**Игры и упражнения для развития правильного речевого дыхания**

|  |
| --- |
| **Подготовила учитель - логопед Дистарикова Ольга Сергеевна,****МБДОУ «Детский сад № 18 « Петушок»** Выделяют два вида дыхания:**физиологическое и речевое.**Первое осуществляется автоматически. При этом вдох равен выдоху и происходит через нос. Речевое же дыхание произвольно, выдыхаемый воздух в данном случае  расходуется  рациональнее. За коротким энергичным вдохом следует пауза, за ней продолжительный выдох - источник образования звуков.Качество речи, ее громкость и плавность во многом зависят от речевого дыхания. Ведь для того, чтобы легко произнести развернутую фразу с правильной интонацией, надо владеть плавным, достаточно продолжительным выдохом через рот. Длительность и сила выдоха также влияют на качество звукопроизношения. Для появления  таких сложных звуков, как с, з, ш, ж, р требуется сильная, направленная воздушная струя.Понаблюдайте за тем, как говорит и дышит ваш ребёнок.* Тихая, едва слышная речь. Это часто наблюдается у физически слабых детей, а так же у робких, стеснительных.
* Ребёнок выдыхает весь запас воздуха на первом слове или на первом слоге и затем договаривает фразу или слово шепотом, «заглатывает» конец слова.
* Ребёнок выдыхает весь запас воздуха на первом слове или на первом слоге и затем договаривает фразу или слово шепотом, «заглатывает» конец слова.
* Ребенок выдыхает в середине слова.
* Речь с «захлебыванием». Возможно, вам приходилось слышать, как ребенок рассказывает о каких-то событиях, оказавших на него сильное впечатление: быстро, отрывочными фразами, помогая себе жестами, набирая воздух в середине слова, стараясь скорее поделиться своими чувствами. Ребёнку не хватает воздуха, чтобы внятно и правильно произнести слова и предложения. Такая речь кажется непонятной. Это следствие несформирован­ного правильного речевого дыхания.  Подобные явления, в дальнейшем, могут привести к развитию заикания.
* Речь звучит то громко, то тихо, едва слышно. Дыхание всегда нарушается при дизартрии (нарушение иннервации мышц речевого аппарата, то есть мышцы языка, губ, щёк, нёба плохо работают). В таком случае речь ребенка затухает к концу фразы, он набирает воздух посреди фразы, дышит слишком часто.

Родители также должны внимательно наблюдать за состоянием органов дыхания ребенка: не допускать ушибов, травм, своевременно и эффективно лечить инфекционные заболевания, следить за  аденоидами, поскольку эти явления затрудняют носовое дыхание и задерживают формирование правильного речевого дыхания. **Советы родителям по работе над правильным речевым дыханием.**Для тренировки речевого дыхания рекомендуются различные игровые упражнения.Дыхательную гимнастику можно выполнять не более 5 минут,  только в проветренном помещении, при условии хорошего самочувствия ребёнка, каждое упражнение повторять не более 5-6 рез. Важно следить за тем, чтобы не было отдышки, покраснения лица, головокружения и тошноты.Комплекс упражнений  дыхательной гимнастики*1. «Понюхай цветы»*.Вдох и выдох носом при закрытом рте.*2. «Собачка устала»*Вдох и выдох через рот (на начальном этапе можно слегка придерживать ноздри пальцами).*3. «Ныряльщик»*1) Вдох через рот, выдох через нос.2) Глубоко вдохнуть через нос, задержать воздух на 1—3 с (в зависимости от возраста ребенка) и длительно плавно выдох­нуть через рот.*4. «Покатай карандаш»*Ребенку предлагается втянуть воздух через нос и, выдыхая через рот, прокатить по столу круглый карандаш.*5. «Листья шелестят»*Предлагаются полоски тонкой зеленой бумаги, вырезанные в виде листочков и прикрепленные к «ветке». По сигналу «подул ветерок» ребенок плавно дует на листья так, чтобы они отклонились и зашелестели.*7. «Снежинки летят»*На ниточки прикрепляются кусочки ваты или вырезанные из тонкой бумаги снежинки. Ребенку предлагается длительно подуть на них по сигналу «снежинки летят».*8. «Загони мяч в ворота»*1. Вытянуть губы вперед трубочкой и плавно дуть на ватный или поролоновый шарик,  лежащий на столе перед малышом, загоняя его между двумя кубиками или любыми другими подходящими предметами.2. Дуть на шарик резкой отрывистой струей. Загонять шарик в «ворота» на одном выдохе. Обращайте внимание на то, чтобы не надувались щеки. При необходимости слегка придерживать пальцами.*9. «Ветряная мельница»*Для этой игры необходима игрушка-мельница или вертушка. Ребенок дует на лопасти игрушки, взрослый сопровождает действия ребенка стихотворным текстом: Ветер, ветер, ты могуч, ты гоняешь стаи туч!*10. «Певец/ певица»*После задержки дыхания на выдохе произнести глас­ные в медленном темпе. Ряд гласных наращивать постепенно. (А, АИ, АИО…)*11. «Посчитай-ка»*1) После задержки дыхания на выдохе просчитать от 1 до 5 в медленном темпе, распределяя воздух так, чтобы его хватило на весь счет. Ряд наращивать постепенно.2) После проговаривания счета от 1 до 5 (или ряда гласных) делается дополнительный вдох, а на выдохе проговаривается обратный счет.*12. «Кто больше скажет?»*Проговаривать предложения с постепенным наращиванием числа слов. |