

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №3 «Волна» городского округа Жигулевск



Консультация для родителей

**«О важности развития
правильного речевого дыхания у детей»
(подготовила: ст.воспитатель: Ю.Н.Кузнецова)**

Дыхание – одна из функций жизнеобеспечения человека. Процесс физиологического дыхания в норме осуществляется ритмично, глубина дыхания соответствует потребностям организма в кислороде. Вдох является более активной фазой дыхания, чем выдох. При вдохе мышцы диафрагмы сокращаются, оттесняя органы брюшной полости в живот, увеличивая тем самым объём

грудной клетки, что способствует наполнению легких воздухом. При выдохе мышца диафрагмы расслабляется.

Различают три типа дыхания: верхнереберный, грудной, грудобрюшной (он же диафрагмально-реберный). При любом типе дыхания диафрагма обязательно задействована, однако, доля ее участия разная. Наименее физиологически оптимальным является ключичное дыхание, так как нижние доли легких участвуют при этом не полностью.

У детей по мере физического развития постепенно формируется наиболее оптимальный тип дыхания – грудобрюшной.

Детям с нарушениями речи, а также соматически ослабленным детям для развития грудобрюшного типа дыхания требуется обучение и активизация физиологической роли диафрагмальной мышцы с помощью специальных коррекционных физических упражнений.

Наряду с основной биологической функцией газообмена, органы дыхания осуществляют также и голосообразовательную функцию.

Дыхание в процессе речи, или так называемое речевое дыхание, по сравнению с физиологическим дыханием в спокойном состоянии имеет существенные отличия, обусловленные особыми требованиями, предъявляемыми к дыхательному акту во время речи.

В норме перед началом речи делается быстрый и более глубокий, чем в покое, вдох. Нормальный «речевой вдох» характеризуется наличием определенного количества воздуха, способного обеспечить поддержание «подскладочного» давления и правильного голосообразования. Большое значение для озвучивания связанных выражений - имеет рациональный способ расходования воздушной струи. Время выдоха удлиняется настолько, насколько необходимо звучание голоса при непрерывном произнесении

интонационно и логически завершенного отрезка высказывания (так называемый речевой выдох).

В ходе речевого развития вырабатывается специфический «речевой» механизм дыхания, следовательно, вырабатываются и специфические «речевые» движения диафрагмы. В процессе устной речи диафрагма многократно производит дифференцированные колебательные движения, обеспечивающие речевое дыхание и звукопроизношение.

Речь — сложная внешняя психическая функция человека, обеспечиваемая деятельностью головного мозга.

Голосо- и речеобразование осуществляются координированной деятельностью дыхательного, голосового и артикуляционного аппаратов. Их взаимодействие обеспечивается и контролируется деятельностью центральной нервной системы.

Процессы неречевого (жизненного) и речевого дыхания значительно отличаются друг от друга.

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 совершается 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 разражений, 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 нечеткой, судорожной, с захлебыванием.

Укороченный выдох вынуждает говорить фразы в ускоренном темпе, без соблюдения логических пауз.

Основными задачами в работе над развитием правильного речевого дыхания являются:

1. Выработка свободного, плавного и удлинённого выдоха, используя специальные игровые упражнения.
2. Формирование навыков произносить небольшие фразы или смысловые отрезки на одном выдохе, путём подражания речи взрослого.

Уважаемые родители!

Проявляя изобретательность, выдумку, вы сможете помочь своему ребенку выработать правильное речевое дыхание.

Можно начать с произвольных и таких забавных для ребенка игровых упражнений:

- Дутье через соломинку в стакан с водой.
- Надувание воздушных шаров.
- Дутье 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.

Вашему ребенку будет интересно сделать своими руками игры для развития выдоха!

Сезонные игрушки: зимой снежинки, прикрепленные 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, самолётики. Как все 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.*

Также можно предложить ребенку «тянуть» гласные звуки на выдохе: кто дольше? Можно петь и сочетания из гласных: АО, УЫ, ИЗ, ЭАУ, 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.

Литература:

1. Белякова Л.И., Гончарова Н.Н., Шишкова Т.Г. Методика развития речевого дыхания у дошкольников с нарушениями речи / Под ред. Л.И. Беляковой. — М.: Книголюб, 2004. — (Логопедические технологии.).
2. Гуськова А.А. Развитие речевого дыхания детей 3—7 лет. — М.: ТЦ Сфера, 2011. (Развитие речи шаг за шагом).
3. Епифанова О.В. Логопедия. Разработки занятий с детьми дошкольного возраста. Выпуск 1. — Волгоград: «Учитель — АСТ», 2004.