***Консультация для родителей***

**«Развитие правильного речевого дыхания у ребенка-дошкольника»**

подготовила учитель-логопед МБДОУ д/с № 1: Лычагина В.Э

 Всем известно, какую важную роль в жизни каждого человека играет дыхательный аппарат. Появление малыша начинается с первого вздоха и, следующего за этим вдохом, крика. Однако нельзя быть уверенным в том, что если ребенок задышал, то у него все отлично будет с речью. Правильное физиологическое дыхание не есть правильное речевое дыхание. Это связано с тем, что дыхательный аппарат выполняет не только основную физиологическую функцию – осуществление газообмена, но и участвует в образовании звука и голоса. Именно благодаря правильному речевому дыханию мы изменяем громкость речи, делаем ее плавной и выразительной.

 Часто родители могут быть свидетелями такой картины: малыш, который только начал говорить, пытаясь что-то сказать, делает вдох, начинает произносить нужные слова, но не может закончить предложение до конца, так как ему не хватает набранного в лёгкие объёма воздуха. Он останавливается, чтобы набрать воздух, возникает пауза, во время которой ребёнок может забыть, о чём он говорил в начале разговора. Ему приходится вспоминать – и длина паузы  увеличивается. Такая картина свидетельствует о нерациональном расходовании воздуха. Это же может послужить причиной того, что говорящий ребёнок конец фразы произносит на пониженных тонах, иногда практически шёпотом.

 Или ещё один пример нарушения в развитии речевого дыхания: дыхательный аппарат дошкольника развит плохо, у него слабый вдох и такой же выдох. В этом случае он говорит тихо, нечётко и редко договаривает фразу до конца. Либо, пытаясь успеть сказать нужные слова на вдохе, ребенок говорит быстро, частит, от чего страдает интонация, не соблюдается расстановка логических пауз.

 Слабое развитие дыхательного аппарата у дошкольников тесно связано с их физическим состоянием, наличием  хронических заболеваний дыхательных путей (синуситы, гаймориты) и малоподвижным образом жизни.

 **Так, что же такое речевое дыхание?**

***Речевое дыхание*** – это возможность человека выполнять короткий глубокий вход и рационально распределять воздух при выдохе с одновременным произнесением различных звукосочетаний. Только правильное речевое дыхание позволяет человеку затрачивать меньше мышечной энергии, но вместе с этим добиваться максимального звука и плавности. 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 легкость произнесения.

 **Как же развить речевое дыхание?**

 Решающее значение для правильной постановки речевого дыхания несёт развитие фазы выдоха. Поэтому основная задача, на которую направлены упражнения по развитию речевого дыхания – это формирование у ребёнка сильного и плавного выдоха ртом.

 ***Основные моменты правильного речевого дыхания:***

* Короткий сильный вдох через нос, взрослый может визуально оценить расширение диафрагмы ребёнка.
* Выдох осуществляется плавно, желательно избегать толчков. Губы при этом необходимо складывать трубочкой. Для того чтобы ребенку было понятнее, нужно показать ему, пропев букву «О».
* Выдох сопровождается выходом воздуха через рот, а не через нос, обязательно проконтролируйте этот момент!
* Выдох осуществляется до самого конца. После каждого выдоха необходимо делать паузу на 2-3 секунды

Наиболее эффективными мерами по тренировке правильного выдоха у дошкольников являются упражнения и игры, включающие в себя элементы дыхательной зарядки, а также артикуляционной гимнастики. Приступая к занятиям, необходимо понимать, что эти занятия могут быстро утомить ребёнка и  даже вызвать у него головокружение, поэтому желательно придерживаться нескольких простых правил:

* Выполнение упражнений должно происходить в течение 3-6 минут. Количество минут зависит от возраста детей. Малышам двух-трёх лет упражнения нужно делать в течение 3 минут, не более.
* Игры и упражнения должны проводиться в хорошо проветриваемом помещении с достаточным количеством свежего воздуха
* Занятия по дыхательной гимнастике нужно проводить до приёма пищи.
 Перечисленные ниже игры и упражнения помогут научить ребенка плавно выдыхать через рот сильную направленную струю воздуха.

 Игры-упражнения*,* способствующие развитию силы и длительности выдоха:

«Греем ручки» (выдыхание струи воздуха на ладони),

«Снежинки» (сдувание со стола комочков ваты),

«Листья падают и кружатся» (сдувание вырезанных из тонкой цветной бумаги листьев деревьев),

«Ветерок» (поддувание дождика, прикрепленного к палочке),

«Свеча» (задувание свечи),

«Вертушка» (вращение ветряных игрушек),

«Лети,бабочка!»(приведение в движение изготовленных из цветной бумаги «бабочек») и т. д.

Игры-упражнения, направленные на развитие способности осуществлять плавный выдох и регулировать его силу:

 - пускание мыльных пузырей,

 - поддувание плавающих в воде бумажных корабликов,

 - поддувание бумажных фигурок и др.

После подготовительного периода, направленного на развитие физиологического дыхания, следует постепенно переходить к развитию собственно речевого дыхания. На данном этапе целесообразно использовать не только упражнения, направленные на развитие правильного выдоха и вдоха, надо вводить задания с воспроизведением речевого материала. Вот несколько примеров.

• дыхательно-голосовые упражнения на материале гласных и согласных, слогов, слов;

• проговаривание скороговорок и чистоговорок;

• выразительное чтение стихотворений.

 Контролируя правильность речевого дыхания малыша, следует обращать внимание на то, чтобы он не делал слишком большой вдох и не «выжимал» из себя воздух до конца (не начинал задыхаться).

 Выполнение дыхательных упражнений в игровой форме вызывает у ребенка положительный эмоциональный настрой, снимает напряжение и способствует формированию практических умений.

***Играйте и развивайте!***