**«Развитие речевого дыхания у детей дошкольного возраста»**



Правильное дыхание – основа жизни, здоровья и долголетия. Плавный длительный выдох – это энергетическая основа и важнейшее условие правильной речи. В норме у ребенка одновременно с развитием речи вырабатывается правильное речевое дыхание. Оно обеспечивает нормальное голосообразование, правильное усвоение звуков, способное изменять силу их звучания, помогает соблюдать паузы, сохранять плавность и музыкальность речи, менять громкость. Для речи физиологического дыхания не хватает. Речь требует большего количества воздуха, постоянного дыхательного запаса, экономного расходование его.

Цель дыхательных упражнений – научить детей быстро, бесшумно производить вдох и рационально плавно расходовать воздух на выдохе.

Подготовительная работа, направленная на развитие речевого дыхания, состоит в том, чтобы научить детей производить быстрый вдох через рот и нос и плавно, равномерно, медленно выдыхать воздух с различной силой через рот.

Последовательность работы над постановкой речевого дыхания.

**Первый этап:**

Цель: Улучшить функции внешнего дыхания.

Дети получают знания, что дышать надо носом, нельзя поднимать плечи при вдохе, в дыхании должен участвовать живот.

*Примерные упражнения*

Вдох и выдох через нос.

Вдох и выдох через рот.

Вдох через нос, выдох через рот.

Вдох через рот, выдох через нос.

Подышать одной ноздрей, потом другой.

**Второй этап:**

Цель: Вырабатывать более глубокий вдох и длительный выдох.

Дети получают знания об основных дыхательных процессах: вдох и выдох, и о том, что силу выдоха можно тренировать.

*Примерные упражнения, требующие оборудования*

**«Перышко»** — Перышко или пушинку подбрасывать в воздух и дуть на нее, не давая упасть.

**«Ветерок»** — подуть на различные предметы, подвешенные на ниточке. Сдуть бабочку с цветка, на котором она привязана за ниточку.

Подуть на огонек свечки, сделанной из цветной бумаги; на дымок от паровоза; на пар, струящийся над картонной чашкой; на капельки от тучки, висящие на ниточках или сделанные из фольги и. т. д.

Сдуть со стола мелко нарезанные цветные бумажки, пушинки, ватку.

Дуть на лежащие на столе палочки; карандаши разной формы (круглые, граненые) и длины; шарики разного веса: пластмассовые, деревянные, резиновые, стараясь сдвинуть их с места.

Дуть на различные предметы, плавающие в миске с водой.

**«Буря в стакане»**. Бурление воды в стакане с помощью трубочки для коктейлей.

*Примерные упражнения, не требующие оборудования*

**«Пошумим»** — громко вдыхать и выдыхать.

**«Хомячок»** — пошмыгать носом с закрытым ртом.

**«Собачке жарко»** — Часто подышать носом с высунутым языком.

**«Воздушный шарик»** — резкий выдох – живот вытянули. Затем расслабить или **«отпустить»** мышцы живота.

При вдохе живот естественно **«выталкивается»** вперед, как шарик.

**Третий этап:**

Цель: Развитие фонационного (озвученного) выдоха.

Ребенок тянет на выдохе звуки с голосом максимально долго.

Сначала гласные, потом согласные.

*Примерные упражнения*

*Длительное протяжное произнесение гласных звуков.*

**«Кукла плачет – а-а-а»**, **«Дует сильный ветер – у-у-у»**.

*Длительное произнесение согласных звуков.*

**«Сердитая муха»** — Муха жужжит над ухом **«дз-з-з»** — на одном дыхании при усилении и ослаблении звука.

Игры – соревнования: **«Кто дольше споет песенку на одном звуке?»**, **«Чья песенка длиннее?»**

**Четвертый этап:**

Цель: Развитие речевого дыхания.

Ребенок произносит на выдохе слоги, отдельные слова, фразы.

Младший возраст – 2-3 слова, старший возраст – 3-5 слов.

*Примерные упражнения*

Многократное повторение слогов. **«Паровоз – чух-чух-чух»**, **«Дождик капает – кап-кап-кап»**, **«Зайка прыгает – оп-оп-оп»**, **«Мишка топает – топ-топ-топ»**.

Счет от 1 до 5, от 5 до 10, от 1 до 10 и. т. д.

Назвать времена года, дни недели, названия месяцев и. т. д.

**Пятый этап:**

Цель: Формирование правильного речевого дыхания в процессе произношения текста.

Чередование дыхательных упражнений и других видов игр.

Пересказ сказок.

Разучивание стихов.

Пение.