

**Филиал №3 «Веселые ребята» МБДОУ детский сад №71 г.
Пензы «Северное сияние»**

Консультация для родителей на тему:

«Правильно дышим и говорим»

**Воспитатель
М. А. Сметанина**

Ноябрь, 2024 г.

Правильное речевое дыхание является основой звучащей речи. Оно обеспечивает нормальное голосо- и звукообразование, сохраняет плавность и музыкальность речи. При правильном речевом дыхании малыш сможет верно произносить звуки, говорить громко, четко, выразительно, плавно и соблюдать необходимые паузы. Самое первое, чему ребенку важно научиться – это делать сильный плавный выдох ртом. Малышу надо научиться контролировать время выдоха, расходовать воздух экономно и еще и направлять воздушную струю в нужном направлении. Всем известно, какую важную роль в жизни каждого человека играет дыхательный аппарат.

Появление малыша начинается с первого вздоха и, следующего за этим вдохом, крика. Однако нельзя быть уверенным в том, что если ребенок задышал, то у него все отлично будет с речью. Правильное физиологическое дыхание не предполагает, правильное речевое дыхание. Это связано с тем, что дыхательный аппарат выполняет не только основную физиологическую функцию – осуществление газообмена, но и участвует в образовании звука и голоса. Именно благодаря правильному речевому дыханию мы изменяем громкость речи, делаем ее плавной и выразительной. 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.

Есть повод для беспокойства, если Ваш малыш:

1. Ребенок дышит ртом;
2. У ребенка поверхностное дыхание;
3. Ребенок не может произнести фразу из 3-4 слов на одном выдохе и добывает воздух;
4. У ребенка воздушная струя недостаточной интенсивности.

Указанные симптомы могут говорить о недостаточности дыхательной системы, участвующей в речевом акте, и необходимости ее тренировать.

Что делать? Скорая родительская помощь

Правильное дыхание очень важно для речи, так как дыхательная система - это энергетическая база для речевой системы. Дыхание влияет на звукопроизношение, артикуляцию и развитие голоса. Дыхательные упражнения помогают выработать диафрагмальное дыхание, а также продолжительность, силу и правильное распределение выдоха. При развитии диафрагмального речевого дыхания используются различные предметы.

Конфетти. Это мелкие разноцветные кружочки, содержащиеся в хлопушках или сделанные с помощью обыкновенного дырокола из цветной бумаги. Ребенку предлагается подуть на белые конфетти и тем самым превратить обычную комнату в заснеженный лес.

Пластмассовые или бумажные кораблики, емкость, наполненная водой. Перед ребенком стоит задача дуть на кораблики, находящиеся в тазу (или другие плавучие легкие предметы - очень хорошо для этой цели

использовать пласт-массовые яйца от «киндер-сюрпризов»). Можно устроить соревнование: чей кораблик дальше уплывет.

Бумажные бабочки, птички, самолетики подвешивают на нитках, на леске, располагают на различных поверхностях (стол, подоконник). Они нужны в логопедической практике для отработки длительного плавного выдоха.

Шарики для пинг-понга, шарики марблс, карандаши, ватные шарики. Все это можно использовать для перемещения по столу с помощью выдыхаемой струи воздуха. Если соорудить ворота из конструктора и попытаться загнать эти предметы в ворота - получится импровизированный футбол. Можно ввести и соревновательный момент: «Кто быстрее загонит шарик (карандаш) в ворота».

Прозрачные пластмассовые стаканчики, наполненные водой, трубочки для коктейлей. Это атрибуты занимательной игры «Бульбульки». Нужно взять два пластмассовых прозрачных стаканчика. В один налить много воды, почти до краев, а в другой - чуть-чуть. В стаканчик, где много воды нужно, дуть через трубочку слабо, а в стаканчик, где мало воды - дуть сильно. Задача ребенка так играть в «бульбульки», чтобы не пролить воду. Нужно обязательно обратить внимание ребенка на слова: слабо, сильно, много, мало. Эту игру можно также использовать для закрепления знания цветов. Для этого возьми-те разноцветные стаканчики и трубочки и предложите ребенку подуть в зеленый стаканчик через зеленую трубочку и т. д.

«Мыльные пузырьки». Можно купить эту игрушку, а можно сделать ее своими руками. Понадобятся мыльная стружка, маленькая емкость для мыльного раствора и соломинка. Ребенку предлагается поиграть с мыльными пузырями. Он может сам выдувать пузыри, если же у него не получается дуть или он не хочет заниматься, то выдувать пузыри может взрослый, направляя их в ребенка. Это стимулирует ребенка в ответ дуть на пузыри, чтобы они не попали в него.

Стеклянные флаконы различного размера. Если ребенок будет поочередно дуть в такие пузырьки, высунув узкий кончик языка и слегка касаясь им горлышка флакона, то каждый пузырек будет свистеть по-своему. Можно попытаться «выдуть» какой-либо знакомый ребенку и несложный мотив.

Губная гармошка - уникальный инструмент для развития дыхания. Полезно предложить ребенку, став музыкантом, поиграть на губной гармошке. При этом задача не в том, чтобы научить его играть какую-либо мелодию, важно, чтобы ребенок вдыхал воздух через губную гармошку и выдыхал в нее же.

Бумажные цветы, ароматические саше (мешочки с запахами). Используются для формирования носового вдоха. Пусть ребенок представит себе, что оказался в цветочном магазине, и попытается глубоко медленно вдохнуть через нос, нюхая бумажные цветы, чтобы выбрать самый ароматный цветочек для бабушки или мамы. Можно использовать для этой игры различные ароматические саше, однако они не должны иметь резких

запахов, не должны быть пыльными и нельзя подносить их слишком близко к носу. Перед использованием ароматов нужно удостовериться, что запахи не вызывают аллергии у ребенка.

Свечи. Для этого дыхательного упражнения годятся как большие разноцветные свечи из воска или парафина, так и маленькие сувенирные. Ребенок выполняет короткий бесшумный вдох без надувания щек и медленный выдох, задувая по очереди зажженные свечи. Можно устанавливать определенный порядок: «Задувай красную свечу, а потом - зеленую». Чтобы стимулировать активность ребенка, используют декоративные свечи в виде фигурок животных, предметов (свеча-яблоко, свеча-яйцо и др.). Другой разновидностью дыхательных упражнений со свечой является резкий быстрый выдох при коротком бесшумном вдохе. Для этого упражнения целесообразно купить специальные свечи «с сюрпризом». Чем интенсивнее на них дуешь, тем сложнее погасить. Упражнение с задуванием свечей легко перевести в игру «День рождения»: если укрепить свечи на макете праздничного торта, то ребенок может почувствовать себя в роли именинника.

Султанчики. Султанчики - сложенные в пучок, перевязанные прочной нитью и закрепленные на палочке (карандаше) полоски мелко нарезанной фольги, целлофана, цветной бумаги, ленты - обычно изготавливаются самими родителями детей. Если подуть на султанчик, полоски начинают струиться, трепетать, что дает ребенку наглядное представление о силе выдыхаемой воздушной струи.

Воздушные шары, надувные игрушки (мячи, фигуры животных). Традиционно используются для развития интенсивности выдоха (надувание воздушных шариков, надувных игрушек). Кроме того, известно множество игр с надутыми шарами, например: «Чей шар выше взлетит?», «Чей шар дольше не упадет?» (дети подбрасывают шары вверх и дуют, удерживая их струей воздуха).

Вертушки. Особый интерес у ребенка вызовет приспособление, сделанное собственными руками. Так для дыхательных упражнений старшие дошкольники могут смастерить вертушки из бумаги или легкой клеенки, а потом использовать их в дыхательной гимнастике.

Механические игрушки, воздушные мельницы. При работе над дыханием у детей с речевой патологией не обойтись без пластмассовых и деревянных игрушек-тренажеров, выпускаемых игрушечными фабриками. Принцип действия у них приблизительно одинаковый: ребенок дует в специальную трубочку, воздушная струя, проходя по системе воздухопроводов, удерживает какой-либо предмет (шарик, мячик) в подвешенном положении. Можно подробнее остановиться на описании игрушки, которая называется «Летающий шарик» Задача: дыханием: удержать легкий пенопластовый шарик в пределах металлического кольца. Дуть в трубочку следует не слишком сильно, иначе шарик тут же далеко улетит, и не слишком слабо, чтобы шарик не свалился на пол. Длина деревянной трубки 12 см. Дыхательные (воздушные) мельницы имеют несколько лопастей (крыльев),

которые крутятся под воздействием летающей воздушной струи, направленной выдыхаемой ребенком.

Чудесные картинки. Это серия пособий, при работе с которыми расчет делается на детское любопытство. Картинки двухслойные. Снизу — изображение предмета или какой-либо сюжет, сверху - прикрепленный к краю картинки лист, нарезанный тонкими полосками. Если на такую картинку подуть, то верхний лист приподнимется и ребенок увидит, какое изображение под ним спряталось. Разрезать верхний лист можно не только мелкими полосками (бахромой). Причем задание для ребенка можно усложнить, или, наоборот, облегчить. Все будет зависеть от плотности верхнего листа, например, если это лист писчей бумаги, то, чтобы открылась картинка, требуется более интенсивная выдыхаемая воздушная струя; чем для листа папиросной бумаги.

Удачи, успехов, удовольствия в совместных занятиях с ребёнком!