**Развитие речевого дыхания у детей с нарушениями речи**

Что такое наша речь? Это поток звуков, которые образуются в речевом аппарате при непосредственном участии дыхания - воздушной струи, возникающей в легких.

Различают речевое и неречевое дыхание. Неречевое, или дыхание физиологическое, осуществляется в автоматическом режиме. Вдох равен выдоху и происходит через нос. Речевое дыхание произвольно, оно позволяет рациональнее расходовать выдыхаемый воздух. За коротким энергичным вдохом идёт пауза, за ней продолжительный выдох через рот - источник образования звуков.

Правильное речевое дыхание способствует корректному звукообразованию, поддержанию нормального уровня громкости, плавности и выразительности речи.

*Проблемы в развитии речевого дыхания*.

Какие проблемы могут возникнуть у ребенка, если речевое дыхание нарушено?

*Нерациональный расход выдыхаемого воздуха*

1. Часто родители могут быть свидетелями такой картины. Малыш, который только начал говорить, пытаясь что-то сказать, делает вдох, начинает произносить нужные слова, но ему не хватает воздуха до конца фразы. Он останавливается, набирает воздух и часто забывает, что хотел сказать. Такая картина свидетельствует о нерациональном расходовании воздуха

*Слабое развитие дыхательного аппарата*

1. Еще один пример нарушения в развитии речевого дыхания: дыхательный аппарат дошкольника развит плохо. Дыхание поверхностное, грудное. У ребенка слабый вдох и слабый короткий выдох. В этом случае он говорит тихо, нечётко, часто не договаривает фразу до конца. Или чтобы все успеть сказать малыш говорит очень быстро и от этого страдает интонация, не соблюдаются нужные паузы. Кроме того, при таком нарушении у ребенка явно будут проблемы со звукопроизношением. Так как для произнесения многих звуков речи необходим сильный целенаправленный ротовой выдох. Слабое развитие дыхательного аппарата у дошкольников может быть связано с их физиологическим состоянием, наличием хронических заболеваний дыхательных путей и малоподвижным образом жизни.
2. Часто дети с нарушением речевого дыхания говорят на вдохе.

Решающее значение для правильной постановки речевого дыхания несет развитие фазы выдоха. **Поэтому основная задача, на которую направлены упражнения по развитию речевого дыхания – выработать сильный, направленный, длительный, плавный, ротовой выдох.** Выработка такого выдоха считается одним из необходимых и значимых условий постановки звуков.

Работа по воспитанию воздушной струи на логопедических занятиях начинается на подготовительном этапе формирования правильного звукопроизношения, наряду с развитием фонематического слуха и артикуляционной моторики и делится на насколько этапов. Логопеды на первом этапе учат детей дифференцировать носовой вдох и ротовой выдох. Второй этап работы над развитием речевого дыхания – выработка диафрагмального типа дыхания. Для этого проводятся упражнения в положении лежа на спине. Ребенку предлагается покатать игрушку на животике. При вдохе, игрушка поднимается вверх, при выдохе – опускается вниз. Далее детей учат дуть в соломинку или трубочки для выработки целенаправленной дыхательной струи. Следующий этап - выработка сильного, направленного, длительного, плавного, ротового выдоха через губки, сложенные трубочкой. Затем детей учат дуть на кончик язычка. Все это происходит в игровой форме с помощью дыхательного упражнения «Остуди блинчик». Следующий этап – научиться выдыхать на кончик языка, чтобы выдыхаемая струя поднималась вверх. Для этого подходят дыхательные упражнения «Парашют», «Фокус». Одновременно детей учат произносить на выдохе звуки, звукосочетания, фразы. Например, изучая тему фрукты, можно вдыхать аромат воображаемых фруктов, а на выдохе произносить: «Ах, как пахнет».

Для развития речевого дыхания важно помнить о правилах выполнения дыхательной гимнастики:

- игры и упражнения должны проводиться в хорошо проветриваемом помещении с достаточным количеством свежего воздуха;

- одежда не должна стеснять движений ребенка;

- занятия по дыхательной гимнастике должны проводиться до приема пищи или через час после него;

- нельзя заниматься с ребенком, если у него заболевание органов дыхания в острой стадии;

- необходимо контролировать выполнение упражнений по времени, так как дыхательные упражнения могут быстро утомить ребенка и вызвать головокружение. Каждое упражнение на дыхание выполняется не более двух трех раз. Время проведения занятий необходимо увеличивать постепенно: от 1-2 минут до 3-5, всегда интересуясь самочувствием ребенка. Необходимо давать ребенку отдохнуть, чередовать упражнения с другими видами деятельности.

Вот основные моменты правильного речевого дыхания:

- короткий, сильный вдох через нос. Взрослый может визуально оценить расширение диафрагмы ребенка;

- выдох осуществляется плавно через рот. Губы при этом необходимо складывать трубочкой. Ребёнок не должен поднимать плечи и надувать щёки. Если ребенок не выдыхает через рот, попросите его зажать ноздри рукой, что бы он ощутил, как должен выходить воздух через рот;

- выдох должен быть длинным и плавным;

- выдыхать нужно полностью, пока не закончится весь воздух;

- необходимо следить за тем, чтобы во время упражнений не напрягались мышцы рук, шеи, груди.

Для работы над длительным, целенаправленным и плавным выдохом можно использовать огромное количество игр. Но есть одно важное правило – ребенок всегда должен видеть результат своего выдоха. Не просто дуть, а дуть на что-то или куда-то.

Важно помнить, что ведущая деятельность детей дошкольного возраста – это игра. Дыхательные упражнения – не исключения. Для развития воздушной струи можно использовать различные поддувалочки. Хорошо, если они будут совпадать с лексической темой недели. Можно отработать различные грамматические конструкции. Например, я буду дуть на…, я дую на красный помидор, или – я буду дуть на лист березы. Можно использовать любые легкие предметы: лепестки цветов, осенние листочки, перья, пушистики, ватные диски.

Мыльные пузыри – идеальный тренажёр для развития речевого дыхания. Можно посоревноваться с ребенком, у кого дольше буту вылетать пузыри, или кто надует самый большой пузырь.

Часто логопеды используют вертушки. Можно приобрести для этих целей свистульки, но помнить о том, что они должны быть индивидуальные.

Игра «Плыви кораблик» также направлена на развитие сильного целенаправленного выдоха. Кроме того, эту игру можно смастерить из подручных средств: крышек, губок.

Можно дуть на карандаши, увеличивая их количество. Отличный вариант для развития дыхания – свечи. Особенно подкупает многозадачность при использовании этих тренажеров. Например, дуй не на желтую и не на красную свечу. Дуй сначала на желтую, потом на синюю. Дуй так, чтобы пламя погасло. Дуй, что бы пламя не погасло, а отклонилось.

А если привлечь к проблеме развития дыхания у детей с нарушениями речи родителей, то работа пойдет в два раза быстрее.

Все упражнения для развития дыхания достаточно просты и не требуют специальной подготовки от родителей. 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.