Консультация для родителей

учителя-логопеда Тарасовой Людмилы Юрьевны на тему:

«Речевое дыхание»

Важнейшие условия правильной речи- это плавный длительный выдох, четкая и ненапряженная артикуляция.

Родители должны знать, что обычное жизненное дыхание существенно отличается от речевого. Жизненное дыхание непроизвольно. Вдох и выдох осуществляется через нос. После выдоха возникает небольшая пауза перед небольшим вдохом. Продолжительность вдоха и выдоха одинакова.

Речевое дыхание во многом управляемый процесс. Количество выдыхаемого воздуха и сила выдоха зависят от цели и условия общения. Если говорящий обращается к человеку, стоящему далеко от него, то он, «посылая звук», удлиняет выдох и тем самым усиливает работу голосовых связок.

Установлено, что наиболее правильным, удобным для речи диафрагмально-реберное дыхание, когда вдох и выдох совершаются при участии диафрагмы и подвижных ребер. Активна нижняя, самая емкая часть легких. Верхние отделы грудной клетки, а также плечи практически остаются неподвижными. При речи вдох делается и носом, и ртом. В самом начале высказывания говорящий еще может вздохнуть носом. При длительном высказывании он делает доборы воздуха только через рот, так как быстро, полно и бесшумно вдохнуть через узкие носовые ходы невозможно. Поэтому при постановке речевого дыхания целесообразно приучать детей всегда делать вдох ртом, через немного приоткрытые губы (легкая улыбка). При этом язык спокойно лежит на дне рта, открывая доступ воздушной струе. Легкая улыбка позволяет снять мышечное напряжение и является естественным началом свободной речи.

Правильное дыхание, четкая ненапряженная артикуляция являются основой и для звучного голоса.

Поскольку дыхание, голосообразование и артикуляция - это единые взаимообусловленные процессы, тренировка речевого дыхания, улучшение голоса и уточнение артикуляции проводятся одновременно. Задания усложняются постепенно: сначала тренировка длительного речевого выдоха проводится на отдельных звуках, потом - словах, затем - на короткой фразе, при чтении стихов и т.д.

Игровые приёмы при поставке дыхания.

1. **«Задуй упрямую свечу».** Дети держат в правой руке цветные полоски бумаги в форме свечи. Левая ладонь лежит на животе для контроля правильного речевого дыхания. Спокойно, неслышно вдохнуть ртом. Почувствовать, как при этом надулся живот. Затем сразу же начинать медленно, постепенно выдыхать «гасить свечу», произнося *ф*.
2. **«Мишка учит буквы».** У взрослого набор букв, обозначающих гласные звуки, на правой руке кукла-бибабо (Мишка). Дети свободно сидят на стульчиках. Взрослый показывает буквы, объясняя артикуляцию каждого звука. Мишка произносит каждый звук то низким («толстым») голосом, как Медведь, то высоким тонким, детским, как маленький Мишутка. Дети по одному произносят звуки, как Медведь или как Мишутка. В этой игре можно распределять и менять роли, чтобы произношение отдельного звука было интонационно окрашено. Например, Медведь не сразу понял, как правильно произнести звук и переспрашивает: А? А зачем усвоил: А!

   Аналогично обыгрывается произношение на выходе двух гласных одновременно. Предъявляются сразу две буквы: а – э, а – у и т.д. Появляется новое требование: слитность произношения.
3. **«Игра – загадка».** Взрослый беззвучно артикулирует один- два гласных звука, дети должны озвучивать их. Взрослый одобряет тех, кто угадал верно, произнес звук на длительном выдохе. Аналогичные загадки предлагают по очереди и сами ребята. Эту игру можно назвать и по-другому: «Немое кино» или «Пропавший звук» и т.п.
4. **«Шину прокололи».** Сделать легкий вдох (ощутить ладонью, как «надули воздухом шину») и, выдыхая, показать, как медленно выходит воздух через прокол в шине (со звуком *ш*).
5. **«Перекличка животных».** Взрослый распределяет между детьми роли различных животных и птиц. Дети должны, услышав от ведущего название своего животного, на медленном выдохе произнести соответствующее звукоподражание. Игра оживляется, если ведущий старается запугать играющих: называет животное, а смотрит на ребенка, исполняющего совсем другую роль. В упражнениях с 6-го по 11-е вдох ладонью не контролируется. Внимание направлено на длительность и четкость звучания согласных и гласных звуков.
6. **«Трубач».** Дети подносят к лицу сжатые кулачки, располагая их друг перед другом. На выходе медленно дуют в «трубу»: *пф*. Взрослый хвалит тех, кто дольше всех сумел дуть в «трубу».
7. **«Жук».** Дети сидят. Руки опущены вдоль туловища. Взрослый предлагает им поднять руки в стороны и немного отвести их назад, сделать вдох.

Выдыхая, показать, как долго жужжит большой жук – *ж*, одновременно опуская руки вниз.

8. **«Комарик».** Дети сидят, ногами обхватив ножки стульчика. Руки на поясе. Нужно вдохнуть, медленно повернут туловище в сторону, на выдохе показать, как звенит неуловимый комарик – *з*.; быстро вернуться в исходное положение; новый вдох - и поворот в другую сторону.
9. **«Топор».** 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.
10. **«Ворона».** Дети сидят. Руки опущены вдоль туловища. Быстро поднять руки через стороны вверх - вдох, медленно опустить руки – выдох. Произнести: кар!
11. **«Гуси».** Дети сидят. Кисти согнутых рук прижаты к плечам. Сделать быстрый вдох, затем медленно наклонить туловище вниз, отвести локти назад, на длительном выдохе произнести: га. Голову держать прямо. Возвратиться в исходное положение вдох. На выходе произнести *го, гы*.

Таким образом, дошкольникам с речевой патологией предложенные игры помогут сформировать плавный длительный выдох, а это важнейшее условие правильной речи.

Спасибо за внимание!

Список используемой литературы:

1. Белякова Л.И., Гончарова Н.Н., Шишкова Т.Г. Методика развития речевого дыхания у дошкольников с нарушениями речи. – М.: Книголюб, 2004.
2. Выготская И.Г. и др. Устранение заикания у дошкольников в игровых ситуациях. – М.:Просвещение,1993.