

## Игровые упражнения для развития речевого дыхания в совместной деятельности взрослого и ребенка



Важнейшие условия правильной речи - это плавный длительный выдох, четкая ненапряженная артикуляция. У детей дошкольного возраста речевое дыхание и четкость речи часто нарушаются. Дыхание становится поверхностным, ритмичным, нарушается плавность и связность высказывания (особенно это отмечается у детей с заиканием и дизартрией). А для произнесения целого ряда звуков, таких, как свистящие, шипящие, сонорные, необходимо наличие сильной направленной воздушной струи, поэтому перед педагогом встает задача формирования у детей сначала физиологического, а затем на его основе речевого дыхания.

**Физиологическое дыхание** – физиологический процесс, происходящий автоматически, рефлекторно.

**Речевое дыхание** существенно отличается от неречевого дыхания. Речевое дыхание является произвольным. При физиологическом дыхании вдох и выдох осуществляются через нос, причем вдох равен по продолжительности выдоху. При речевом дыхании после короткого глубокого вдоха следует пауза и лишь затем длительный выдох, в момент которого и осуществляется речевой акт.

У дошкольников наблюдаются такие несовершенства речевого дыхания:

- Очень слабый выдох и вдох, что ведёт к тихой, едва слышимой речи. Это часто наблюдается у физически слабых детей, а также робких, стеснительных.
- Неэкономное и неравномерное распределение выдыхаемого воздуха. В результате этого ребёнок иногда выдыхает весь запас воздуха на первом слове, а то и на первом слоге и затем договаривает фразу или слово шёпотом. Нередко из-за этого он недоговаривает, «заглатывает» конец слова или фразы.
- Неумелое распределение дыхания по словам. Ребёнок вдыхает в середине слова (**мы с мамой пой – вдох – дём гулять**).
- Торопливое произнесение фраз без перерыва и на вдохе, с «захлёбыванием».
- Неравномерный толчкообразный выдох: речь звучит то громко, то тихо, еле слышно.

Только регулярные занятия дыхательной гимнастикой способствуют развитию правильного речевого дыхания с удлинённым постепенным вдохом. Работа, направленная на развитие дыхания детей старшего дошкольного возраста, даёт положительный эффект — увеличивает длительность и силу внеречевого выдоха, оказывает влияние на воспитание речевого дыхания, возможность дольше воспроизводить звуки ре-

чи, больше слов произносить на одном выдохе. За счет постановки правильного дыхания, быстро и эффективно преодолеваются речевые нарушения. Сокращается время для постановки и автоматизации речевых звуков, речь становится более четкой и внятной.

**При проведении дыхательной гимнастики необходимо соблюдать ряд правил:**

- Упражнения проводить в проветренном помещении до еды.
- Движения необходимо производить плавно, под счет. Медленно.
- Вдох - через нос (плечи не поднимать, спина прямая)
- Выдох – через рот (губы в форме «трубочки») или воздушную струю направлять на кончик языка.
- Выдох должен быть длительным и плавным
- Следите, чтобы ребенок не напрягал плечи, шею, ощущал движение диафрагмы, межреберных мышц, мышцы нижней части живота. Следить, чтобы щеки не надувались (для начала их можно придерживать руками)
- Не переутомляйте ребенка, то есть строго дозируйте количество и темп проведения упражнений. При недомогании лучше отложить занятие. Время выполнения 3-4 минуты. Несоблюдение этого правила может привести к головокружению.