

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение детский сад № 18 "Солнышко"**



**КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ
«ИГРАЕМ, ДЫХАНИЕ РАЗВИВАЕМ!»**

Подготовила: О.В. Самохвалова

г.Приморско-Ахтарск

К сожалению, в последнее время все чаще приходится сталкиваться с проблемой недоразвития речевого дыхания у дошкольников.

Уважаемые родители, помните, **развитие речевого дыхания зависит от правильного функционирования физиологического дыхания.**

Предлагаю вспомнить, чем физиологическое дыхание отличается от речевого дыхания.

- При **физиологическом дыхании** после вдоха сразу следует выдох, а потом пауза. Вдох и выдох совершаются только через нос.

- При **речевом дыхании** выдох в зависимости от содержания высказывания может быть то короче, то длиннее; вдох осуществляется одним импульсом, выдох - несколькими и постоянно меняется по своей силе. Достаточная продолжительность выдоха обеспечивает нормальную длительность звучания голоса. Чтобы сохранить его плавность, легкость и длительность, необходимо не только рационально расходовать воздух в процессе высказывания, но и добирать его своевременно.

Как показывает практика, дети не всегда перед началом фразы делают вдох и нередко начинают свою речь с остаточного выдоха, или начинают говорить на выдохе, часто почти перед каждым словом добирают воздух. В этом случае, происходит не только нарушение процесса речевого дыхания, но и физиологического. Появляются физиологические итерации, которые очень часто путают с заиканием. Поэтому очень важно научить детей правильному физиологическому дыханию посредством организации дыхательной гимнастики. **Цель упражнений дыхательной гимнастики** - научить детей быстро, бесшумно производить вдох и рационально, плавно расходовать воздух на выдохе, а так же увеличить жизненную емкость легких.

Работу по развитию физиологического и речевого дыхания необходимо вести поэтапно

1. На подготовительном этапе знакомим детей с **процессом дыхания** - вдохом – выдохом в упражнениях «Послушай свое дыхание», «Дышим легко, свободно, плавно», «Греемся на солнышке», «Котенок спит» и т.п.

2. Затем знакомим с **рабочими движениями дыхательных мышц**, посредством тактильных ощущений, в упражнениях: «Бочка», «Обними себя», «Обними друга», «Прикоснись к спине впереди стоящего», «Положи пальчики на крылья носа». Цель данных упражнений: познакомить детей с движениями дыхательных мышц.

При выполнении выше указанных упражнений педагог предлагает детям положить ладошки на область ребер и прислушаться к своему дыханию. Затем сделать глубокий вдох и медленный выдох, тактильно ощутив движение ребер в стороны и обратно.

3. Одним из важнейших этапов работы является **развитие физиологического вдоха**. Очень часто дети не понимают слова «вдох». Научить детей вдоху по просьбе родителя (педагога) сложно. Предлагаю вам игровые упражнения по формированию у детей глубокого вдоха: **«Понюхай цветок»**, **«Вдохни аромат яблочного сока»**, **«Что пахнет?»**, **«Чей запах?»** (Игровые упражнения проводятся с закрытыми глазами, с опорой на темы «Фрукты», «Овощи», «Продукты питания», «Цветы» и т.п.). Целью данных игр является обучение детей медленному глубокому вдоху. Предлагая вдохнуть аромат яблока, педагог учит ребенка медленному, спокойному, глубокому вдоху через нос. При этом грудная клетка расширяется, дыхание на секунду задерживается и воздух свободно выдыхается через ротовую полость.

4. После проведения такой поэтапной работы, целесообразно перейти к формированию силы (напора) воздушной струи в специальных игровых упражнениях:

«Подуй на листик» (бабочку, лебедя, рыбку, снежинку и т.п.).

Цель: Развитие целенаправленной воздушной струи.

Описание упражнения: У каждого ребенка на нитке подвешен лист (бабочка, лебедь, рыбка и другие предметы по изучаемым лексическим темам). Педагог предлагает сделать резкий глубокий вдох и сильный целенаправленный на листок выдох. Педагог следит, чтобы дети не надували щеки, не напрягались, дули на листики легко и спокойно.

«Лети, снежинка!»

Цель: Развитие целенаправленной воздушной струи.

Описание упражнения: У каждого ребенка на нитке подвешена снежинка (бабочка, лебедь, рыбка и другие предметы по изучаемым лексическим темам). Педагог предлагает сделать резкий глубокий вдох и сильный целенаправленный на снежинку выдох.

Педагог следит, чтобы дети не надували щеки, не напрягались, дули на листики легко и спокойно.

«Соревнование лыжников»

Цель: Развитие глубокого резкого вдоха и длительного целенаправленного выдоха.

Описание упражнения: Фигурки лыжников (вырезанные из тонкого картона) стоят на крае стола. Вызываются попарно дети. Каждый ребенок садится напротив лыжника. Педагог предупреждает, что продвигать лыжника можно лишь на одном выдохе, дуть несколько раз подряд нельзя. По сигналу «Старт!» дети дуют на фигурки. Остальные дети следят, чей лыжник дальше «уедет».

«Чей пароход гудит дольше?»

Цель: Формирование длительного физиологического выдоха.

Описание упражнения: Каждому ребенку дают трубочку. Педагог предлагает с силой подуть в трубочку, при этом нижняя губа должна слегка касаться ее края.

Это упражнение может вызвать головокружение, поэтому соблюдение дозировки обязательно.

5. На следующем этапе учим детей длительному плавному выдоху с пропеванием гласных звуков, полупопевок, то есть **развиваем речевое дыхание** в игровых упражнениях:

«Эхо», «Повтори за мной», «Радист», «Попугай», «Телеграф»

Цель: развитие речевого дыхания, плавности и длительности воздушной струи, просодических компонентов речи, силы и высоты голоса..

Описание упражнения: Педагог произносит любые гласные звуки громко на выдохе: а-а-а-а... Ребенок тихо отзывается : а-а-а-а... Можно игру усложнить, произнося сочетания гласных звуков: ау, уа, ио...и т.д. Следующим вариантом игры может быть произнесение отдельных слов на одном дыхании: «Ау, Оля! Ау, Петя!».

«Песенка гласных»

Цель: развитие речевого дыхания, плавности и длительности воздушной струи, просодических компонентов речи.

Описание упражнения: Педагог произносит слова, сопровождающиеся дыхательно-голосовыми упражнениями.

Педагог	дети
Открываем мы глаза , вдох – и тянем долго: аааааа...	Произнесение звука ровно, без изменения высоты голоса.
Утром солнышко взошло. Снизу вверх поем мы: ооооо.....	Произнесение звука с повышением интонации
Днем по горкам ездим мы: ыыыыыы....	Произнесение звука с повышением и понижением интонации.
Ночью смотрим на звезду. Сверху вниз слетает: уууууу....	Произнесение звука с понижением интонации. Произнесение звука ровно, без изменения высоты голоса.
Завывают бури: Ииииии.... Да, учиться любим мы!	

«Переключка животных»

Цель: формирование длительного речевого выдоха.

Описание упражнения: Взрослый предлагает детям протяжно произнести звукоподражания: м-я-яу, г-а-ав, мууу, игоо-гоо..

«Дровосек»

Цель: формирование длительного речевого выдоха.

Описание упражнения: Дети стоят. Ноги на ширине плеч, руки опущены и пальцы рук сцеплены «замком». Быстро поднять руки - вдох, наклониться вперед, медленно опуская «тяжелый топор», произнести - ух! - на длительном выдохе.

6. Следующим этапом развития речевого дыхания является формирование у детей **фиксированного и форсированного выдоха** на материале согласных звуков.

Игровое упражнение: **«Насос»**

Цель: формирование фиксированного речевого выдоха.

Описание упражнения: Взрослый произносит слова:

Наш насос, наш насос надувает колесо:

Ссссс! Сссссс! Ссссс! Сссссс!

Как надуем, так поедем

С мамой на велосипеде.

В игровых упражнениях «Комар», «Змея», «Шар», «Ветер» дети произносят согласные звуки, имитирующие звуки комара [ззззз], змеи [шшшш], спускающего шара [ссссс], ветра [вввв].

«Загудел паровоз»

Цель: формирование длительного выдоха, форсированного и фиксированного речевого выдоха.

Описание упражнения: дети идут по кругу, изображая руками движение колес паровоза. Взрослый произносит слова:

Загудел паровоз и вагончики повез:

Чу-чу-чу-чу! (*произносят дети*) Далеко я укачу!

Тууу-тууууууут! (*произносят дети на одном дыхании*)

Взрослый предлагает детям выполнить дыхательно-голосовые упражнения с изменением силы и высоты голоса.

«Ворона»

Цель: формирование форсированного речевого выдоха.

Описание упражнения: Дети стоят, руки опущены вдоль туловища. Быстро поднять руки через стороны вверх - вдох, медленно опустить руки - выдох. Произнести «карррр!».

«Федя фыркает»

Цель: формирование фиксированного и форсированного выдоха, вызывание дрожания кончика языка..

Описание упражнения: Взрослый произносит слова:

Федя фыркает повсюду:

- Фррррр, не надо, фрррр, не буду.

Во дворе к тому привыкли,

Даже просят: «Федя, фыркни!» *Дети фыркают*

«Пузырь»

Цель: формирование фиксированного речевого выдоха.

Описание упражнения: Дети стоят, наклонив головы вниз, взявшись за руки. Затем, медленно поднимая головы и руки, приговаривают: «Раздувайся, пузырь, раздувайся большой, оставайся такой, да не лопайся». По сигналу: «Пузырь лопнул!» Дети медленно опускают головы и руки, длительно произнося звук [ссссс] или [шшшш], подражая выходящему воздуху.

Следить, чтобы при произнесении звука дети не надували щеки.

7. Последний этап – проговаривание предложений, чистоговорок на одном дыхании:

«На пригорке»

Цель: формирование длительного речевого выдоха, просодических компонентов речи.

Описание упражнения: Взрослый предлагает детям глубоко вдохнуть и на выдохе сказать: «На пригорке, возле елки, жили тридцать три Егорки».

Глубоко вдохнуть и на выдохе сказать: «Раз Егорка, два Егорка, три Егорка.....».

Методические рекомендации по организации упражнений по развитию физиологического и речевого дыхания:

- Упражнения на дыхание необходимо выполнять ежедневно, включая их в физкультурно-оздоровительную гимнастику, занятия, динамические паузы, физминутки, в свободную игровую деятельность детей.
- Необходимо строго соблюдать темп, ритм и дозировку дыхательных упражнений, не перегружать детский организм. При выполнении упражнений постоянно фиксировать внимание детей на длительности выдоха, на равномерности и плавности произнесения звуков, подключая для этого слуховой контроль.
- Дыхательные упражнения лучше проводить в игровой форме, чтобы дети выполняли их с удовольствием.

Литература:

1. Диагностика нарушений речи у детей и организация логопедической работы в условиях дошкольного образовательного учреждения. Сборник методических рекомендаций. «Санкт – Петербург». 2014 г.
2. В помощь логопедам и родителям. Сборник домашних заданий для преодоления недоразвития фонематической стороны речи у старших дошкольников. Агронович З.Е. Санкт – Петербург «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2014 г.
3. Дидактический материал для коррекции нарушений звукопроизношения. Гласные и свистящие. Методическое пособие. СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2000
4. Логопедическая гимнастика. Т.В.Буденная. Санкт-Петербург «Детство-Пресс», 2001 г.
5. 74. Специальная дошкольная педагогика. Под ред. Е.А.Стребелевой. М.2001.
6. Устранение общего недоразвития речи у детей дошкольного возраста». Т.Б.Филичева, Г.В. Чиркина. М.: Айрис-Пресс, 2004 г.