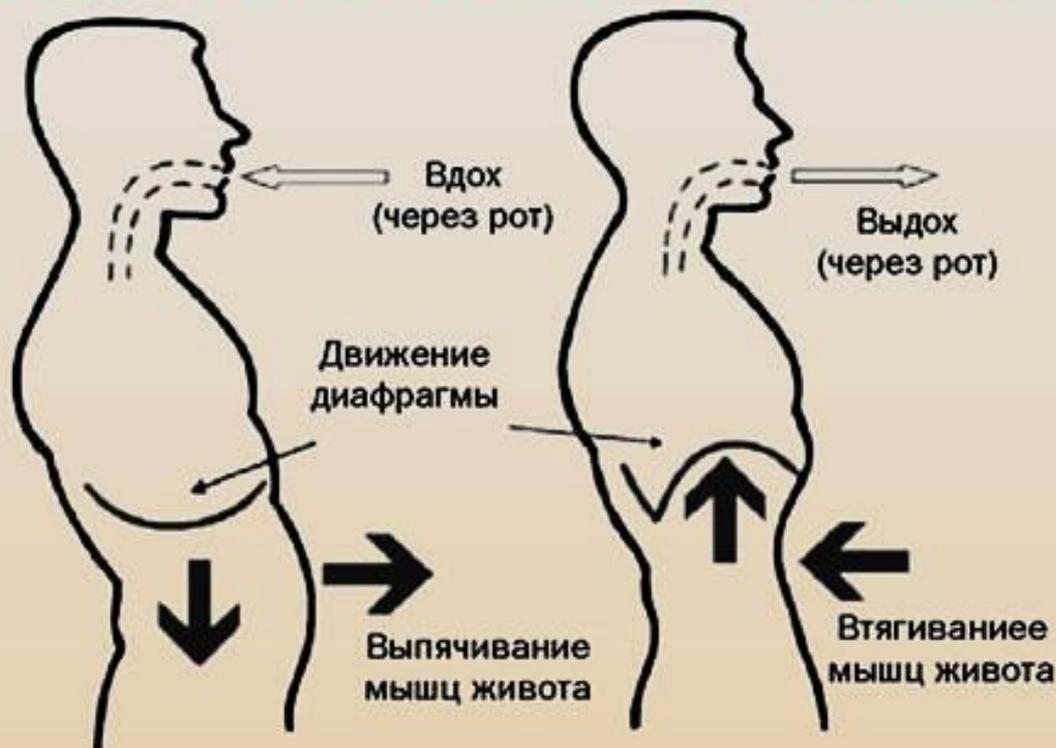


# Роль дыхания в развитии речи дошкольника.

Подготовила  
учитель-логопед  
Снитко Татьяна Николаевна  
МАДОУ «Д\с №23»

Различают три типа дыхания: верхнерёберное, грудное и грудобрюшное (оно же диафрагмально-реберное, диафрагмальное). У детей по мере их физического развития постепенно формируется наиболее оптимальный тип дыхания – диафрагмальный.

## ДИАФРАГМАЛЬНОЕ ДЫХАНИЕ



Речевое дыхание – это возможность человека выполнять короткий глубокий вдох и рационально распределять воздух при выдохе с одновременным произнесением различных звуко сочетаний. Только правильное речевое дыхание обеспечивает хорошее звукообразование, создаёт условия для достаточной громкости речи, чёткого соблюдения пауз, сохранения плавности речи и интонационной выразительности.

Для каждого возраста имеются свои показатели произнесения определенного количества слов на выдохе.

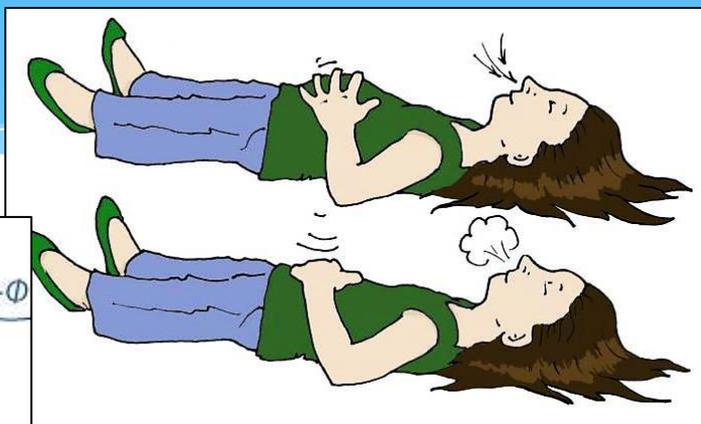
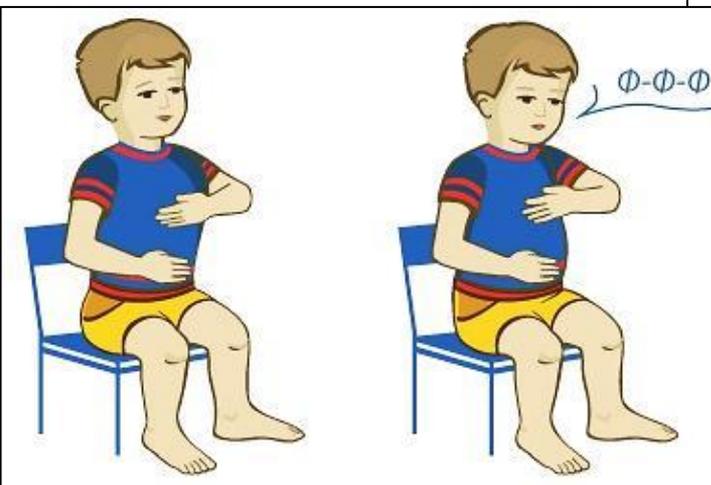
Возраст ребёнка	Количество слогов на выдохе в норме
2-3 года	2-3 слова
3-4 года	3-5 слов
4-6 лет	4-6 слов
6-7 лет	5-7 слов

Работа по формированию правильного речевого дыхания проводится проекта в определённой последовательности:

1 этап: формирование диафрагмального дыхания (упражнение «Удержи игрушку»). Дети, лёжа на ковре, глубоко вдыхают — при этом животик надувается, затем выдыхают — животик втягивается).

2 этап: обучение детей умению дифференцировать вдох и выдох через нос и рот (по схеме), сидя, стоя рука на животике.

3 этап: формируем целенаправленную воздушную струю, вырабатываем сильный плавный удлиненный выдох.



ВДОХ		ВЫДОХ	

## Отрабатывая правильное речевое дыхание придерживайтесь следующих рекомендаций:

- проводить дыхательные упражнения в хорошо проветренном помещении;
- дыхательную гимнастику проводить до еды;
- заниматься в свободной, не стесняющей движения одежде;
- вдох осуществляется через нос, выдох осуществляется ртом;
- выдох должен быть длительным и плавным;
- предметы, предлагаемые ребёнку для поддувания, должны находиться на уровне рта ребёнка;
- необходимо следить, чтобы не надувались щеки (на начальном этапе можно прижимать их ладонями);
- при выдохе рот приоткрыт, а губы округлены;
- в процессе речевого дыхания не напрягать мышцы в области шеи, рук, груди, живота;
- не поднимать плечи;
- осанка должна быть правильной (спину держать прямо, не сутулиться);
- дыхательные упражнения можно выполнять как в положении сидя, так и стоя;
- достаточно 3-5 повторений;
- дозировать количество и темп проведения упражнений, после выдоха перед новым вдохом сделать паузу на 2–3 секунды.

Спасибо за внимание!

## **Конспект выступления по теме: «Роль дыхания в развитии речи дошкольника».**

Дыхание - одна из функций жизнеобеспечения человека. Процесс физиологического дыхания в норме осуществляется ритмично, глубина дыхания соответствует потребностям организма в кислороде.

### **Слайд 2.**

Различают три типа дыхания: верхнерёберный, грудной и грудобрюшной (оно же диафрагмально-реберное, диафрагмальное). У детей по мере их физического развития постепенно формируется наиболее оптимальный тип дыхания – грудобрюшной (оно же диафрагмально-реберное, диафрагмальное).

Диафрагма – это куполообразная мышца, разделяющая грудную и брюшную полости. Она также называется иногда грудобрюшной преградой.

Дыхание в процессе речи, или так называемое речевое дыхание, по сравнению с физиологическим дыханием в спокойном состоянии имеет существенные отличия.

Что же такое речевое дыхание?

### Слайд 3.

Речевое дыхание – это возможность человека выполнять короткий глубокий вдох и рационально распределять воздух при выдохе с одновременным произнесением различных звуко сочетаний. Только правильное речевое дыхание обеспечивает правильное звукообразование, создаёт условия для достаточной громкости речи, чёткого соблюдения пауз, сохранения плавности речи и интонационной выразительности.

- Речевое дыхание происходит произвольно (человек сам себя контролирует), неречевое же выполняется автоматически. При говорении человек контролирует вдох и выдох, изменяя его и обеспечивая плавность, длительность и лёгкость произнесения.

- Речевое дыхание осуществляется через рот, вдох совершается быстро, выдох замедлен. При неречевом дыхании вдох и выдох осуществляются через нос, вдох по продолжительности почти равен выдоху.

- При неречевом дыхании за вдохом сразу следует выдох, затем пауза.

При речевом дыхании, наоборот, за вдохом следует пауза, а затем плавный выдох.

Развитие речевого дыхания у ребенка начинается параллельно развитию речи. Уже в возрасте 3-6 месяцев идет подготовка дыхательной системы к реализации голосовых реакций, т.е. на ранней стадии речевого онтогенеза идет отработка координации фонаторно-дыхательных механизмов, лежащих в основе устной речи. В дошкольном возрасте у детей в процессе речевого развития одновременно формируется связная речь и речевое дыхание. У здоровых детей в 4-6-летнем возрасте, не имеющих речевой патологии, грудобрюшное и речевое дыхание находятся в стадии интенсивного развития. Простые речевые задачи реализуются ими на фоне сформированного речевого выдоха. В процессе одного речевого выдоха они произносят простые трех-четырёхсловные фразы с общеупотребительной лексикой.

Произнесение фразы детьми 10 лет, как и взрослыми людьми, в спокойном эмоциональном состоянии всегда происходит в пределах одного речевого выдоха, т.е. речевой выдох растягивается во времени соответственно длине высказывания. Таким образом, к 10 годам происходит формирование речевого дыхания, которое начинает соответствовать синтагматическому делению текстов, т.е. становление речевого дыхания завершается.

#### **Слайд 4.**

Для каждого возраста имеются свои показатели произнесения определенного количества слов на выдохе.

Возраст ребёнка      Количество слогов на выдохе в норме

2-3 года                      2-3 слова

3-4 года                      3-5 слов

4-6 лет                        4-6 слов

6-7 лет                        5-7 слов

Речевое дыхание у дошкольников с речевыми нарушениями характеризуется:

-малым объёмом лёгких, слабой дыхательной мускулатурой;

– слабым вдохом и выдохом, что ведет к тихой, едва слышной речи (часто наблюдается у физически слабых детей, а также у робких, стеснительных);

– неэкономным и неравномерным распределением выдыхаемого воздуха (в результате этого дошкольник иногда выдыхает весь запас воздуха на первом слоге и затем договаривает фразу или слово шепотом, нередко из-за этого он не договаривает конец слова или фразы);

– неумелым распределением дыхания, по словам (ребенок вдыхает в середине слова (мы с мамой пой — (вдох) — дем гулять);

– торопливым произнесением фраз без перерыва и на вдохе, с «захлебыванием»;

– слабым выдохом или неправильно направленной выдыхаемой воздушной струей, которая, в свою очередь, приводит к искажению звуков.

#### **Слайд 5.**

Работа по формированию правильного речевого дыхания проводится поэтапно в определённой последовательности:

1 этап: формирование диафрагмального дыхания (упражнение «Удержи игрушку». Дети, лёжа на ковре, глубоко вдыхают — при этом животик надувается, затем выдыхают — животик втягивается).

2 этап: обучение детей умению дифференцировать вдох и выдох через нос и рот (по схеме), сидя, стоя рука на животике.

3 этап: формируем целенаправленную воздушную струю, вырабатываем сильный плавный удлинённый выдох.

## Слайд 6.

Рекомендации по выполнению дыхательной гимнастики:

- проводить дыхательные упражнения в хорошо проветренном помещении или при открытой форточке;
- дыхательную гимнастику проводить до еды;
- заниматься в свободной, не стесняющей движения одежде;
- вдох осуществляется через нос, выдох ртом;
- выдох должен быть длительным, плавным;
- предметы, предлагаемые ребёнку для поддувания, должны находиться на уровне рта ребёнка;
- необходимо следить, чтобы не надувались щеки (на начальном этапе можно прижимать их ладонями);
- при выдохе рот приоткрыт, а губы округлены;
- в процессе речевого дыхания не напрягать мышцы в области шеи, рук, груди, живота;
- не поднимать плечи;
- осанка должна быть правильной (спину держать прямо, не сутулиться);
- дыхательные упражнения можно выполнять как в положении сидя, так и стоя;
- достаточно 3-5 повторений.
- дозировать количество и темп проведения упражнений, после выдоха перед новым вдохом сделать паузу на 2–3 секунды.

Для развития дыхания ребенка используются дыхательные игры: сдувать снежинки, бумажки, пушинки со стола, с руки; дуть на легкие шарики, карандаши, свечи, на плавающих в тазу уток, корабликов, на всевозможные вертушки; надувать надувные игрушки, воздушные шары, пускать мыльные пузыри; поддувать вверх пушинку, ватку.

4 этап: развитие таких качеств дыхания, как сила, продолжительность, постепенность и целенаправленность.

## **Регуляция дыхательного ритма.**

Начинать необходимо с пропевания гласных звуков:

–На выдохе один звук (а, у, о)

–На выдохе два звука (ау, уа) – Проговаривание на одном выдохе слова, простого предложения (Это кукла. Это собака.) – Постепенно удлиняем фразу, добавляя новые слова. Развитие и воспитание речевого дыхания тесным образом связаны с развитием и воспитанием голоса. Многие упражнения по развитию речевого дыхания (например, «Покажи, как гудит паровоз», «Как плачет малыш» и другие развивают и голос. Игровые упражнения для развития голоса проводятся на хорошо знакомых детям звукоподражаниях: вою волка — у-у-у-у, ауканью в лесу — ау-ау-ау. Выполнение дыхательных упражнений в игровой форме вызывает у ребенка положительный эмоциональный настрой, снимает напряжение и способствует формированию практических умений. Ребенок, занимаясь дыхательной гимнастикой, попадет в особый микромир сказок, песен, игр, стихов.

Из выше сказанного можно сделать вывод, что развитие речевого дыхания зависит от правильного функционирования физиологического дыхания. Поэтому, дошкольникам, прежде всего, необходимо развивать объем легких, формировать грудобрюшной тип дыхания, что в дальнейшем позволит перейти к развитию речевого дыхания.

**Слайд 7.**

Спасибо за внимание!

## Литература

1.Белякова Л.И., Гончарова Н.Н., Шишкова Т.Г. Методика развития речевого дыхания у дошкольников с нарушениями речи.- М.: Изд-во ООО «Книголюб», 2004. - 54 с.