

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
Муниципального образования город Краснодар  
«Центр развития ребёнка-детский сад 232»

## Консультация для родителей

### **«Развитие дыхания у детей с речевыми нарушениями»**

Составила: учитель-логопед Давыдова Н.Н.

2024 г.

## **«Развитие дыхания у детей с речевыми нарушениями».**

Наша речь и процесс чтение происходят на выдохе. Дети, 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. Поэтому так важна правильная организация речевого выдоха, что имеет решающее значение в постановке речевого дыхания.

Отличие речевого дыхания от обычного жизненного дыхания: вне речи вдох осуществляется через нос, а во время речи через рот; вне речи вдох и выдох по продолжительности одинаковы, а в речи они неравномерны (вдох короткий, но не резкий, а выдох медленный).

Цель дыхательных упражнений научить детей быстро, бесшумно производить вдох и рационально, экономно расходовать воздух на выдохе. Работа над речевым дыханием заключается в следующем: в выработке длительного ротового выдоха; в формировании умения экономно расходовать воздух в процессе речи с учетом его добора.

Правила при работе над выработкой правильного речевого дыхания: во время дыхания плечи должны быть неподвижны; грудь не должна сильно подниматься при вдохе и опускаться при выдохе; живот при вдохе должен подниматься, а при выдохе опускаться; во время вдоха не втягивать воздух носом, а делать вдох через рот; вдох должен быть мягким и коротким, выдох длительным, спокойным и плавным; сделав вдох, сразу же начинать говорить, не задерживая дыхание; говорить только на выдохе.

Последовательность работы над формированием речевого дыхания.

### **Первый этап.**

Выработка правильного диафрагмального дыхания. С этой целью проводится дыхательная гимнастика, в процессе которой происходит нормализация ритма дыхания и увеличение объема вдоха.

### Упражнения на дыхание.

1. Исходное положение: встать, плечи развернуть; голову держать прямо; одну руку положить на диафрагму, другую на ребра. Глубокий вдох на

счет «раз», задержка дыхания; плавный выдох на счет 1, 2, 3, 4, 5 (считать вслух).

2. И. п., как в упр. 1. Глубокий вдох на счет 1, 2, задержка дыхания на счет 1, 2, 3 плавный выдох на счет 1, 2, 3, 4, 5. 3. И. п., как в упр. 1. Глубокий вдох на счет 1, 2, задержка дыхания на счет «раз», плавный выдох на счет 1, 2, 3, 4 (вслух), затем добрать воздух и продолжить считать до 8-10.

Выработка правильного физиологического (диафрагмального) дыхания. Левую руку положить на живот, правую на нижнюю часть груди. Сделать глубокий вдох через нос, произвести свободный, плавный выдох через нос. Произвести короткий, спокойный вдох через нос, задержать на 2-3 секунды воздух в легких, затем медленно и плавно выдохнуть через рот.

### **Второй этап.**

Статические упражнения, направленные на развитие ротового выдоха. Обучение спокойному, короткому вдоху и свободному, плавному, удлиненному выдоху с использованием наглядного материала.

Игровые упражнения «Дуют ветры сильные, дуют ветры слабые» (дутье на полоски, листочки и др.). Дутье на подвешенные бумажные игрушки жуков, бабочек, птичек и др. Катание по столу легких предметов, дутье на вертушки. Надувание мыльных пузырей. Игра на музыкальных инструментах (дудочке, свирели, губной гармошке и др.). Дутье в трубочки (соломинки для коктейля), вставленные в воду. Игра с воздушными шарами («Чей шар поднимется выше?»). Надувание резиновых игрушек, шаров. Катание по столу маленьких машинок («Чья машинка уедет дальше?»). «Погаси свечу», «Футболисты», «Забей мяч в ворота», «Горячий чай».

### **Третий этап.**

Обучение рациональному, экономному выдоху в процессе произнесения звуков (проводится одновременно с развитием артикуляции звуков).

Громкое и длительное произнесение изолированных гласных звуков. Сделать короткий вдох на счет «раз» (рот открыт). Задержать воздух на счет «раз» и произвести протяжный, плавный выдох с произнесением одного из гласных звуков [а], [э], [о], [у] или [и].

Длительное и с различным уровнем громкости произнесение сочетаний звуков: аа-ууууу, ааа-иииууу, ооо-иии-ааа-ууу. Произнесение согласных звуков [ф], [х], по мере появления звуков используются согласные [с], [з], [ж], [ш]. Игровые упражнения «Погреем ручки» (произносится на выдохе звук х-х-х-х), «Проколотый мяч» (произносятся звуки шшшш или ссс), «Комары и

комарики» (произносится звук зззз), «Большие и маленькие жуки» (произносится звук жжжж), «Насос» (произносится звук сссс).

#### **Четвертый этап.**

Произнесение слогов и звукоподражаний.

Игровые задания и упражнения «Эхо». Заблудились мы в лесу, закричали мы «Ау!» Несли тяжелую вещь, поставили на место: «Ух! Ух! Ух!»

#### **Пятый этап.**

Формирование правильного речевого дыхания в процессе речи (произнесение на одном выдохе от 2 до 4 слов и фраз, содержащих от 5 до 7 слов).

1. Глубокий вдох на счет 1, 2, короткая задержка дыхания и произнесение от 2 до 4 слов на одном выдохе, например, счет (один, два, три, четыре), дни недели (понедельник, вторник, среда, четверг), предметы, относящиеся к определенной родовой группе (шапка, шуба, шорты, куртка).

2. Глубокий вдох на счет 1, 2, короткая задержка дыхания, произнесение чистоговорки из 3-4 слов на выдохе, например «Лола мыла куклу Милу».

3. Глубокий вдох на счет 1, 2, короткая задержка дыхания, произнесение чистоговорки с дополнительным вдохом: «Мама Милу мылом мыла (вдох), Мила мыла не любила».

Таким образом применение данных упражнений способствует выработке правильного речевого дыхания, что обеспечивает нормальное звукообразование, создаёт условия для поддержания нормальной громкости речи, чёткого соблюдения пауз, сохранения плавности речи и интонационной выразительности. Формирование правильного речевого дыхания залог успешного овладения навыком чтения.

Источники:

1. [Развитие речевого дыхания у дошкольников с нарушениями речи \(cyberleninka.ru\)](http://cyberleninka.ru)
2. [развитие речевого дыхания у детей с нарушениями речи | Консультация по логопедии \(средняя группа\): | Образовательная социальная сеть \(nsportal.ru\)](http://nsportal.ru)