

## ***Развитие речевого дыхания у детей с нарушением речи***

Правильное дыхание важно для развития речи, так как дыхательная система – это энергетическая база для речевой системы.

Дыхание влияет на звукопроизношение, артикуляцию и развитие голоса.

Следовательно, на логопедических занятиях систематически ведется работа по развитию речевого дыхания, которая строится с учетом данных полученных в результате комплексной оценки состояния дыхания и голосового аппарата.

### **Рекомендации по выполнению дыхательной гимнастики:**

- Проводить упражнения в хорошо проветренном помещении или открытой форточке.

- Занятия проводить до еды.

- Заниматься в свободной, не стесняющей движения одежде.

- Воздух необходимо набирать через нос. Плечи не поднимать.

- Выдох должен быть длительным, плавным.

- Необходимо следить, чтобы не надувались щеки (*на начальном этапе можно прижимать их ладонями*).

- В процессе речевого дыхания нацелить воспитанников не напрягать мышцы в области шеи, рук, груди, живота.

- Упражнения можно выполнять как в положении сидя, так и стоя.

- Достаточно трёх – пяти повторений. Многократное выполнение дыхательных упражнений может привести к гипервентиляции! Наступление гипервентиляции можно определить по следующим признакам: побледнение лица, жалобы на головокружение, отказ от занятий.

- Дозировать количество и темп проведения упражнений.- После выдоха перед новым вдохом сделать остановку на 2-3 секунды.

### **Упражнение «Качели».**

**Цель:** укреплять физиологическое дыхание у детей.

Ребенку, находящемуся в положении лежа, кладут на живот в области диафрагмы легкую игрушку. Вдох и выдох – через нос. Взрослый произносит рифмовку:

*Качели вверх (вдох),*

*Качели вниз (выдох),*

*Крепче ты, дружок, держись.*

### **Упражнение «Надуй шарик».**

**Цель:** тренировать силу вдоха и выдоха.

ИП: ребёнок сидит или стоит. «Надувая шарик» широко разводит руки в стороны и глубоко вдыхает, затем медленно сводит руки, соединяя ладони перед грудью, и выдувает воздух – ффф. «Шарик лопнул» – хлопнуть в ладоши, «из шарика выходит воздух» – ребенок произносит: «шшш», вытягивая губы хоботком, опуская руки и оседая, как шарик, из которого выпустили воздух.

### **Упражнение «Листопад».**

**Цель:** развитие плавного, длительного вдоха и выдоха.

Вырезать из цветной бумаги различные осенние листья и объяснить ребенку, что такое листопад. Предложить ребенку подуть на листья, так, чтобы они полетели. Попутно можно рассказать, какие листочки с какого дерева упали.

**Цель:** формирование дыхательного аппарата.

Привяжите на верёвочку лёгкое пёрышко. Предложите ребёнку дуть на него. Необходимо следить за тем, чтобы вдох делался только носом, а выдох – через сложенные трубочкой губы.

### **Упражнение «Насос».**

**Цель:** укреплять физиологическое дыхание у детей.

Малыш ставит руки на пояс, слегка приседает – вдох, выпрямляется – выдох. Постепенно приседания становятся ниже, вдох и выдох длительнее. Повторить 3 – 4 раза.

### **Упражнение «Ножницы».**

**Цель:** формирование дыхательного аппарата.

И.п. – то же. Прямые руки вытянуты вперед или в стороны на уровне плеч, ладони смотрят вниз. С вдохом левая рука поднимается вверх, правая опускается вниз. С выдохом – левая рука вниз, правая вверх. После освоения ребенком этого упражнения можно его изменить: двигаются не руки от плеча, а только кисти рук.

#### **Упражнение «Снегопад».**

**Цель:** развитие плавного, длительного вдоха и выдоха.

Сделать снежинки из бумаги или ваты (рыхлые комочки). Объяснить ребенку, что такое снегопад и предложить ребенку сдувать “снежинки” с ладони.

#### **Упражнение «Футбол».**

**Цель:** развитие плавного, длительного выдоха.

Сядьте с ребенком за стол, положите перед собой два ватных шарика (разноцветные несложно найти в супермаркетах, а белые сделать самим из ваты). Дуйте на шарики, как можно сильнее, стараясь сдуть их со стола.

#### **Упражнение «Пружинка».**

**Цель:** формирование дыхательного аппарата.

ИП: лежа на спине; ноги прямые, руки вдоль туловища. Поднять ноги и согнуть их в коленях, прижать к груди (выдох). Вернуться в ИП (вдох). Повторить 6-8 раз.