МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

ДЕТСКИЙ САД №27 «МИККИ-МАУС»

**КОНСУЛЬТАЦИЯ**

**ДЛЯ ПЕДАГОГОВ МБДОУ**

**«*Зачем играть с дошкольниками* в *дидактические игры и упражнения для развития речевого дыхания* »**





Подготовила учитель-логопед: О.Я.Бондарева

Речевое дыхание – это возможность человека выполнять короткий глубокий вход и рационально распределять воздух при выдохе с одновременным произнесением различных звукосочетаний. Только правильное речевое дыхание позволяет человеку затрачивать меньше мышечной энергии, но вместе с этим добиваться максимального звука и плавности.

 Дышать надо через нос. Казалось бы, нет правила проще этого. Но, при обследовании  детей, выявляется, что более чем у половины нарушено носовое дыхание (аденоиды, хронический ринит, гипертрофия небных миндалин 2,3 степеней). Как показывает наблюдение, маленькие дети в процессе говорения зачастую начинают говорить на входе или на остаточном выходе. Встречаются случаи, когда дети набирают воздух перед произнесением каждого слова. Несомненно, это отрицательно влияет на овладение **правильным** произношением и построением плавного и слитного **речевого высказывания**.

Наша речь представляет собой поток звуков, которые образуются при участии органов речевого аппарата и дыхания. Дыхание - один из компонентов речевой деятельности. Источником образования звуков речи является воздушная струя, выходящая из легких через гортань, глотку, полость рта или носа наружу.

От того, правильно дышит ребенок или нет, зависит его физическое и интеллектуальное развитие.

*Правильное речевое дыхание обеспечивает нормальное звукообразование, создает условия для поддержания нормальной громкости речи, четкого соблюдения пауз, интонационной выразительности.*

От речевого дыхания также зависит и плавность звучания речи. При этом оно часто зависит не от количества воздуха, взятого в момент вдоха, а от умения рационально расходовать его в процессе говорения. Чтобы сохранить его плавность, легкость и длительность, необходимо не только рационально расходовать воздух в процессе высказывания, но и своевременно добирать его.

Правильное дыхание – залог успеха в освоении труднопроизносимых звуков.

Вопросы воспитания и формирования правильного речевого дыхания актуальны, и важны уже в дошкольном возрасте.

Задача педагогов, работающих с дошкольниками, состоит в том, чтобы научить детей правильно пользоваться речевым дыханием. Для этого нужно уже на ранних этапах речевого развития проводить подготовительную работу, суть которой заключается в том, чтобы научить малышей производить короткий, без напряжения мышц лица и шеи вдох и плавно бесшумно выдыхать через рот, вырабатывая достаточной силы воздух.

Речевое дыхание дошкольников резко отличается от речевого дыхания взрослых: оно характеризуется слабостью дыхательной мускулатуры, малым объемом легких. Многие дети пользуются верхне-грудным дыханием, часто совершают вдох с резким поднятием плеч. Некоторые дети не умеют рационально расходовать воздух в процессе речевого высказывания, нередко добирают воздух почти перед каждым словом.

******

***Особенности речевого дыхания у дошкольников***

У детей дошкольного возраста, особенно у детей с нарушением речи, есть определенные особенности речевого дыхания, которые отличаются от дыхания взрослых:

- Недостаточно развитый дыхательный аппарат. Часто речь детей звучит неразборчиво и тихо. Нехватка воздуха приводит к тому, что ребенок не может договорить начатую им фразу. Другой момент – он пытается успеть произнести всю фразу целиком на вдохе, в результате чего он говорит слишком быстро, при этом не делая пауз.

- Выдыхаемый воздух распределяется нерационально. В таком случае запас воздуха кончается уже на первом слоге, т.е. конец слова либо произносится значительно тише, либо вовсе «проглатывается».

- Проблемы с распределением дыхания по словам. Чтобы восполнить запас воздуха, ребенку приходится брать паузу во время произношения фразы, в результате чего он может забыть, о чем он хотел сказать.

- Искажение звуков речи из-за неправильно выдыхаемой воздушной струи.

В норме, у детей, не имеющих отклонений в развитии, дыхательная функция формируется спонтанно, а одновременно с развитием речи вырабатывается относительно правильное речевое дыхание.

Если же ребенок плохо говорит, то начинать работу по развитию речи следует, прежде всего, с развития дыхания. Основная особенность развития речевого дыхания у детей – упор на выдох (он должен быть намного длиннее, чем вдох). Сначала делают короткий вдох, за ним следует небольшая пауза, затем долгий выдох, наполненный звуками или словами. Все эти навыки у детей можно и нужно развивать и совершенствовать.

**Важнейшие условия правильной речи** – это плавный длительный выдох, чёткая и ненапряженная артикуляция. Правильное речевое дыхание, четкая артикуляция являются основой для звучного голоса.

Итак, приступая к развитию у ребенка речевого дыхания, необходимо прежде всего сформировать сильный плавный ротовой выдох. При этом надо научить ребенка контролировать время выдоха, расходовать воздух экономно. Дополнительно у ребенка развивается способность направлять воздушную струю в нужном направлении. Во время проведения игр необходим постоянный контроль за правильностью дыхания

**Организация правильного выдох**а

Чтобы речевое дыхание было правильным, важно продемонстрировать малышу технику его выполнения

параметры правильного ротового выдоха:

— выдоху предшествует сильный вдох через нос

— «набираем полную грудь воздуха»;

— выдох происходит плавно, а не толчками;

— во время выдоха губы складываются трубочкой, не следует сжимать губы, надувать щеки;

— во время выдоха воздух выходит через рот, нельзя допускать выхода воздуха 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

У большинства малышей с первого раза проделать это все правильно не получается. Но правильному речевому и физиологическому дыханию детей вполне можно обучить. Чтобы помочь им освоить дыхание во время говорения, понадобятся специальные тренировки, специальное обучение. Но не стоит бояться этой фразы. Мы все знаем, что основная деятельность маленьких детей -ИГРА!!

Поэтому тренировки или обучение ПРАВИЛЬНОМУ ДЫХАНИЮ, заключаются в проведении с ребенком разнообразных веселых игр, дидактических упражнений, которые принесут ему массу положительных эмоций, попутно развивая силу выдоха.

При проведении игр на развитие дыхания важно помнить, что такие упражнения быстро утомляют ребенка. Иногда даже могут вызвать головокружение. Поэтому игры должны ограничиваться по времени с перерывами на отдых.

Так, например:  
дети 2-3 лет играют 2-3 минуты (в норме количество слов на одном выдохе составляет — 2-3).  
дети 3-4 лет могут заниматься по 3-4 минуты за один раз (количество слов от 3 до 5).

дети 4-6лет — длительность игры составляет – 4-6 минут (количество слов 4-6).  
дети 6-7 лет – могут играть по 5-7 минут (норма слов на одном выдохе 5-7).

Во время проведения игр и упражнений необходимо соблюдать некоторые **правила**:

Правила соблюдения дидактических игр и упражнений:

* Дуем всегда плавно, не надувая щеки и не поднимая плечи, слегка вытянув губы вперед, либо дуем на широко распластанный передний край языка, лежащий на нижней губе.
* Вдыхать нужно «мягко» и коротко, но при этом достаточно глубоко; выдыхать — длительно и плавно.
* По длительности упражнения короткие — не более 30 секунд непрерывной работы.
* Нельзя играть сразу после принятия пищи.
* Любые дыхательные упражнения проводить в хорошо проветренном помещении.

**Общие рекомендации проведения дидактических игр по развитию речевого дыхания**

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

**Для формирования речевого дыхания в традиционной речевой практике используется несколько этапов**

**I этап -** Постановка диафрагмально – реберного типа дыхания

**II этап-** Дифференциа ция ротового и носового выдохов.

**III этап** - Формирование речевого дыхания

Я покажу и напомню вам некоторые игры на определенные этапы, не привязываясь к структуре по этапам.

*Игры и упражнения для развития речевого дыхания у детей*

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

Эта цель достигается при помощи разнообразных игр. Вот некоторые из них:

«*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».* Выложить дорожку из осенних листьев, чередуя в указанной последовательности, затем подуть на эту дорожку: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.

«*Лети, перышко!».* Ребенок подбрасывает перышко вверх и дует снизу, не давай ему опускаться вниз.

«*Снежинки или дождик»* Дайте малышу маленький кусочек распушенной ватки. Объясните: «Это снежинка. Она летает, если подует ветерок». Сдуйте ватку с ладони и предложите ребенку подуть на «снежинку»Цель: обучение длительному продуктивному выдоху через рот.

Из других подручных средств можно воспользоваться мыльными пузырями и воздушными шариками, различными вертушками, теннисными шариками и трубочками. 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 дуя снизу, чтобы они не опускались. Можно устроить своеобразное соревнование – вы дуете на шарик в сторону ребенку, и он делает то же самое

*Вертушки*

Цель: обучение звукопроизношению на выдохе.

*Воздушный футбол*

Цель – забить шарик в ворота противника.

*Мыльные пузыри*

Цель: активизация работы губных мышц, обучение длительному выдоху

*На втором этапе работы по развитию дыхания можно использовать игры на материале гласных и согласных звуков*

Игры на развитие речевого дыхания (звуки, слога, слова, фразы)

*1.- Протяжно поём гласных звуки*;

Например: Делаем спокойный, глубокий вдох носом, на выдохе поём гласные звуки. Поём протяжно на выдохе:

- два звука – «АУ»;

- три – «АУО»;

- четыре – «АУОЫ»;

- пять – «АУОЫЭ»

*2.-Пропевание гласных звуков с движениями.* \

Все гласные пропеваем на выдохе.

«Распускающейся цветок» *звук А*

Ребёнок стоит с опущенными руками. Через стороны поднимает руки вверх, делая вдох. Опускает руки через стороны вниз, поёт: «А-а-а» на выдохе.

«Порубим дрова» звук У

Ребёнок стоит с опущенными руками. Ноги ставит на ширину плеч. Поднимает прямые руки вверх, делая вдох. Затем наклоняется со звуком: «У-у-у».

«Облачко, лети» звук О

Ребёнок стоит с опущенными руками. Разводит руки в стороны, делая вдох. Затем медленно подносим ко рту, подушечки пальцев «встречаются», кисти образуют букву О, и пропевает на выдохе: «О-о-о».

*3.-Произносим на одном выдохе некоторые согласные звуки*;

На этом этапе работы над дыханием в упражнения вводят слоги, слова, фразы, четверостишия и т. д.

«Шарик»

Ставим ноги на ширину плеч. Необходимо произносить звук Ф и одновременно сводить руки перед собой – шар сдувается. Повторить несколько раз.

«Весёлая змейка»

Делаем глубокий вдох и на выдохе шипим, как змейка: «Ш-ш-ш». Произносить звук нудно на одном выдохе. Добирать воздух во время произнесения нельзя.

«Покачаем насос»

Делаем глубокий вдох носом и на выдохе имитируем работу насоса. Произносим: «С-с-с».

Целью этого этапа является распределение экономного выдоха на протяжении всего высказывания и сохранение темпо-ритмической и звуко-слоговой структуры высказывания.

Комплекс упражнений на развитие речевого, физиологического дыхания полезно проводить с детьми не только с ОНР, ФФНР, ЗРР, но и с дошкольниками, не имеющими речевых проблем. Если ребенок приобрел необходимые навыки в ходе занятий, то не стоит забывать их повторять в качестве разминки или для отдыха голосовых связок.

Дидактические игры и упражнения для развития дыхания можно использовать в ходе всех режимных моментов: в проведении утренней гимнастики, организации непосредственной образовательной деятельности, на прогулке, в проведении физкультминуток, пальчиковой гимнастики, в различных формах активного отдыха, в элементах точечного массажа, в гимнастике пробуждения. Все упражнения могут выполняться в исходном положении лежа, сидя, стоя, а также в сочетании с движениями и речью.

ВЫВОД: Используя на любом занятии с детьми игры и упражнения на развитие речевого дыхания, можно обеспечить предупреждение нервного перенапряжения, восстановить правильное речевое дыхание, создать положительный эмоциональный настрой на освоение программного материала, а также преодолеть речевые расстройства ребёнка.