

## **Консультация для родителей:**

### **«Игры и игровые упражнения для обучения правильному дыханию»**

#### **Зачем нужно обучать детей правильно дышать**

Многим деткам в силу некоторых заболеваний (аденоиды, болезни сердца, ослабленность организма) не удастся говорить длинными фразами, достаточно четко, с логическими паузами. Создается впечатление, что ребенок задыхается. А всего-навсего, малышу не достаточно в данный момент воздуха, во время разговора у него слабенький вдох и короткий выдох.

Ребенка, не умеющего правильно дышать, можно узнать сразу: узкие плечи, слабая грудь, рот открыт, движения нервозны.

Во время занятий с ребенком следует научить малыша правильно дышать, делать каждый вдох и каждый выдох осознанно, а не как придется. Нужно простыми словами объяснить, что для красивой речи потребуется позаботиться о своем дыхании, то есть уметь делать сильный вдох и плавный выдох через рот во время проговаривания слов.

Таким образом, взрослым, которые желают научить ребенка говорить красиво и четко, следует обучить малыша правильному дыханию.

#### **Упражнения дыхательной гимнастики можно использовать как:**

- как физкультминутки в процессе логопедического занятия;
- как часть занятия ;
- как специальные упражнения в виде игровых занятий;
- как игры;

#### **Развитие речевого дыхания**

Для воспитания речи необходима работа над правильным дыханием. Хорошо поставленное речевое дыхание обеспечивает правильное произношение звуков, слов и фраз.

Например, для того чтобы правильно научиться выговаривать звуки – З, С, Ш, Ж, Р, - ребенок должен делать достаточно сильный выдох через рот.

Итак, речевое дыхание – это правильное сочетание вдоха и выдоха во время произнесения слов и фраз. Тренировка речевого дыхания – это обучение плавному произношению звуков, слогов, слов и фраз на выдохе..

Приступать к тренировке собственно речевого дыхания можно только после того, как у ребенка сформирован сильный, плавный выдох, (то есть достаточно развито физиологическое дыхание). При этом надо научить ребенка контролировать время выдоха, расходовать воздух экономно.

Дополнительно у ребенка развивается способность направлять воздушную

*струи в нужном направлении.*

*Предполагается постепенное развитие, движение от простого к сложному.*

### **Параметры правильного речевого выдоха**

- 1. Выдоху предшествует сильный вдох через нос или рот – «набираем полную грудь воздуха»*
- 2. Выдох происходит плавно, а не толчками.*
- 3. Во время выдоха губы складываются трубочкой, не следует сжимать губы, надувать щеки.*
- 4. Во время выдоха воздух выходит через рот, нельзя допускать выхода воздуха через нос (если ребенок выдыхает через нос, можно зажать ему ноздри, чтобы он ощутил, как должен выходить воздух).*
- 5. Выдыхать следует, пока не закончится воздух.*
- 6. Во время пения или разговора нельзя добирать воздух при помощи частых коротких вдохов.*

### **Игры и упражнения для развития плавного речевого выдоха**

*Цель: - развитие длительного непрерывного ротового выдоха  
- активизация губных мышц*

#### *1. Игры с индивидуальными предметами.*

- Надуй шарик.*
- Бульки, Раста, пена. (с соломинкой)*
- Свистульки. Свистки – «Полицейский». Подуй в дудочку.*
- «Музыкальный пузырек».*

#### *2. Игры с предметами не имеющими индивидуального назначения.*

- Лети, бабочка. Осенние листья. Снег идет. Летите птички. (картинки на нитках)*
- Ветерок (султанчики, метелочки)*
- Одуванчик, вертушки (на прогулке)*
- Футбол (ворота, фрукты)*
- «Мыльные пузыри».*
- Катись, карандаш.*
- Веселые шарики (теннисный мячик, стол с проведенной чертой)*
- Воздушный шарик.*
- Плыви кораблик. Плыви уточка. «Парусная регата»*
- Задувай свечу.*

*Приступать к тренировке собственно речевого дыхания можно только*

после того, как у ребенка сформирован сильный плавный выдох. Тренировка речевого дыхания - это обучение плавному произношению звуков, слогов, слов и фраз на выдохе. Предлагаем следующие этапы развития речевого дыхания:

### **Этапы развития речевого дыхания**

- пропевание гласных звуков – А, О, У, И, Э;
- длительное произнесение некоторых согласных звуков 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;

### **Игры для развития речевого дыхания.**

Цель: - отработка правильного речевого дыхания.

#### **Под музыку:**

- Пой со мной (гласные А, О, У, И, Э). (под музыку)
- Веселая матрешка (с куклой или матрешкой с произнесением слогов Н: ЛЯ-ЛЯ)
- Звуки вокруг нас. (с предметными картинками). Девочки поют (поющие лица)
- Птички поют. (КО-КО-КО, КУ-КУ, ЧИРИК-ЧИРИК, ГА-ГА-ГА)

#### **Без музыки:**

- Сдуй шарик (на ковре, руки широко расставлены перед собой с произнесением звука Ф)
- Насос (с произнесением звука С на одном выдохе)