

## Игры и упражнения для развития речевого дыхания у детей.

От развития речевого дыхания во многом зависит то, как будет говорить ребенок: правильность его звукопроизношения, способность поддерживать плавность, нормальную громкость и интонационную выразительность речи.

Умение контролировать процесс вдоха и выдоха во время проговаривания слов является очень важным навыком. Звуки – это не что иное, как результат движения струи воздуха, которую выдыхают наши легкие. И от того, насколько правильно производится вдох и выдох, зависит качество нашей речи.

Уделяя должное внимание постановке правильного речевого дыхания в дошкольный период, можно избежать многих речевых нарушений.

Развитие правильного речевого дыхания происходит постепенно (одновременно с развитием самой речи).

Для определенного возраста ребенка характерно количество слов на выдохе. К примеру, в 2-3 года нормой является 2-3 слова, а в 6-7 лет – 5-7 слов.

Нужно понимать, что дыхательные упражнения – это нагрузка для ребенка, поэтому важно учитывать ряд рекомендаций:

упражнения лучше всего проводить до приема пищи (если после еды, то нужно подождать 1,5-2 часа);

комната, где вы занимаетесь, должна хорошо проветриваться;  
занятия не должны быть слишком долгими – для достижения результата хватает 3-5 минут (но упражнения нужно проводить каждый день);

важно контролировать правильность дыхания (в процессе не должны напрягаться мышцы лица, живота, подниматься плечи и т.д.).

вдох – через нос, выдох – длинный и плавный.

На первом этапе важно научить ребенка правильному физиологическому дыханию. Важно, чтобы выдох был достаточно сильным и продолжительным.

Эта цель достигается при помощи следующих игр:

«Нюхаем цветы».

Воздух вдыхаем носом, задерживаем на несколько секунд дыхание, после чего полностью выдыхаем воздух через рот.

#### «Задуваем свечи».

Чтобы задуть свечку, делаем глубокий вдох носом и сильный выдох ртом. После этого можно попрактиковаться сразу с несколькими свечками.

#### «Кораблики».

В тазик с водой запускаются бумажные кораблики. Нужно продемонстрировать ребенку, что ими можно двигать выдыхаемой струей воздуха. Можно посоревноваться с ним, кто задует корабль дальше. Одно условие - «двигать» корабль нужно на одном выдохе.

#### «Листопад».

Вырезаем из цветной бумаги листья (если на дворе осень, то можно собрать на улице). Устраиваем своеобразный листопад, сдувая вместе с ребенком листья со стола.

#### «Карандаши-спортсмены».

На столе чертим две линии – старт и финиш. На старте кладем 2 карандаша и начинаем дуть на них вместе с ребенком (каждый на свой). Такое импровизированное соревнование поможет увлечь ребенка к этому процессу.

#### «Буря в стакане».

Готовим заранее мыльную воду. В стакан с ней опускаем соломинку и начинаем дуть в нее – чем сильнее и дольше малыш дует в нее, тем выше получается пенная шапка. Очень полезное упражнение, потому что соблюдаются два основных условия правильного дыхания, т.е. вдох через нос, а через рот долгий выдох.

Хорошо помогают игры с музыкальными инструментами – губными гармошками, дудочками. Эти занятия помогают детям контролировать вдох и выдох.

Из других подручных средств можно воспользоваться мыльными пузырями (можно купить или сделать самостоятельно) и воздушными шариками. Смысл этих игр, в целом, аналогичен, т.к. вы учите ребенка длительному и плавному выдоху (при этом

происходит тренировка мышц губ). Воздушные шарики можно надувать, либо играть с уже надутыми, подбрасывая их вверх и дую снизу, чтобы они не опускались. Можно устроить своеобразное соревнование – вы дуете на шарик в сторону ребенка, и он делает то же самое.

Желаем успехов!

Материал подготовил учитель-

логопед:

Долина А.А.