**Консультация для родителей**

 **«Развиваем правильное речевое дыхание»**

«Роль дыхательных упражнений в речевом развитии ребёнка»

Дыхание — одно из основных проявлений жизнедеятельности организма. Человек может некоторое время обойтись без пищи, без воды, но без воздуха не проживет и десяти минут. Физиологическое дыхание складывается из вдоха и выдоха, и оно происходит произвольно. Речевое дыхание участвует в создании голосового звучания на равномерном выдохе. Оно отличается от физиологического дыхания тем, что это управляемый процесс. В речи вдох короткий, а выдох длинный. Поэтому количество выдыхаемого воздуха зависит от длины фразы. Чтобы научить ребёнка произносить свистящие или шипящие звуки, прежде всего, нужно выработать, длительную, плавную, целенаправленную воздушную струю выдыхаемого воздуха посередине языка. Некоторые дети, когда дуют, то надувают щёки или дуют на губы, поэтому у них дефектное звукопроизношение. Таким образом, развитие речевого дыхания является основной задачей в коррекционной работе с детьми, имеющими нарушения в речевом развитии. Учить ребёнка делать быстрый глубокий вдох, а затем плавный длительный выдох можно с помощью игрушек: дудочек, свистулек, а также при выдувании мыльных пузырей, надувании воздушных шаров, задувании свечи. Чтобы выдох через рот был сильным и целенаправленным, предложите малышу дуть на вертушки, бумажные игрушки, одуванчик, легкое перышко, ватный шарик. Дуя на игрушки, ребенок должен совершать вдох, не поднимая плеч (то есть надувать при этом животик), а выдыхать непрерывно.

Рекомендации по проведению дыхательных упражнений:

1. Упражнения не следует проводить сразу после еды (рекомендуется через 1,5-2 часа после последнего приема пищи). 2. Упражнения носят кратковременный характер (от нескольких секунд, до нескольких минут). 3. Должна быть система, т.е. выполнять нужно упражнения ежедневно. 4. Упражнения проводятся в проветренном помещении. 5. Важное условие – игрушка, на которую дует малыш, должна находиться на уровне губ ребенка, на расстоянии 10–15 см.

6. Воздух набирать через нос, плечи не поднимать. Щеки во время дыхательных упражнений ни в коем случае не должны надуваться – можно предложить ему придержать их временно ладошками. 7. В день рекомендуется проводить только один вид упражнения. Количество повторений 2-3 раза, при этом обязательно необходимо следить за самочувствием ребенка: если возникают головокружение и слабость, прекратите упражнение.

Игры и упражнения на развитие речевого дыхания

Буря в стакане

Это игра, которую почти все родители считают баловством, и не разрешают детям в неё играть. На самом деле, она является дыхательным упражнением и очень проста. Нужна лишь трубочка-соломинка для коктейля и стакан воды. Рот открыт, губы в улыбке, широкий кончик языка упирается в нижние зубы. Посередине языка кладется соломинка для коктейля, конец опускается в стакан с водой. Дуть через соломинку так, чтобы вода в стакане забурлила. Следить, чтобы щеки не надувались, губы оставались неподвижными.

Кораблики

Ребёнку предлагается широкая ёмкость с водой, а в ней — бумажные «кораблики», которыми могут быть просто кусочки бумаги. Ребёнок, медленно вдыхая, направляет воздушную струю на «кораблик», подгоняя его к другому «берегу». (Можно играть во время купания в ванной и использовать плавающие игрушки).

Бабочки

Из бумаги сделать бабочки или из конфетных фантиков, перекрутив их посередине и расправив «крылышки». Повесить их на ниточки, (а лучше на леске – её не заметно), привязав к люстре. Бабочки должны свисать на уровне губ ребенка. Зимой можно повесить снежинки, а осенью осенние листочки. Дыхательный тренажёр готов!

Снег и ветер

Из маленьких кусочков ваты скатываются небольшие шарики - «снег» - и выкладываются на столе. Ребёнку предлагают дуть на «снег», как холодный зимний ветер. При этом «комья снега» должны медленно передвигаться к противоположному краю стола.

Дудочка

Используем всевозможные свистки, детские музыкальные инструменты, пузырьки, колпачки от ручек. Дуем в них.

Фокус

Это упражнение с кусочком ваты, которое п од гот а вл и ва е т артикуляционный аппарат к произнесению звука [р]. Вата кладётся на кончик носа. Ребёнку предлагается вытянуть язык, загнуть его кончик вверх и подуть на ватку, чтобы сдуть её с носа.

Свеча

Ребёнок дует на огонёк горящей свечи так, чтобы не задуть её, а лишь немного отклонить пламя. Дуть нужно долго, аккуратно, потихоньку.

Загнать мяч в ворота

Вытянуть губы вперед трубочкой и плавно дуть на ватный, поролоновый шарик (диаметром 2-3 см), лежащий на столе перед малышом, загоняя его между двумя кубиками или любыми другими подходящими предметами. (Это «футбольные ворота»).

Покатай карандаш

Вдохнуть через нос и, выдыхая через рот, прокатить по столу круглый карандаш, в дальнейшем для усиления воздушной струи можно взять гранёный карандаш.

Весёлый шарик

Возьмите легкий пластмассовый (теннисный) шарик. С шариками можно играть так же, как с карандашами (см. предыдущую игру). Можно усложнить игру. Прочертите на столе линию или обозначьте линию нитью. Затем положите шарик на середину стола (на линии). Садитесь за стол напротив друг друга, по разные стороны от шарика. Надо дуть на шарик так, чтобы он укатился на противоположную сторону стола. При этом стараться, чтобы шарик не попал на твою часть стола. Дуть нужно сильнее. Побеждает тот, кто сумел сдуть шарик за линию, на противоположную сторону стола. Итак, правильное речевое дыхание – это основа для нормального звукопроизношения и речи в целом. Некоторые звуки требуют энергичного выдоха и сильной воздушной струи. Правильное дыхание способствует не только речевому развитию, но и тренирует дыхательную мускулатуру, улучшает местное и мозговое кровообращение, препятствует разрастанию аденоидов, предохраняет от переохлаждения и является профилактикой простудных заболеваний.