**Консультация для родителей «Развитие речевого дыхания детей дошкольного возраста».**

Источник образования звуков речи — воздушная струя, выходящая наружу из легких через гортань, глотку, полость рта или носа. Правильное речевое дыхание обеспечивает нормальное звукообразование, создает условия для поддержания громкости речи, четкого соблюдения пауз, сохранения плавности речи и интонационной выразительности.

Различные несовершенства речевого дыхания, такие как неумение рационально использовать выдох, речь на вдохе, неполное возобновление запаса воздуха могут быть обусловлены различными причинами: недостаточным вниманием взрослых к речи детей, общей ослабленностью ребенка, аденоидными разращениями, сердечно-сосудистыми заболеваниями и т.д.

Дети, которые имеют 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 дети не договаривают слова и нередко в конце фразы произносят их шепотом. Иногда, чтобы закончить длинную фразу, они вынуждены говорить на вдохе, отчего речь становится нечеткой, судорожной, с захлебыванием. Укороченный выдох вынуждает говорить фразы в ускоренном темпе, без соблюдения логических пауз.

Приступая к развитию у ребенка речевого дыхания, необходимо, прежде всего, сформировать сильный плавный ротовой выдох. При этом нужно научить ребенка контролировать время выдоха, расходовать воздух экономно. Дополнительно у ребенка развивается способность направлять воздушную струю в нужном направлении.

**Условия развития речевого дыхания детей:**

1. Не заниматься в пыльной, непроветренной или сырой комнате;
2. Выполнять дыхательные упражнения следует не ранее чем через 1,5 – 2 часа после еды;
3. Одежда не должна стеснять шею, грудь и живот ребенка;
4. Следить за тем, чтобы во время упражнений не было напряжения мышц шеи, рук, груди; чтобы плечи и ключицы не поднимались при вдохе, а при выдохе не опускались;
5. Дидактический материал должен быть легким, безопасным, располагаться на уровне рта;
6. Выдоху предшествует сильный вдох через нос – набираем полную грудь воздуха;
7. Выдох происходит плавно, а не толчками;
8. Во время выдоха губы складываются трубочкой, не следует сжимать губы, надувать щеки;
9. Во время выдоха воздух выходит через рот, нельзя допускать выхода воздуха через нос *(если ребенок выдыхает через нос, можно зажать ему ноздри, чтобы он ощутил, как должен выходить воздух)*;
10. Во время пения или разговора нельзя добирать воздух при помощи частых коротких вдохов.

При проведении упражнений, направленных на развитие у ребенка дыхания, необходимо иметь в виду, что дыхательные упражнения быстро утомляют ребенка, а частые повторения упражнений могут вызвать головокружение. Поэтому такие игры необходимо ограничивать по времени *(можно использовать песочные часы)* и обязательно чередовать с другими упражнениями.

Длительность упражнений для младшего возраста 2-3 минуты, для старшего возраста 3-5 минут с перерывом на отдых.

 **«Разноцветные султанчики, вертушки»**

Развивают плавный продолжительный выдох.

**« Горячий чай»**

Развивает плавный продолжительный выдох.

 **« Загони мяч в ворота» «Весёлые бабочки»**

Направлен на развитие целенаправленного сильного выдоха.

**« Ракеты»**

Данный тренажер направлен на развитие силы выдоха.

**«Лабиринты»**

Данный тренажер развивает умение управлять силой выдоха.

**« Живой стаканчик»**

Вырабатывает целенаправленный продолжительный выдох.

**«Ловушка»**

Тренажер развивает целенаправленный продолжительный выдох.

**«Угадай, кто в домике живет»**

Данные тренажеры развивают целенаправленную воздушную струю при постановке свистящих звуков.

**“Свеча”**

 Исходное положение – сидя за столом. Представьте, что перед вами стоит большая свеча. Сделайте глубокий вдох и постарайтесь одним выдохом задуть свечу. А теперь представьте перед собой 5 маленьких свечек. Сделайте глубокий вдох и задуйте эти свечи маленькими порциями выдоха.

**“Дышим носом”**

Подыши одной ноздрей, И придет к тебе покой. Исходное положение – о. с. 1 - правую ноздрю закрыть указательным пальцем правой руки, левой делать тихий, продолжительный вдох; 2 - как только вдох окончен, открыть правую ноздрю делать тихий продолжительный выдох с максимальным освобождением от воздуха легких и подтягиванием диафрагмы максимально вверх

**“Ныряльщик”**

Исходное положение – стоя. Сделать глубокий вдох, задержать дыхание, при этом закрыть нос пальцами. Присесть, как бы нырнуть в воду. Досчитать до 5 и вынырнуть – открыть нос и сделать выдох.

**“Надуй шарик”**

Исходное положение - лежа на спине. Детям расслабить мышцы живота, начать вдох, надувая в животе воображаемый шарик, например, красного цвета (цвета необходимо менять). Пауза - задержка дыхания. Выдох - втянуть живот как можно сильнее. Пауза - вдох, при этом губы вытягиваются трубочкой и с шумом «пьют» воздух

**“Дыхание”**

Тихо-тихо мы подышим, Сердце мы свое услышим. И. п. - о. с. 1- медленный вдох через нос, когда грудная клетка начнет расширяться — прекратить вдох и сделать паузу длительностью 4с; 2 — плавный выдох через нос

**“Губы-трубы”**

Чтобы правильно дышать, Нужно воздух нам глотать. И. п. - о. с. 1 — полный вдох через нос, втягивая живот; 2 — губы сложить «трубочкой», резко втянуть воздух, заполнив им все легкие до отказа; 3 — сделать глотательное движение, как бы глотая воздух; 4 — пауза в течение 2-3 с, затем поднять голову вверх и выдохнуть воздух через нос плавно и медленно.