

Консультация для родителей

# Развитие речевого дыхания

## у детей 2-3 лет



Подготовила: Быкова Н.В.

Всем нам нравится мелодичная, плавная и красивая речь. Для ее формирования необходимо правильное речевое дыхание. Маленьким детям оно дается с трудом. Дыхательная мускулатура у них еще развита слабо. Малышам свойственна быстрая речь, проглатывания окончаний слов и искажение звуков.

Развитие речи в раннем детстве – это сложный процесс. Задержки, нарушения овладения родным языком могут быть обусловлены сбоями в процессе речевого дыхания. Поговорим о том, что такое правильное речевое дыхание, как его развить в детском возрасте.

Источник образования звуков речи — воздушная струя, выходящая из легких через гортань, глотку, полость рта или носа наружу. Правильное речевое дыхание:

- обеспечивает нормальное звукообразование;
- создает условия для поддержания нормальной громкости речи, четкого соблюдения пауз, сохранения плавности речи и интонационной выразительности;
- предохраняет голосовой аппарат от переутомления;
- способствует сохранению плавности речи, правильному соблюдению пауз.

Речевое дыхание может быть затруднено вследствие хронического насморка, аденоидных разражений, общей ослабленности организма, некоторых сердечно-сосудистых заболеваний, заикания, ринолалии, дизартрии.

Неправильное речевое дыхание нередко приводит:

- к нарушению плавности речи (речь на вдохе);
- позднему или неправильному усвоению некоторых звуков (например, для правильного произношения звука [р] нужна сильная воздушная струя, которая была бы способна привести в колебательное состояние кончик языка);
- ослаблению громкости голоса, особенно в конце произношения длинных фраз;
- в некоторых случаях к ускорению темпа речи;
- неправильному использованию интонационных средств выразительности;
- нечеткому произношению слов (проглатывание окончаний).

Для полноценного речевого дыхания необходимы гибкость, эластичность, большой объем дыхательного аппарата, что достигается путем тренировки речевого и голосового аппарата (произнесения отдельных звуков, слогов, слов и фраз), сочетающейся с соответствующими движениями.

### **Требования к выполнению речевых упражнений:**

- перед началом выполнения упражнений проветрить помещение: воздух в нем должен быть средней влажности;
- одежда не должна стеснять движений;



- не выполнять речевые упражнения после приема пищи;
- упражнения выполнять сидя, стоя или лежа;
- следить за правильным выполнением упражнений (дети не должны поднимать плечи и «перебирать дыхание», что влечет за собой резкий выдох — голос звучит прерывисто, форсированно).

Поэтому количество выдыхаемого воздуха не должно быть слишком большим. Также нужно избегать больших задержек дыхания, обязательно объясняя детям, зачем нужно научиться дышать гармонично — полным дыханием, говорить только на выдохе, не добирать воздух во время произнесения слова, делать осмысленные паузы при произнесении фраз);

- речевые упражнения ограничивать по времени: длительность их от 30 с до 1,5 мин (можно использовать песочные часы) во избежание утомления ребенка и даже возможного головокружения;

- обязательно чередовать выполнение речевых упражнений с другими упражнениями;

- следить за эмоциональным состоянием ребенка, оно должно быть уравновешенным.

Каждое упражнение отрабатывается столько раз, сколько нужно для четкого его выполнения. Речевые упражнения следует проводить:

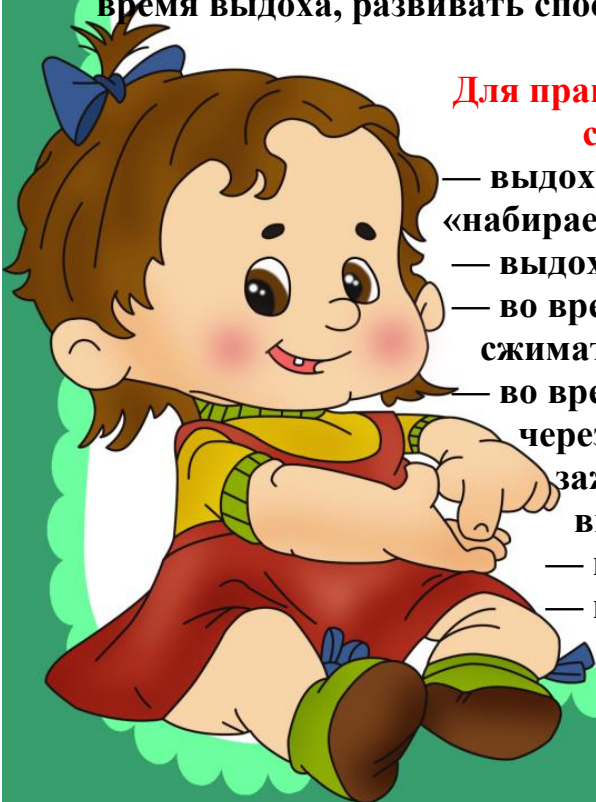
- после дневного сна;
- в свободной деятельности ребенка.

Задача взрослого состоит в том, чтобы научить ребенка правильно пользоваться речевым дыханием. Для этого уже на ранних этапах речевого развития необходима подготовительная работа, суть которой заключается в том, чтобы научить малыша делать короткий, без напряжения мышц лица и шеи вдох и плавно бесшумно выдыхать через рот, вырабатывая достаточной силы воздух.

Приступая к развитию речевого дыхания, следует прежде всего сформировать у ребенка сильный плавный ротовой выдох, контролировать время выдоха, развивать способность правильно направлять воздушную струю.

**Для правильного ротового выдоха необходимо соблюдать следующие условия:**

- выдоху должен предшествовать сильный вдох через нос — «набираем полную грудь воздуха»
  - выдох должен происходить плавно, а не толчками;
  - во время выдоха губы складывать трубочкой и не сжимать, щеки не надувать;
  - во время выдоха воздух должен выходить через рот, а не через нос; если ребенок выдыхает через нос, можно зажать ему ноздри, чтобы он ощутил, как должен выходить воздух;
  - выдыхать следует, пока не закончится воздух;
  - во время пения или разговора нельзя добирать
- Воздух при помощи частых коротких вдохов.



**Упражнения по развитию речевого дыхания следует выполнять в таком порядке:**

- 1) на развитие физиологического дыхания;
- 2) дыхательные без участия речи;
- 3) дыхательно-голосовые:
  - на материале гласных звуков;
  - согласных звуков;
  - слогов;
  - слов;
  - предложений, фраз.

Приступать к тренировке собственно речевого дыхания можно только после того, как у ребенка сформируется сильный плавный выдох. Тренировка речевого дыхания способствует обучению плавному произношению звуков, слогов, слов и фраз на выдохе.

Для выполнения речевых упражнений можно использовать различные предметы.

Приведенные ниже упражнения необходимы для развития сильного плавного ротового выдоха и активизации губных мышц.

***Снег идёт!***

**Цель:** формирование плавного длительного выдоха; активизация губных мышц.

**Оборудование:** кусочки ваты.

**Ход игры:** Педагог раскладывает на столе кусочки ваты, напоминает детям про зиму.

— Представьте, что сейчас зима. На улице снежок падает. Давайте подуем на снежинки!

Взрослый показывает, как дуть на вату, дети повторяют. Затем все поднимают вату, и игра повторяется снова.



***«Пропеллер»***

(картинка – образ – самолет с пропеллером).

Слегка растянуть губы в улыбке, указательный палец ребенка двигается из стороны в сторону перед губами.

Сильно выдувать воздух таким образом, чтобы



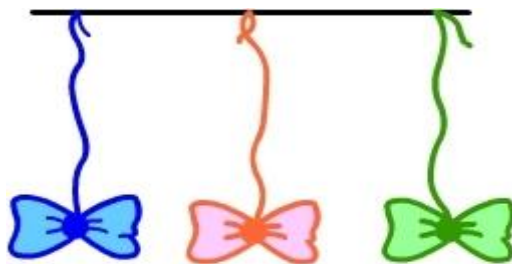
слышался «звук пропеллера» от рассекаемого пальцем воздуха.

### «Лети, бабочка»

**Цель:** развитие длительного непрерывного ротового выдоха; активизация губных мышц.

**Оборудование:** 2-3 яркие бумажные бабочки.

**Содержание игры:** Перед началом занятия к каждой бабочке привяжите нитку длиной 20-40 см, нитки прикрепите к шнуру на некотором расстоянии друг от друга. Шнур натяните так, чтобы бабочки висели на уровне лица стоящего ребенка.



Покажите ребенку бабочек и предложите поиграть с ними:

- Смотри, какие красивые разноцветные бабочки! Посмотрим, умеют ли они летать.

Подуйте на бабочек.

- Смотри, полетели! Как живые! Теперь ты попробуй подуть. Какая бабочка улетит дальше?

Ребенок встает возле бабочек и дует на них. Необходимо следить, чтобы ребенок стоял прямо, при выдохе не поднимал плечи, дул на одном выдохе, не добирая воздух, не надувал щеки, а губы слегка выдвигал вперед. Дуть можно не более 10 секунд с паузами, чтобы не закружилась голова.

### «Вертушка»

**Цель:** развитие длительного плавного выдоха; активизация губных мышц.

**Оборудование:** игрушка-вертушка.

**Содержание игры:** Перед началом игры подготовьте игрушку-вертушку. Можно изготовить ее самостоятельно при помощи бумаги и деревянной палочки. Покажите ребенку. На улице продемонстрируйте, как она начинает вертеться от дуновения ветра. Затем предложите

подуть на нее самостоятельно:

- Давай сделаем ветер - подуем на вертушку. Вот как завертелась!

Подуй еще сильнее - вертушка вертится быстрее.



### «Милиционер»

**Цель:** развитие сильного плавного выдоха; активизация губных мышц.

**Оборудование:** свистки.

**Содержание игры:** Перед началом упражнения следует



подобрать свистки и выбрать те из них, в которые легче дуть. Дайте ребенку свисток и предложите поиграть в милиционеров.

- Вот милиционер увидел нарушителя- свистим в свисток!

Игру можно повторить несколько раз. Следите, чтобы ребенок дул не напрягаясь, не переутомляясь.

### «Песня ветра»

**Оборудование:** китайский колокольчик «песня ветра».

**Содержание игры.** Подвесьте колокольчик на удобном расстоянии (на уровне лица стоящего ребенка) и предложите подуть на него. Обратите внимание ребенка на то, какой мелодичный получается звук. Затем предложите подуть сильнее — звук стал громче. Упражнение научит ребенка плавно произносить на выдохе звуки и слоги, что является начальным этапом развития речевого дыхания.

### «Веселая метелица»

**Оборудование:** пластиковые бутылки емкостью 0,5 л с отверстием для коктейльной трубочки, заполненные кусочками елочной мишуры и пенопласта.

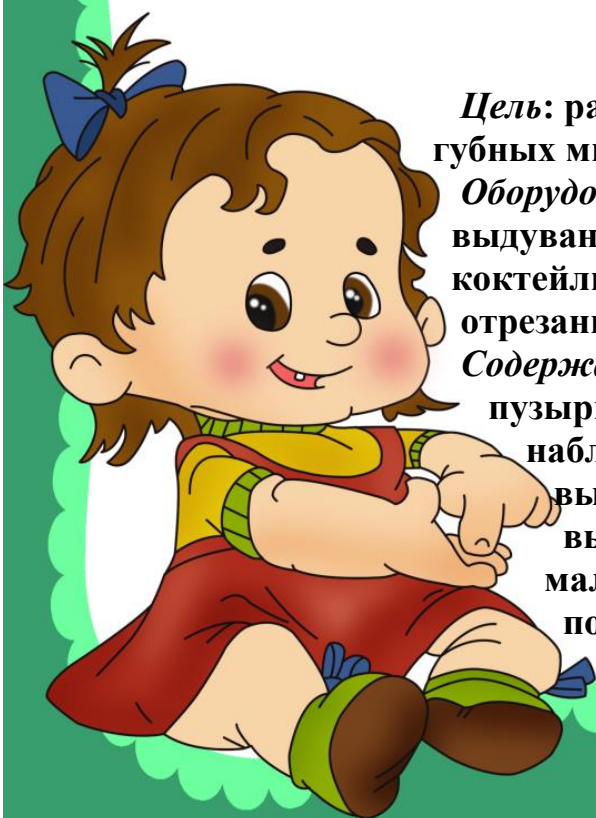
**Содержание игры.** Ребенок выполняет упражнение стоя или сидя. Сначала покажите, с какой силой нужно дуть в трубочку, чтобы снежинки начали перемещаться внутри бутылки. Затем предложите ребенку подуть самостоятельно, но не в полную мощь, обращая его внимание на то, как перемещаются снежинки. Затем предложите подуть сильнее — снежинки стали перемещаться быстрее: метель разыгралась

### «Мыльные пузыри»

**Цель:** развитие сильного плавного выдоха; активизация губных мышц.

**Оборудование:** пузырек с мыльным раствором, рамка для выдувания пузырей, трубочки различного диаметра — коктейльные, из плотной бумаги, пластиковая бутылка с отрезанным дном.

**Содержание игры:** Поиграйте с ребенком в мыльные пузыри: сначала сами выдуваете пузыри, а ребенок наблюдает и ловит их. Затем предложите ребенку выдуть пузыри самостоятельно. Следует учесть, что выдувание мыльных пузырей часто оказывается для малышей довольно трудной задачей. Постарайтесь помочь ребенку — подберите разные рамки и трубочки, чтобы ребенок пробовал и выбирал, с



помощью чего легче добиться результата. Можно самостоятельно изготовить жидкость для мыльных пузырей: добавить в воду немного жидкости для мытья посуды и сахара. Не забывайте следить за безопасностью ребенка — не позволяйте пробовать и пить жидкость.

### *«Пой со мной!»*

**Цель:** развитие правильного речевого дыхания – пропевание на одном выдохе гласных звуков А, О, У, И, Э.

**Содержание игры:** Сначала предлагаете ребенку вместе с вами спеть «песенки». – Давайте споем песенки. Вот первая песенка: «А-А-А!» Наберите побольше воздуха – вдохните воздух. Песенка должна получиться длинная. Во время игры следите за четким произношением и утрируйте артикуляцию звуков. Сначала поем звуки А, У, постепенно количество «песенок» можно увеличивать.

– Вот вторая песенка: «У-У-У!» Теперь «О-О-О!», «И-И-И!», «Э-Э-Э!»

Можно устроить соревнование между членами семьи: побеждает тот, кто пропоет дольше всех на одном выдохе.

– Давайте устроим соревнование: начнем петь все вместе, победит тот, у кого самая длинная песенка.

### *«Сдуй шарик»*

**Цель:** развитие правильного речевого дыхания – длительное произнесение на одном выдохе согласного звука Ф.

**Содержание игры:** Предложите малышу поиграть в такую игру: стоя на ковре, расставьте руки широко в стороны – получился шар, затем произносите длительно звук Ф, одновременно сводя руки перед собой – шарик сдувается. В конце обнимите себя за плечи – шарик сдулся.

– Давайте поиграем в шарики! Разведите руки в стороны – вот так! Вот какие большие шары получились. Вдруг в шарике образовалась маленькая дырочка, и он стал сдуваться...

Воздух выходит из шарика: Ф-Ф-Ф! Сдулся шарик!

Напомните ребенку, что следует вдохнуть побольше воздуха, пока шарик надут, а затем постепенно плавно выдыхать его, произнося звук Ф. Добирать воздух нельзя.

### *«Весёлая песенка»*

**Цель:** развитие правильного речевого дыхания – произнесение на одном выдохе нескольких одинаковых слогов – ЛЯ-ЛЯ.

**Оборудование:** кукла или матрешка.



**Содержание игры:** Предложите малышу спеть вместе с куклой весёлую песенку.

– Сегодня к нам в гости пришла кукла Катя. Кукла танцует и поет песенку: «ЛЯ-ЛЯ-ЛЯ! ЛЯ-ЛЯ-ЛЯ!» Давай споем вместе с Катей!

Во время пения следите, чтобы ребенок произносил подряд три слога на одном выдохе. Постепенно можно научиться петь на одном выдохе более длинные песенки – подряд 6–9 слогов. Следите за тем, чтобы ребенок не переутомился.

### *«Весёлое путешествие»*

**Цель:** развитие правильного речевого дыхания – произнесение на одном выдохе нескольких одинаковых слогов – БИ-БИ, ТУ-ТУ.

**Содержание игры:** Предложите малышу подвижную игру.

– Давай поиграем в машинки – машина едет и сигналиит «БИ-БИ!» А теперь превратимся в паровозики – «ТУ-ТУ!»

Покажите, как едет машинка, – походите по комнате, крутя воображаемый руль. Изображая паровозик, покрутите согнутыми в локтях руками в направлении вперед и назад.

Следите, чтобы ребенок произносил подряд два слога на одном выдохе. Постепенно можно научиться произносить на одном выдохе большее количество слогов: БИ-БИ-БИ! ТУ-ТУ-ТУ-ТУ!

### *«Надуй игрушку!»*

**Цель:** развитие сильного плавного выдоха; активизация губных мышц.

**Оборудование:** различные надувные игрушки небольшого размера; воздушные шары.

**Содержание игры:** положите перед ребенком хорошо промытые резиновые надувные игрушки и предложите их надуть. Ребенку следует, набирая воздух через нос, и медленно выдыхая его через рот в отверстие игрушки.

— Посмотри, наши игрушки совсем больные — худенькие, без животиков... Как же с ними играть? Давай надуем игрушки, чтобы они снова стали толстенькие, здоровые и веселые!

Можно устроить соревнование: тот, кто надует игрушку, может поиграть с ней. Это задание требует сформированного сильного выдоха. Кроме этого, необходимо научить малыша правильно держать игрушки, чтобы из них не выходил

Предлагайте эту игру только после того, как

сильный плавный выдох уже сформирован.

На последующих занятиях можно предложить надуть воздушные шары, что еще сложнее. Если у ребенка не получается, не настаивайте.

