**Развитие речевого дыхания у детей с нарушениями речи**

В настоящее время отмечается тенденция к увеличению числа детей имеющих различные речевые нарушения.

Цель дыхательных упражнений - увеличить объем дыхания, нормализо­вать его ритм, выработать плавный, длительный, экономный выдох. Начинать занятия следует с развития фи­зиологического дыхания. Прекрасным сред­ством для этого являются общеразвивающие и логоритмические игры и упражнения, которые целесообразно включать в ком­плексы оздоровительной и утренней гимна­стики, в физкультурные и музыкальные за­нятия, а в теплое время года - в прогулки.

Наиболее важными при развитии физи­ологического дыхания являются ***классические упражнения.***

Ихцель: координация ротового и носового дыхания, выработка нижнереберного типа ды­хания при активном участии диафрагмы.

*1. Вдох и выдох через нос*

Вдох - глубокий, выдох - длительный, плавный.

*Варианты.*Вдох обычный - выдох с имитацией стона. Вдох через одну ноздрю - выдох через другую. Вдох толчками - выдох обычный. Вдох обычный - выдох толчками. Вдох толчками - выдох толчка­ми. Вдох обычный - выдох с усилением в конце.

1. *Вдох через нос, выдох через рот*

Если выдох через рот не получается, за­жать нос пальцами.

*Варианты***.** Вдох обычный - выдох с имитацией стона. Вдох через одну ноздрю - выдох обычный. Вдох толчками – выдох обычный. Вдох обычный - выдох толчка­ми. Вдох толчками - выдох толчками. Вдох  
обычный - выдох с усилением в конце.

1. *Вдох через рот, выдох через нос*

Для контроля можно подносить к носу или рту зеркало, ватку, полоску бумаги.

*Варианты.*Вдох обычный - выдох с имитацией стона. Вдох обычный – выдох через одну ноздрю. Вдох обычный - выдох толчками. Вдох толчками - выдох обыч­ный. Вдох толчками - выдох толчками. Вдох быстрый - выдох медленный.

*4****.*** *Вдох и выдох через рот*

Если упражнение не получается, зажать нос пальцами.

*Варианты.*Вдох обычный - выдох с имитацией стона. Вдох толчками - выдох обычный. Вдох обычный - выдох толчка­ми. Вдох толчками - выдох толчками. Вдох обычный - выдох с усилением в конце.

*Примечание.* При речи и пении мы поль­зуемся комбинированным носоротовым дыханием, поэтому одновременно трени­руем и то и другое.

*5****.*** *Комбинированный вдох*Задержка дыхания, выдох через нос. Задержка дыхания, выдох через рот (слегка приоткрытый).

*Примечание.* При систематическом по­вторении этих упражнений ребенок начи­нает ощущать разницу в направлениях воздушной струи и учится правильно ее регулировать.

После этого начинается работа по раз­витию речевого дыхания, которая прово­дится в следующей последовательности: без участия речи, на материале гласных звуков, согласных звуков. В этой статье рассмотрим упражнения на развитие речевого дыхания без участия речи.

Основная цель данных упражнений - развитие длительного, плавного выдоха, активизация мышц губ.

1. *«Цветочек».* Сделать вдох и задер­жать дыхание, понюхать цветочек (вдох­нуть аромат).

*2. «Свеча» («Задуй свечу»).* Сделать вдох. По сигналу «Тихий ветерок» медлен­но выдохнуть на пламя свечи, так чтобы оно отклонялось, но не гасло. По сигналу «Сильный ветер» задуть свечу резким вы­дохом. Вместо настоящей свечи можно предло­жить макет свечи с «огоньком» из тонкой красной бумаги, фонарик, настольную лампу (дети дуют, логопед гасит лампу), макет дома с «включенным светом в ок­нах» (дети дуют - «свет гаснет»).

*3.«Чей пароход (паровоз) дольше гудит?».* Каждому ребенку дать чистый пузырек (колпачок от фломастера, шприца и т.п.). Чтобы он загудел, нижней губой надо слегка коснуться края пузырька. Струя должна быть сильной. Дуть несколько секунд.

*4*. *«Погрей руки»* Дети вдыхают черезнос и дуют на «озябшие» руки, плавно вы­дыхая через рот.

*5.«Листья шелестят»:* Детям предла­гают полоски тонкой зеленой бумаги, вы­резанные в виде листиков и прикреплен­ные к «ветке». По сигналу «Подул вете­рок» дети плавно дуют на листики, так чтобы они отклонялись и шелестели.

*6. «Флажок».* Детям предлагается по­дуть на флажок сначала из тонкой цветной бумаги, а затем из более плотной.

*7. «Чья птичка дальше улетит?».* Фигур­ки птичек из тонкой бумаги ставят у самого края стола. Двое детей садятся - каждый на­против своей птички - и по сигналу дуют на нее. Продвигать птичек нужно на одном вы­дохе. Остальные дети следят: чья птичка дальше улетит (проскользит по столу)?

*8. «Покатай карандаш».* Детям предла­гают вдохнуть через нос и, выдыхая через рот, прокатить по гладкой поверхности круглый карандаш (шарик из ваты или фольги, колпачок от шприца, катушку от  
ниток и т.п.).

*9. «Бурлящая вода».* Детям предлагает­ся подуть в бутылку с водой через трубоч­ку. Выдох должен быть ровный и длитель­ный - тогда вода будет долго и равномер­но бурлить.

*10. «Пускание мыльных пузырей».* Чей пузырь будет летать дольше?

*11. «Снежинки летят».* На ниточки прикрепляются вырезанные из тонкой бу­маги снежинки (бабочки, птички, перыш­ки, бусинки, кусочки ваты, мелкие игруш­ки, фигурки акробатов и т.п.). По сигналу «Снежинки летят» детям предлагается длительно подуть на них. Под влиянием сильного выдоха снежинки «догоняют» друг друга.

*12. «Бабочки».* Перед детьми расклады­вают «зеленые полянки» с разноцветными бабочками, вырезанными из тонкой бума­ги. Бабочки тонкими нитками прикреплены к «полянке». Дуть на бабочку можно  
только на одном выдохе. По сигналу «Красная бабочка полетела» дети дуют на бабочек красного цвета и т.д.

*13. «Кто забьет больше голов?».* Дети задувают мячи - шарики из ваты (фольги) - в футбольные ворота.

*14. «Загони машину в гараж».* Через ко­роткую трубочку дети задувают бумажные машины в гаражи.

*15. «Морские гонки».* Через короткую трубочку дети дуют на бумажные корабли­ки, соревнуясь, чей кораблик одержит по­беду в гонках или раньше пристанет к бе­регу. Можно дуть на пластмассовые иг­рушки, плавающие в воде, на «кораблики»-половинки грецкого ореха с парусом.

*16. «Вертушки».* Детям предлагается подуть на вертушку из бумаги, картона или пластика. Размер вертушки, форма и количество лопастей могут быть разными.

*17. «Духовые инструменты».* Эти инст­рументы издают звуки, если в них правиль­но дуть, поэтому их и называют духовыми (дудочка, труба, свирель, духовая гармош­ка). Можно изготовить самодельные духовые инструменты из колпачков разных размеров от старых ручек и фломастеров.

Начинать следует с легких упражнений: «Цветочек» или сдуть ватку с ладони с расстояния 12-20 см (расстояние можно постепенно увеличивать). Надувать воз­душные шары и резиновые игрушки мож­но только после того, как у ребенка будет развита достаточная сила ротового выдо­ха. Более трудной является игра на духо­вых инструментах.

Следует помнить: дыхательные упраж­нения быстро утомляют ребенка и могут вызвать головокружение (и даже голо­вные боли), поэтому после каждого уп­ражнения необходим отдых. В случаях по­явления головокружения занятия следует прекратить.

*Консультация подготовлена с использованием материалов учителя-логопеда Щербаковой Д.В.*