

Консультация для родителей «Упражнения для речевого дыхания»

**Подготовила
учитель-логопед
Луганская Л.Э.**

Дошкольный возраст - решающий этап в формировании фундамента физического и психического здоровья ребенка. В этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма.

Логопедическая практика показывает, что с каждым годом увеличивается количество детей с дизартрией, стертой формой дизартрии, моторной, сенсорной алалией, заиканием, ринолалией. В связи с этим в последние годы среди логопедов получила широкое применение здоровьесберегающая практика.

Чтобы научить ребенка правильно и четко говорить, владеть голосом, нужно, прежде всего, научить его правильно дышать.

Упражнения для развития правильного речевого дыхания.

Источником образования звуков речи является воздушная струя, выходящая из легких через гортань, глотку, полость рта или носа наружу. Речевое дыхание, в отличие от физиологического (жизненного), является произвольным.

Правильное речевое дыхание обеспечивает нормальное звукообразование, создает условия для поддержания нормальной громкости речи, четкого соблюдения пауз, сохранения плавности речи и интонационной выразительности.

Послушайте, как дышит ваш ребенок, не затруднено ли у него носовое дыхание, не приходится ли ребенку держать рот открытым?

Нарушения речевого дыхания могут быть следствием общей ослабленности, аденоидных разрастаний, различных сердечно – сосудистых заболеваний.

Существует множество несовершенств речевого дыхания:

- неумение рационально использовать выдох;
- речь на вдохе;
- неполное возобновление запаса воздуха.

Дети, имеющие ослабленный вдох и выдох, как правило, говорят тихо и затрудняются в произнесении длинных фраз. При нерациональном расходовании воздуха нарушается плавность речи, так как дети на середине фразы вынуждены добирать воздух. Часто эти дошкольники недоговаривают слова и нередко в конце фразы произносят их шепотом. Обратная ситуация у дошкольников, имеющих укороченный выдох – они говорят фразы в ускоренном темпе, без соблюдения логических пауз. Качество речи, ее громкость, плавность во многом зависят от речевого дыхания.

В логопедической работе широко используется игровой метод, который предполагает использование различных игр.

При выполнении дыхательных упражнений необходимо соблюдать следующие **требования**:

- не заниматься в пыльном, непроветренном, или сыром помещении;
- температура воздуха должна быть на уровне 18-20 С;
- одежда не должна стеснять движений;
- не заниматься сразу после приема пищи;

- не заниматься с ребенком, если у него заболевание органов дыхания в острой стадии.

Рекомендуется начать с произвольных для ребенка игровых упражнений:

- дутье через соломку в стакан с водой;
- надувание воздушных шаров;
- дутье на разноцветные вертушки;
- игра на духовых музыкальных инструментах, например, дудочке;
- пускание мыльных пузырей;
- дутье на одуванчики весной.

Упражнения могут выполняться в исходном положении лежа, сидя, стоя, а также в сочетании с движениями и речью.

«Поем песенку»

Вдохнуть воздух через нос, постепенно и медленно выдыхать воздух, произнося звук «а» (сочетания звуков ау, ауй и т. д.). Выдох контролируется ладонью.

«Немое кино»

Логопед показывает беззвучную артикуляцию гласного звука (сочетаний двух-трех гласных звуков). Ребенку предлагается озвучить немую артикуляцию, произнести звук на длительном выдохе.

«Топор»

Ребенку предлагается поставить ноги на ширину плеч, сцепить пальцы рук «замком» и опустить руки вниз. Быстро поднять руки - вдохнуть, наклониться вперед, медленно опуская руки, произнести «ух» на длительном выдохе.

«Зоопарк»

Каждый ребенок исполняет роль какого-либо животного. Логопед совершает экскурсию по зоопарку, называет животное, ребенок в ответ делает соответствующее звукоподражание на длительном выдохе. Выдох контролируется ладонью.

«Ворона»

Ребенку предлагается быстро поднять руки через стороны вверх - сделать вдох, медленно опустить руки - длительный выдох с произнесением звукоподражания «кар».