

# Консультация для родителей

## «Правильное дыхание – правильная речь»

Что знаем, мы взрослые, о речевом дыхании? Практически, очень немного, между тем, речевое дыхание оказывает прямое воздействие на быстрое освоение дошколятами навыков связной речи. Если оно развито хорошо, дети могут правильно произносить звуки, говорить не торопясь, отчетливо, выразительно, выдерживать необходимые паузы при произнесении длинных предложений, договаривать фразу до конца.

### Как правильно организовать развитие речевого дыхания?

Источником образования звуков речи является воздушная струя, выходящая из легких через гортань, глотку, полость рта или носа наружу. Важно знать параметры правильного ротового выдоха.

- Выдоху предшествует сильный вдох через нос - "набираем полную грудь воздуха";
- Выдох происходит плавно, а не толчками;
- Во время выдоха губы складываются трубочкой, не следует сжимать губы, надувать щеки;
- 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);
- Выдыхать следует, пока не закончится воздух;

При проведении игр, направленных на развитие у ребенка дыхания, необходимо иметь в виду, что дыхательные упражнения быстро утомляют ребенка, даже могут вызвать головокружение. Поэтому такие игры необходимо ограничивать по времени и обязательно чередовать с другими упражнениями. Перечисленные ниже игры и упражнения, помогут научить ребенка плавно выдыхать через рот сильную направленную струю воздуха.

### Упражнения для развития речевого дыхания

- **Конфетти.** Это мелкие разноцветные кружочки, содержащиеся в хлопушках или сделанные с помощью обыкновенного дырокола из цветной бумаги. Ребенку предлагается подуть на белые конфетти и тем самым превратить обычную комнату в заснеженный лес.
- **Пластмассовые или бумажные кораблики, емкость, наполненная водой.** Перед ребенком стоит задача дуть на кораблики, находящиеся в тазу (или другие плавучие легкие предметы - очень хорошо для этой цели использовать пластмассовые яйца от «киндер-сюрпризов»). Можно устроить соревнование: чей кораблик дальше уплывет.
- **Бумажные бабочки, птички, самолетки** подвешивают на нитках, на леске, располагают на различных поверхностях (стол, подоконник). Они нужны в логопедической практике для отработки длительного плавного выдоха.
- **Шарики для пинг-понга, карандаши, ватные шарики.** Все это можно использовать для перемещения по столу с помощью выдыхаемой струи воздуха. Если соорудить ворота из конструктора и попытаться загнать эти предметы в ворота - получится импровизированный футбол. Можно ввести и соревновательный момент: «Кто быстрее загонит шарик (карандаш) в ворота».
- **Прозрачные пластмассовые стаканчики, наполненные водой, трубочки для коктейлей.** Это атрибуты занимательной игры «Бульбульки». Нужно взять два пластмассовых прозрачных стаканчика. В один налить много воды, почти до краев, а в другой - чуть-чуть. В стаканчик, где много воды нужно, дуть через трубочку слабо, а в стаканчик, где мало воды - дуть сильно. Задача ребенка так играть в «бульбульки», чтобы не пролить воду. Нужно обязательно обратить внимание ребенка на слова: слабо, сильно, много, мало. Эту игру можно также использовать для



закрепления знания цветов. Для этого возьми-те разноцветные стаканчики и трубочки и предложите ребенку подуть в зеленый стаканчик через зеленую трубочку и т. д.

- **«Мыльные пузырьки».** Можно купить эту игрушку, а можно сделать ее своими руками. Понадобятся мыльная стружка, маленькая емкость для мыльного раствора и соломинка. Ребенку предлагается поиграть с мыльными пузырями. Он может сам выдувать пузыри, если же у него не получается дуть или он не хочет заниматься, то выдувать пузыри может взрослый, направляя их в ребенка. Это стимулирует ребенка в ответ дуть на пузыри, чтобы они не попали в него.
- **Стеклянные флаконы различного размера.** Если ребенок будет поочередно дуть в такие пузырьки, высунув узкий кончик языка и слегка касаясь им горлышка флакона, то каждый пузырек будет свистеть по-своему. Можно попытаться «выдуть» какой-либо знакомый ребенку и несложный мотив.
- **Губная гармошка** - уникальный инструмент для развития дыхания. Полезно предложить ребенку, став музыкантом, поиграть на губной гармошке. При этом задача не в том, чтобы научить его играть какую-либо мелодию, важно, чтобы ребенок вдыхал воздух через губную гармошку и выдыхал в нее же.
- **Бумажные цветы, ароматические саше (мешочки с запахами).** Используются для формирования носового вдоха. Пусть ребенок представит себе, что оказался в цветочном магазине, и попытается глубоко медленно вдохнуть через нос, нюхая бумажные цветы, чтобы выбрать самый ароматный цветочек для бабушки или мамы. Можно использовать для этой игры различные ароматические саше, однако они не должны иметь резких запахов, не должны быть пыльными и нельзя подносить их слишком близко к носу. Перед использованием ароматов нужно удостовериться, что запахи не вызывают аллергии у ребенка.
- **Свечи.** Ребенок выполняет короткий бесшумный вдох без надувания щек и медленный выдох, задувая по очереди зажженные свечи. Можно устанавливать определенный порядок: «Задувай красную свечу, а потом - зеленую».
- **Султанчики.** Султанчики - сложенные в пучок, перевязанные прочной нитью и закрепленные на палочке (карандаше) полоски мелко нарезанной фольги, целлофана, цветной бумаги, ленты - обычно изготавливаются самими родителями детей. Если подуть на султанчик, полоски начинают струиться, трепетать, что дает ребенку наглядное представление о силе выдыхаемой воздушной струи.
- **Воздушные шары, надувные игрушки (мячи, фигуры животных).** Традиционно используются для развития интенсивности выдоха (надувание воздушных шариков, надувных игрушек). Кроме того, известно множество игр с надутыми шарами, например: «Чей шар выше взлетит?», «Чей шар дольше не упадет?» (дети подбрасывают шары вверх и дуют, удерживая их струей воздуха).
- **Вертушки.** Особый интерес у ребенка вызовет приспособление, сделанное собственными руками. Так для дыхательных упражнений старшие дошкольники могут смастерить вертушки из бумаги или легкой клеенки, а потом использовать их в дыхательной гимнастике.



**Удачи, успехов, удовольствия в совместных занятиях с ребёнком!**

