

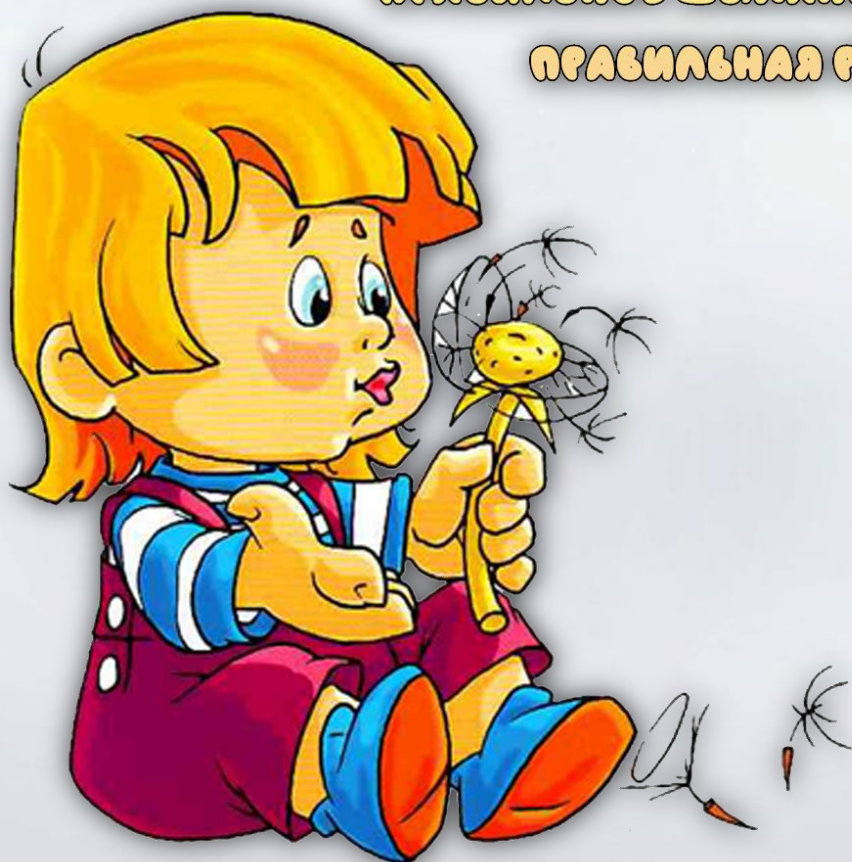
Консультация для  
родителей:  
«Развиваем  
речевое дыхание»

Учитель-логопед:

Белобородова Алена Евгеньевна

**Правильное дыхание очень важно для речи, так как дыхательная система - это энергетическая база для речевой системы. Дыхание влияет на звукопроизношение, артикуляцию и развитие голоса.**

**ПРАВИЛЬНОЕ ДЫХАНИЕ -  
ПРАВИЛЬНАЯ РЕЧЬ**



Если Вы хотите помочь своему ребенку овладеть правильным звукопроизношением, овладеть голосом, необходимо прежде всего научить его правильно дышать: и та и другая функции выполняются одними и теми же органами. Без правильного дыхания, для которого характерны короткий, глубокий вдох и плавный, длительный, экономный выдох, невозможна хорошо звучащая речь.

Для многих детей, имеющих нарушения звукопроизношения, нарушения слоговой структуры слова, заикания в большинстве случаев представляет трудность. С такими детьми проводится целенаправленная работа, которая заключается в проведении специальных дыхательных упражнений и упражнений для развития общей, мелкой и артикуляционной моторики.

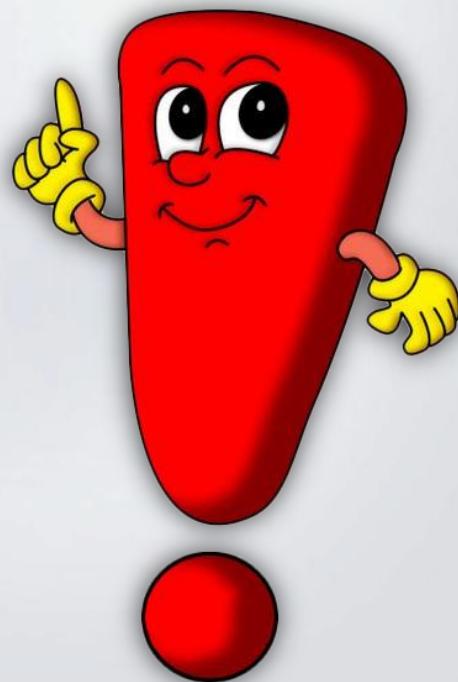
## Как определить, правильное ли дыхание у ребенка?

Наблюдайте или просто задумайтесь и вспомните как дышит ваш ребенок во время разговора. Ведь это ваше чадо, которое вы знаете лучше всех.

## На что обратить внимание:

1. Ребенок дышит ртом.
2. У ребенка поверхностное дыхание.
3. Ребенок не может произнести фразу из 3-4 слов на одном выдохе и добирает воздух.
4. У ребенка воздушная струя недостаточной интенсивности.

Указанные симптомы могут говорить о недостаточности дыхательной системы, участвующей в речевом акте, и необходимости ее тренировать.



## Что делать? Как помочь?

Правильное дыхание очень важно для речи, так как дыхательная система - это энергетическая база для речевой системы. Дыхание влияет на звукопроизношение, артикуляцию и развитие голоса.

Дыхательные упражнения помогают выработать диафрагмальное дыхание, а также продолжительность, силу и правильное распределение выдоха. При развитии диафрагмального речевого дыхания используются различные предметы.

### Можно использовать:

- ✓ Различные предметы
- ✓ Артикуляционные упражнения
- ✓ Упражнения на дыхание (с использованием речевого сопровождения или без)

Если Вы хотите помочь своему ребенку овладеть правильным звукопроизношением, овладеть голосом, необходимо прежде всего научить его правильно дышать: и та и другая функции выполняются одними и теми же органами. Без правильного дыхания, для которого характерны короткий, глубокий вдох и плавный, длительный, экономный выдох, невозможна хорошо звучащая речь.

Для многих детей, имеющих нарушения звукопроизношения, нарушения слоговой структуры слова, заикания в большинстве случаев представляет трудность. С такими детьми проводится целенаправленная работа, которая заключается в проведении специальных дыхательных упражнений и упражнений для развития общей, мелкой и артикуляционной моторики.

# Дыхательные упражнения

Цель дыхательных упражнений – увеличить объём дыхания, нормализовать его ритм, выработать плавный, длительный, экономный выдох.

Начинать занятия следует с развития физиологического дыхания. Прекрасным средством для этого являются общеразвивающие и логоритмические игры и упражнения, которые можно включать в комплексы упренней гимнастики, в прогулки – в теплое время года.

Наиболее важным при развитии физиологического дыхания являются **классические упражнения**. Их цель: координация ротового и носового дыхания, выработка нижнегрудного типа дыхания при активном участии диафрагмы.

- ✓ Вдох и выдох через нос. Вдох – глубокий, выдох – плавный, длительный. Вдох обычный – выдох с имитацией спона. Вдох через одну ноздрю – выдох через другую. Вдох обычный – выдох полчками. Вдох полчками – выдох обычный. Вдох обычный – выдох с усилием в конце.
- ✓ Вдох через нос, выдох через рот. Если выдох через рот не получается, зажать нос пальцами. Вдох обычный – выдох с имитацией спона. Вдох через одну ноздрю – выдох обычный. Вдох полчками – выдох обычный. Вдох обычный – выдох полчками. Вдох полчками – выдох полчками. Вдох обычный – выдох с усилием воли.
- ✓ Вдох через рот, выдох через нос. Для контроля можно подносить к носу зеркало, ватку, полоску бумаги. Вдох обычный – выдох с имитацией спона. Вдох обычный – выдох через одну ноздрю. Вдох обычный – выдох полчками. Вдох полчками – выдох обычный. Вдох полчками – выдох полчками. Вдох быстрый – выдох медленный.
- ✓ Вдох и выдох через рот. Если упражнения не получается, зажать нос пальцами. Вдох обычный – выдох с имитацией спона. Вдох полчками – выдох обычный. Вдох обычный – выдох полчками. Вдох полчками – выдох полчками. Вдох обычный – выдох с усилием в конце.
- ✓ Комбинированный вдох. Задержка дыхания, выдох через нос. Задержка дыхания, выдох через рот.

Примечание: при систематическом повторении этих упражнений ребенок начинает ощущать разницу в направлениях воздушной струи и учится правильно её регулировать.

После этого начинается работа по развитию речевого дыхания, которая проводится в следующей последовательности: без участия речи, на материале гласных звуков, согласных звуков, слогов, слов, предложений и фраз.

## Игры и упражнения на развитие речевого дыхания

Цель: развитие длительного, плавного выдоха. активизация мышц губ.

- ✓ «Цветочек». Сделать вдох и задержать дыхание, понюхать цветок (вдохнуть аромат).
- ✓ «Загони мяч в ворота» (ватку).
- ✓ «Сдуй пушинку (ватку) с ладони, с носа.
- ✓ Подуй на карандаш, чтобы он покатился по столу.
- ✓ «Остуди горячий чай».
- ✓ Подуй на вертушку.
- ✓ Подуй на султанчик.
- ✓ «Бабочка полетела» (бабочка из бумаги на ниточке).
- ✓ Надувай шарик.
- ✓ Поиграй на дудочке, на губной гармошке.
- ✓ «Узнай по запаху» (кусочки фруктов).

Примечание: при выполнении упражнений следить, чтобы при вдохе надувался живот, а плечи не поднимались, а при выдохе – не надувались щеки.



# Желаю успехов!