализаторных систем. Посредством слухового восприятия обогащаются представления ребенка об окружающем мире.

Познание предметов и явлений тесно связано с восприятием звука как свойства предметов. Развивающееся слуховое восприятие имеет решающее значение для возникновения и функционирования устной речи.

Слуховое восприятие - очень важная особенность человека, без него нельзя научиться слышать и понимать речь, а значит, правильно говорить. Слуховое восприятие начинается со слухового внимания - умение сосредотачиваться на звуке, определять его и соотносить с издающим его предметом, что и приводит к пониманию смысла речи через узнавание и анализ речевых звуков.

Все звуки, которые человек воспринимает и анализирует, а затем воспроизводит, он запоминает благодаря слуховой памяти.



# Игры на развитие слухового восприятия



Игры на слуховое восприятие для дошкольников оказывают помощь и в развитии слухового внимания, и в формировании правильного произношения.

## «Скажи, что ты слышишь?»

Цель: Развитие умение определять источник звука.

Ход игры. Предложить детям закрыть глаза, внимательно послушать и определить, какие звуки они слышали (щебет птиц, сигнал машины, шорох падающего листа, разговор прохожих).

## «Где звенит?»

Цель. Развитие ориентации в пространстве.

Ход игры. Взрослый прячет игрушку и берет колокольчик. Ребенок ищет игрушку по направлению звука колокольчика.

## «Тихо - громко!»

Цель. Развитие координации движений и чувства ритма.

Ход игры. Взрослый стучит в бубен тихо, потом громко, и очень громко. Соответственно звучанию бубна, ребенок выполняет движения: под тихий звук идет на носочках, под громкий - полным шагом, под более громкий - бежит.

## «Шумящие коробочки.»

Цель: развитие умения прислушиваться и различать шумы по громкости.

Ход игры. Взрослый предлагает ребенку потрясти коробочки с горохом, спичками, рисом и др. А потом выбрать ту, которая шумит громче (тише) других.

## «Слушай и выполняй»

Цель: Развитие понимания словесных инструкций и фразовой речи.

Ход игры. Взрослый называет 1-2 раза несколько различных движений, не показывая их. Ребенок проделывает движения в той последовательности, в какой они были названы.