**Развитие дыхания у детей с речевыми нарушениями.**

Подготовили воспитатель Бобылева М.А.

Учитель-логопед Тимохина Г.П.

 г.Ярославль

Речевое (или фонационное) дыхание- основа звучащей речи, источник образования звуков, голоса. Хорошо поставленное речевое дыхание обеспечивает ясную дикцию и чёткое произношение звуков.

У дошкольников с речевыми нарушениями наблюдается малый объем лёгких, слабая дыхательная мускулатура, слабый вдох и выдох, что ведёт к тихой, едва слышной речи. Ребенок зачастую выдыхает весь запас воздуха на первом слоге, затем договаривает фразу или слово шепотом, нередко не договаривает вообще, что указывает на неэкономное и неравномерное распределение выдыхаемого воздуха. Не  правильно распределяет дыхание по словам, делает «паузы» в середине слов. Торопливое произнесение фраз без перерыва и на вдохе приводит к слабому выдоху или неправильно направленной выдыхаемой воздушной струе, которая, в свою очередь, приводит к искажению звуков. Установлено, что наиболее правильным, удобным для речи является диафрагмально-рёберное дыхание, когда вдох и выдох совершается при участии диафрагмы и подвижности рёбер. Активна нижняя часть лёгких, плечи же остаются неподвижными. При речи вдох делается и носом и ртом. Вначале высказывания говорящий ещё может вдохнуть носом, при длительном же высказывании он делает добор воздуха только через рот, т. к. быстро и бесшумно вдохнуть через узкие носовые ходы невозможно. Поэтому при постоянном речевомдыхании целесообразно приучать детей всегда делать вдох ртом через немного приоткрытые губы *(лёгкая улыбка)* – она помогает снимать мышечное напряжение и является естественным началом свободной речи. Контролировать правильное речевоедыхание помогает собственная ладонь, если положить её на область диафрагмы

*(между грудной клеткой и животом)*. При вдохе грудная клетка расширяется, при выдохе - сокращается. Вдох при речикороткий, выдох длительный, плавный.

Именно тренировки речевого дыхания помогут предотвратить, а так же исправить проблемы. Это могут быть как одно-два упражнения на логопедическом занятии, так и целые комплексы дыхательной гимнастики. Упражнения направлены, в основном, на выработку направленной воздушной струи, необходимой для произнесения большинства звуков.

1. **«Кораблики»** Ребёнку предлагаем широкую ёмкость с водой, а в ней- бумажные «кораблики», которыми могут быть просто кусочки бумаги. Ребёнок, медленно вдыхая, направляет воздушную струю на «кораблик», подгоняя его другому «берегу».
2. **«Снег и ветер»** Из маленьких кусочков ваты скатываем небольшие шарики-«снег» и выкладываем на столе, либо на ладони. Ребёнку предлагаем дуть на «снег», как холодный зимний ветер. При этом «комья снега» должны медленно передвигаться.
3. **«Загнать мяч в ворота»**(выработка длительной, направленной воздушной струи).
Вытянуть губы вперед трубочкой и длительно дуть на ватный шарик, стараясь, чтобы он пролетел между двумя кубиками.
4. **«Кто дальше загонит мяч»**(выработка плавной, непрерывной струи, идущей посередине языка).
Просим ребенка улыбнуться, положить широкий передний край языка на нижнюю губу. Подуть длительно так, что бы воздушная струя шла посередине языка, и сдуть ватку на противоположный край стола.
5. **«Греем руки»** - просим вдыхать через нос и дуть на озябшие руки, плавно выдыхая через рот, как бы согревая руки.
6. **«Трубач»**  Ребенок подносит к губам воображаемую трубу. Имитирует движения трубача, нажимая пальцами на воображаемые клавиши, на выдохе произносит «ту-ту-ту»
7. **«Шину прокололи»**  Ребенок делает легкий вдох, выдыхая, показывает, как медленно выходит воздух через прокол в шине – «ш-ш-ш».
8. **«Подуй на свечку»**
Ребенок держит в руке воображаемую свечу. На счет «раз, два» делает глубокий вдох через нос и рот; «три, четыре» — продолжительный и медленный выдох, имитирующий задувание свечи.
9. **«Надуй шар»**
Ребенок встает, ноги врозь, держа в руках воображаемый шар. На счет «раз, два» — сделать глубокий вдох через рот. На счет «три, четыре» — усиленный выдох через рот, имитируя движениями рук увеличивающийся шар.
10. **«Пузырьки»** Для этого упражнения необходима трубочка-соломинка и стакан воды. Обращаем [внимание](https://nsportal.ru/detskiy-sad/logopediya/2016/10/23/razvitie-rechevogo-dyhaniya-u-detey-s-narusheniem-rechi) ребёнка на то, чтобы выдох был длительным, то есть пузырьки должны быть долго.

**Список использованной литературы и интернет-источников:**

1. [**https://logopedprofiportal.ru/blog/759409**](https://logopedprofiportal.ru/blog/759409)
2. [**https://www.maam.ru/detskijsad/razvitie-rechevogo-dyhanija-u-detei-s-narushenijami-rechi.html**](https://www.maam.ru/detskijsad/razvitie-rechevogo-dyhanija-u-detei-s-narushenijami-rechi.html)
3. [**https://nsportal.ru/detskiy-sad/logopediya/2016/10/23/razvitie-rechevogo-dyhaniya-u-detey-s-narusheniem-rechi**](https://nsportal.ru/detskiy-sad/logopediya/2016/10/23/razvitie-rechevogo-dyhaniya-u-detey-s-narusheniem-rechi)