

## **«Рекомендации родителям по развитию речевого дыхания».**

*Гончарова Ирина Александровна*  
*учитель-логопед*

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 совершенствуется 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 разрастаний, 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 нечёткой, судорожной, с захлёбыванием. Укороченный выдох вынуждает говорить фразы в ускоренном темпе, без соблюдения логических пауз. Основными задачами в работе над развитием речевого дыхания являются следующие:

1. Выбатывать свободный плавный удлинённый выдох, используя специальные игровые упражнения.
2. Путём подражания речи взрослого воспитывать умение произносить небольшие фразы или смысловые отрезки на одном выдохе.

## Уважаемые родители!

Проявляя изобретательность, выдумку, вы сможете помочь своему ребёнку выработать правильное речевое дыхание. Рекомендуем начать с произвольных и таких забавных для ребёнка игровых упражнений:

- ✓ Дутьё через соломинку в стакан с водой.
- ✓ Надувание воздушных шаров.
- ✓ Дутьё 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.

А как 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. Для мальчиков – вертолётки и самолётки. А для девочек – улетающие по воле ветра от кукол шляпки. Лыжники, убегающие от соперников; мальчики на быстрых самокатах. Как всё 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.

Такую игру мы называем «Осенний туман». А ещё интересно «тянуть» гласные звуки на выдохе: кто дольше? Можно петь и сочетания из гласных: АО, УЫ, ИЗ, ЭУА, 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.