Муниципальное дошкольное образовательное учреждение

Старокулаткинский детский сад №1 «Гульчачак»

Адрес:433940, Ульяновская область, Старокулаткинский район,

р.п. Старая Кулатка, ул. Куйбышева, д.7

Телефон: (84249)2-11-40; e-mail: GulchachakDetsad1@mail.ru

*Детство без границ: опыт организации инклюзивного образования и инновационные технологии коррекционной педагогики*

**Логопедический проект**

***«Роль дыхания в***

***процессе речи»***

Подготовила: учитель-логопед

Курмашева Фания Мунировна

8-927-805-76-85

***2021-2022 год***

***р.п. Старая Кулатка***

**Содержание**

**Введение**……………………………………………………………………………….2

1. Информационная карта проекта…………………………………………………3
2. Актуальность……………………………………………………………………...3
3. **Цель проекта, задачи и** предполагаемый результат. …………………………4
4. Этапы проекта……………………………………………………………………. 5

**Итоги проекта**…………………………………………………………………….......6

**Литература**…………………………………………………………………………… 8

**Приложение**……………………………………………………………………………9

**Информационная карта проекта**

**Название проекта:**«Использование дыхательных упражнений в системе занятий по профилактике фонетических нарушений речи у детей подготовительной группы, занимающихся в ДОУ для детей с ТНР»

**Вид проекта:**игровой.

**Срок реализации проекта:** среднесрочный (сентябрь 2021 г. – май 2022 г.)

**Предметная область:**межпредметный проект (познавательное развитие, речевое развитие, рисование, игра).

**Место проведения:** МДОУ Старокулаткинский детский сад №1 «Гульчачак»

**Участники проекта**–  
1. Дети подготовительной группы «Ромашка», занимающиеся в логопедическом пункте.  
2. Воспитатели группы.  
3. Специалист: учитель-логопед.  
4. Родители воспитанников.

**Возраст детей:** 6-7лет.

**Формы работы:** фронтальная, подгрупповая, индивидуальная.

**По характеру контактов –**в контакте с семьей.

**Актуальность**

Дети с тяжелыми нарушениями речи плохо говорят, дефекты их речи носят стойкий характер с огромным количеством нарушений звукопроизношения. Как известно произношение звуков тесно связано с дыханием. Правильное речевое дыхание обеспечивает нормальное звукообразование, создаёт условия для поддержки громкости голоса, чёткого соблюдения пауз, сохранение плавности речи и интонационной выразительности.

Цель дыхательных упражнений: увеличить объём дыхания, нормализовать его ритм, выработать плавный, длительный, экономный выдох. Кроме того, дыхательные упражнения не только влияют на формирование правильного речевого дыхания, но и помогают также научить ребенка правильно произносить те или иные звуки. Звуки речи образуются при определенном положении артикуляционного аппарата, при соответствующих движениях языка, губ, мягкого нёба. Речевой выдох — необходимое условие для произношения звуков. Если ребенок плохо говорит, то начинать работу по развитию речи следует, прежде всего с развития дыхания. Если ребенок во время речи надувает щеки, то и речь его невнятна именно по этой причине. И прежде, чем начинать постановку звуков, необходимо научить ребенка правильной выработке воздушной струи. В зависимости от того, куда направлена воздушная струя - в ротовую или [носовую полость](https://ns-club.ru/veny-polosti-nosa-naruzhnyi-nos-nosovaya-polost-obonyatelnaya-i-dyhatelnaya.html), звуки будут (при одинаковой установке артикуляционного аппарата) звучать по-разному: «м, мь», «н, нь» - при прохождении воздуха через носовую полость; «б, бь», «д, дь» - при выходе воздушной струи через рот. При произнесении фрикативных звуков «с», «ш», «ж» и др. требуется достаточно длительный выдох через рот. Чтобы привести в колебание кончик языка при произнесении звуков «р», «рь», нужна сильная воздушная струя.

Развивать дыхание помогают различные игры и упражнения. Данный проект является подготовительным (стартовым) для постановки звуков. Полученные умения и навыки планируется применять в течение всего коррекционного процесса речевого развития. Упражнения дыхательной гимнастики проводятся в процессе логопедического занятия или как часть его.

**Цель:**формирование у детей умения управлять органами дыхания, развить нижнедиафрагмальное дыхание.

**Задачи**:

1. Развитие дифференцированного речевого и ротового выдоха у детей.
2. Развитие сильного, плавного, направленного выдоха без участия речи.
3. Развитие сильного плавного выдоха:

* на материале гласных звуков,
* на материале согласных звуков
* на материале слогов, слов
* на материале предложений и фраз.

4. Формирование и закрепление нижнедиафрагмального дыхания

5. Изучение, обобщение и внедрение в практику опыта коллег.

6. Развитие творческой инициативности детей, родителей и педагогов.

**Предполагаемый результат.**

Дети научатся правильному дыханию при речи, в результате речь станет более чёткой, разборчивой.

Будет разработан перспективный план и картотека по формированию речевого дыхания.

Конечным продуктом проекта будет являться:

* Сформированная устойчивая мотивация детей к речевой самореализации.
* Повышение грамотности родителей в вопросах воспитания и обучения детей с [речевыми нарушениями](https://ns-club.ru/metodicheskaya-razrabotka-po-logopedii-srednyaya-gruppa-na-temu-v-gosti-k-yazychku.html), оказания им поддержки и помощи в коррекционном процессе
* Повышение [профессиональной компетентности](https://ns-club.ru/delovaya-igra-dlya-vospitatelei-igra-eto-serezno-igra-dlya.html) [воспитателей ДОУ](https://ns-club.ru/temy-po-samoobrazovaniyu-v-doshkolnom-uchrezhdenii-plan-samoobrazovaniya-vospitatelya-dou.html) в вопросе оказания поддержки детям с речевыми нарушениями.

**Этапы проекта:**

1. Организационный
2. Практический
3. Заключительный

**Этапы реализации проекта**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Мероприятия** | **Сроки** |
| **1 этап Организационный** |  |  |
| 1. | Изучение литературы по вопросу развития речевого дыхания | сентябрь |
| 2. | Составление перспективного плана работы над дыханием. | октябрь |
| 3. | Планирование работы с родителями по вопросу формирования правильного дыхания | октябрь |
| **2 этап Практический** |  |  |
|  | **Работа с детьми:** |  |
| 1. | Выработка длительного плавного выдоха,  Дифференциация ротового и носового выдоха | октябрь |
| 2. | Выработка глубокого вдоха | ноябрь |
| 3. | Формирование физиологического дыхания, развитие его силы | декабрь |
| 4. | Развитие силы голоса и речевого дыхания | январь |
| 5. | Закрепление диафрагмального дыхания на материале гласных и согласных звуков | февраль, март |
| 6. | Закрепление диафрагмального дыхания на материале слогов, слов и предложений | апрель, май |
|  | **Работа с родителями:** |  |
| 1. | Консультация тренинг «Развитие речевого дыхания детей – дошкольников» | ноябрь |
| 2. | Оформление папки- передвижки «Упражнения на развитие речевого дыхания детей» | декабрь |
| 3. | Индивидуальные консультации для родителей | В течение года |
| 4. | Оформление памятки для родителей  «Упражнения для развития речевого дыхания» | февраль |
|  | **Работа с педагогами группы** |  |
| 1. | Консультация «Речевое дыхание – энергетическая основа речи» | ноябрь |
| 2. | Оформление памятки для воспитателей группы «Изготовление игр и пособий по развитию дыхания у детей» | декабрь |
| 3. | Посещение занятий по развитию звуковой стороны речи у воспитателей | февраль |
| **3 этап Заключительный** |  |  |
| 1. | Участие детей, занимавшихся на логопункте, в весенних утренниках | март, май |
| 2. | Разработка картотеки упражнений на формирование речевого дыхания | апрель |

**План реализации проекта:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Месяц** |  |
| Сентябрь | «Сдуй жука, бабочку со цветка»  «Подуй на бабочку» |
| Октябрь | «Подуй на листочки»  «Ветерок» |
| Ноябрь | «Подуй на вертушку»  «Подуй на облака»  «Подуй на листья»  «Улетай тучка» |
| Декабрь | «Подуем на пушинку»  «Прокатаем брёвнышки»  «Новогодняя гирлянда» |
| Январь | «Подуй на снежинку»  «Погреем ручки» |
| Февраль | «Подуй на вертушку»  «Заморозим пальчик»  «Снег идёт!» |
| Март | «Подуй на чай» |
| Апрель | «Насос»  «Змейка»  «Подуй на картинки и назови что нарисовано» |
| Май | «Забей мяч в ворота» |

**Вывод:**

Выработка воздушной струи является одним из необходимых и значимых условий постановки звуков. Работу по воспитанию воздушной струи необходимо начинать на подготовительном этапе формирования правильного звукопроизношения, наряду с развитием фонематического слуха и артикуляционной моторики. Правильное речевое дыхание-основа для нормального звукопроизношения, речи в целом. Работа, направленная на развитие дыхания, выработки воздушной струи дает положительный эффект. При педагогическом воздействии овладение [правильным дыханием](https://ns-club.ru/kak-uluchshit-artikulyaciyu-rechi-pravilnaya-osanka-i-silnoe.html) идет быстрее, раньше происходит удлинение и усиление внеречевого выдоха, удлинение выдоха в процессе фонации звуков, что дает возможность быстрее поставить необходимые звуки.

У родителей повысится интерес к работе по вопросам речевого развития детей, в частности - по формированию правильного звукопроизношения. Родители будут знать, что такое дыхательные упражнения, познакомятся с правилами проведения. Они станут выполнять эти упражнения с детьми в домашних условиях, что поможет ускорить процесс коррекционной работы по звукопроизношению.

В процессе работы над проектом составляются картотеки и комплексы дыхательных упражнений для использования воспитателями и родителями.

**В перспективе:**поиск и разработка новых инновационных форм [коррекционной работы](https://ns-club.ru/korrekcionno-razvivayushchaya-programma-raboty-s-detmi-s-zpr-rol-zakalivayushchih.html) с детьми с речевыми нарушениями во взаимодействии со всеми участниками образовательного процесса.

Использование [проектной деятельности](https://ns-club.ru/metody-priemy-tehnologii-fgos-v-detskom-sadu-proektnaya-deyatelnost-v.html) вполне возможно и даже необходимо в коррекционно-логопедическом процессе для более прочного, полноценного освоения детьми новых умений и навыков. Но эта деятельность должна носить коррекционную направленность, то есть, решая в ходе проектирования различные познавательно-практические задачи вместе со взрослыми и сверстниками, дети с недоразвитием речи должны упражнять свои речевые возможности, тренировать языковые навыки и умения.

**Список литературы**

1. Леонова М.А., Крапивина Л.М. Дидактические материалы по логопедии: «Послушный ветерок» М., «Школа – пресс», 1999.
2. Лукьянов Л.А., Ермолаев О.Ю., Сергиенко В.П. Тренируем дыхание. М.,Знание 1987.
3. Симкина Л.П.,.Титаровский Л.В. Азбука здоровья М.,Амрита – Русь, 2006
4. Веракса Н.Е., Веракса А.Н. Проектная деятельность дошкольников. М., 2010
5. Евдокимова Е.С. Технология проектирования в ДОУ. Сфера. М.2005

6. Вакуленко Л.С. Воспитание правильного звукопроизношения у детей: Учебно- методическое пособие. – Мурманск: МГПУ, 2008. – 116 с.

7. Белякова Л.И., Гончарова Н.Н., Шишкова Т.Г. Методика развития речевого дыхания у дошкольников с нарушениями речи – М.: Книголюб, 2004. – 56 с.

8. Полякова М.А. Самоучитель по логопедии. Универсальное руководство. – М.: Т. Дмитриевна, 2015. – 160 с.

9. Ханьшева Г.В. Логопед спешит на помощь: практикум по логопедии. - Ростов н/Д: Феникс, 2013. – 109 с.

10. Коноваленко В. В., Коноваленко С. В. Хлоп – топ: Нетрадиционные приемы коррекционной логопедической работы с детьми 6-12 лет. – М.: Издательство «Гном и Д», 2018.

**Приложение 1**

**Игры и упражнения на развитие речевого дыхания**(Подготовительная группа)

**«Сдуй бабочку».**Сдуть бабочку с цветка**.**

**«Подуй на бабочку**».  
Ребенок сидит за столом. Педагог предлагает ребенку подуть на нее, чтобы она улетела как можно дальше (дуть можно один раз).

|  |  |
| --- | --- |
| https://i1.wp.com/xn----8sb3aemcew1d.xn--p1ai/wp-content/uploads/2016/02/Ris02.jpg | https://i0.wp.com/xn----8sb3aemcew1d.xn--p1ai/wp-content/uploads/2016/02/Ris03.jpg |

**«Сдуй жука».**Сдуть жука c цветка.

|  |  |
| --- | --- |
| https://i1.wp.com/xn----8sb3aemcew1d.xn--p1ai/wp-content/uploads/2016/02/Ris04.jpg | https://i1.wp.com/xn----8sb3aemcew1d.xn--p1ai/wp-content/uploads/2016/02/Ris05.jpg |

**«Подуем на листочки».**Сдуть листочки (засушенные, вырезанные из бумаги) со стола, с ладони.

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

**«Вертушка».**Перед началом игры подготовьте игрушку-вертушку. Покажите ребенку вертушку. На улице продемонстрируйте, как она начинает вертеться от дуновения ветра. Затем предложите подуть на нее самостоятельно.

|  |  |
| --- | --- |
| https://i0.wp.com/xn----8sb3aemcew1d.xn--p1ai/wp-content/uploads/2016/02/Ris08.jpg | https://i0.wp.com/xn----8sb3aemcew1d.xn--p1ai/wp-content/uploads/2016/02/Ris09.jpg |

**«Горячий чай».**Взрослый предлагает ребенку подуть на [горячий чай](https://ns-club.ru/chai-karkade-ot-davleniya-povyshaet-ili-ponizhaet-arterialnoe.html) (суп) в чашке (тарелке), чтобы он быстрее остыл. (Чашка вырезается из цветного картона, пар изображается папиросной бумагой). Ребенок дует в «пар». Если правильно дует, то «пар» отклоняется от чашки.



**«Подуем на облака».**Подуть на бумажные облака, подвешенные на нитке.



**«Плыви, кораблик!»**  
Взрослый предлагает ребёнку подуть на легкий бумажный или пластмассовый кораблик в ёмкости с водой.



**«Мыльные пузыри».**Взрослый знакомит ребенка со способом действия с игрушкой и побуждает его выдувать мыльные пузыри через колечко.



**«Подуем на снежинку».**Сдуть с варежки снежинку на веревочке.

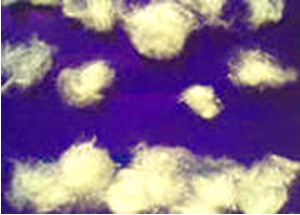


**«Шарик».**Педагог предлагает детям надуть к предстоящему празднику шарики. Дети должны набрать воздух через нос и медленно выдохнуть его через рот в отверстие шарика. Тот, кто правильно выполнит задание, сможет поиграть с надутым шариком.



**«Новогодняя гирлянда».**Гирлянда выкладывается на стол. Педагог предлагает детям дунуть на неё один раз так, чтобы «сдвинуть» с места. Дети по очереди выполняют упражнение, при этом гирлянда перемещается от одного края стола к другому.

**«Снег идёт!**»  
Педагог раскладывает на столе кусочки ваты, напоминает детям про зиму. «Представьте, что сейчас зима. На улице снежок падает. Давайте подуем на него!» Взрослый показывает, как дуть на вату, дети повторяют.



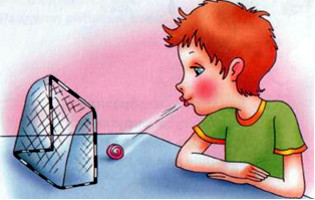
**«Прокатаем брёвнышки».**Педагог предлагает детям присесть на корточки около стола (рот на уровне стола, положить перед собой круглый карандаш («брёвнышко») и подуть на него так, чтобы он покатился. Упражнение повторить 3-4 раза. Для усложнения вместо круглого карандаша используется гранёный.





**«Подуй на картину и узнай. что нарисовано».**Педагог предлагает подуть на дождики и назвать картину, время года.

**«Забей мяч в ворота».**Соорудите из конструктора или другого материала ворота, возьмите шарик от пинг-понга или любой другой легкий шарик. И поиграйте с ребенком в футбол. Ребенок должен дуть на шарик, стараясь загнать его в ворота. Можно взять два шарика и поиграть в игру: «Кто быстрее».



**Упражнения на развитие речевого дыхания**

**Заморозим пальчик.**Подуть на пальчик холодной струей воздуха.

**Погреем ручки.**Взрослый предлагает ребенку погреть свои, мамины ручки. Необходимо обращать внимание на положение губ (рот широко открыт). Усложнение: «греем ручки» с одновременным длительным произнесением гласных звуков «А, У»

**Воздушный поцелуй.**Сдуть воображаемый поцелуй с ладошки в адрес кого-либо из окружающих.

**Пой со мной!**Взрослый предлагает детям вместе с ним спеть песенки. Первая песенка: «А-А-А!» Наберите воздуха – выдохните его медленно. Песенка должна получиться длинная. Во время игры педагог следит за четким произношением и утрирует артикуляцию звуков. Сначала пропеваются звуки А, У, постепенно количество «песенок» увеличивается.

**Девочки поют.**Сначала взрослый показывает детям картинки с изображением поющих девочек с чётко прорисованной артикуляцией гласных звуков и предлагает угадать, какая девочка и какой звук поет. Затем раздает по одной картинке и предлагает спеть такой же звук.

**Насос.**Взрослый предлагает детям поиграть в насосы. Игра проводится на полу и сопровождается движениями, имитирующими накачивание колеса при помощи насоса. «Кто из вас любит кататься на велосипеде? Все любят. Но иногда колёса прокалываются и сдуваются. Давайте возьмем насосы и накачаем колёса – вот так! «С-С-С» – работают насосы!» Взрослый показывает движения насоса и объясняет, что следует вдохнуть воздух больше обычного. Пока насос работает, постепенно плавно выдыхать воздух, произнося звук С. Добирать воздух во время произнесения звука нельзя. Насос может продолжать работать после паузы, когда ребенок сделает следующий вдох.

**Змейка.***«Давайте превратимся в змей! Вылезли змейки из нор и греются на солнышке. Змеи шипят: «Ш-Ш-Ш!»*Напомнить детям, что следует вдохнуть больше воздуха и шипеть долго, добирать воздух во время произнесения звука нельзя.

**Пароход гудит.**Имитация звука низким голосом: Уууу-Ууу…

**Одуванчик.**Делает глубокий вдох носом, затем длинный выдох через рот, как будто хочет сдуть с одуванчика пух.

**В лесу.**Представьте, что вы заблудились в густом лесу. Сделав вдох, на выдохе произнесите «ау». Меняйте интонацию и громкость и поворачивайтесь то влево, то вправо. Повторите с ребенком пять-шесть раз.



**Отрабатывая правильное речевое дыхание придерживайтесь следующих рекомендаций:**

1. **вдох через нос, выдох осуществляется ртом;**
2. **губы при выдохе немного открыты («трубочкой»);**
3. выдох должен быть продолжительный и плавный; предметы, предлагаемые ребенку для поддувания, должны находиться на уровне рта ребенка;
4. **не поднимать плечи;**
5. **не надувать щеки при выдохе;**
6. **упражнение на развитие дыхания повторить не более 3-5 раз;**
7. **осанка ребенка должна быть правильной (спину держать прямо, не сутулиться, не опускать плечи)**
8. **проводить упражнения по формированию правильного речевого дыхания в игровой форме;**
9. **помещение предварительно проветрить перед проведением дыхательной гимнастики.**

**Приложение 2**

Консультация для родителей №1

**Дыхательная гимнастика для здоровья детей**

          Обучив малыша простым и веселым дыхательным упражнениям, вы сделаете неоценимый вклад в его здоровье и профилактику ОРВИ.

          Дыхательные упражнения могут проводиться во время утренней гимнастики, гимнастики после пробуждения или на прогулке. На первых порах дыхательные упражнения кажутся детям одними из самых сложных. И тем важнее помочь детям, превратив скучные упражнения в веселую игру. Не следует ставить цель выполнить все упражнения сразу. Можно выполнять несколько хорошо знакомых, постепенно дополняя их новыми, или менять, разбив по дням недели. Дыхательная гимнастика для ребенка может стать как приятным времяпровождением, к которому он сам будет стремиться, так и тягостным рутинным действиям, от которого лишь негативные эмоции. Все в ваших руках!

**Почему дыхательная гимнастика нужна?**

«Дыхательная система ребенка устроена природой чрезвычайно сложно и мудро. Главная задача родителей – сохранить ее здоровой». Дыхательные упражнения способствуют насыщению кислородом каждой клеточки организма. Умение управлять дыханием способствует умению управлять собой.

**Правильное дыхание.**

     Еще одно необходимое условие правильного развития, хорошего роста – умение правильно дышать. Ребенка легко можно научить правильному дыханию. Девять детей из десяти дышат неправильно и по этой причине плохо себя чувствуют. Ребенка, не умеющего правильно дышать, можно узнать сразу: узкие плечи, слабая грудь, рот открыт, движения нервозны.

         Суть дыхания в том, чтобы впустить воздух в легкие и насытить кислородом кровь в легочных альвеолах. Дыхание распадается на два акта: вдох, во время которого грудь расширяется и воздух проникает в легкие; и выдох – грудная клетка возвращается к своему обычному объему, легкие сжимаются и выталкивают имеющийся в них воздух.

         Ваша задача – научить ребенка хорошо очищать легкие. Если он полностью не выдыхает, то в глубине легких остается изрядное количество испорченного воздуха, а кровь получает мало кислорода. Научив ребенка дышать через нос, вы поможете ему избавиться от частых насморков, гриппа, ангины и т.п.

        Нужно приучить ребенка к полному дыханию, чтобы он расширял грудную клетку и развивал мышцы живота. Покажите, как втягивать живот во время дыхания, сделать его плоским и впалым.

        Понять, что такое дыхание, поможет игра с розой и одуванчиком. Дайте ему понюхать цветок (рот закрыт, ноздри развернуты). Многие дети сопят, а не нюхают. Помогите почувствовать разницу. Затем дайте подуть на одуванчик: сначала ртом, чтобы он видел, как разлетаются зернышки, потом носом (поочередно прижимая к переносице то одну ноздрю, то другую).

Очень полезная для развития лёгких игрушка – свисток, тем более что разновидностей свистков существует великое множество, так что ребёнок не заскучает. Очень увлекательная игра, если дуть через трубочку для коктейля в стакан с водой. Ребёнок дует, вода пузырится – весело и полезно, не только для укрепления дыхательных путей, но и для развития речевого аппарата. Деткам постарше можно надувать воздушные шарики. Но помните, что дыхательные упражнения очень утомляют и могут вызвать головокружения, поэтому не стоит их выполнять более 5 – 10 минут.

        Можно продолжить игру: заставить кружиться бумажную мельницу, задуть свечу. Эти упражнения тоже выполняются попеременно (ртом и носом). Детей очень веселят мыльные пузыри – тоже полезное занятие для развития правильного дыхания.

        Во время прогулки в сквере, за городом, в лесу, у реки покажите, как можно почувствовать чудесный вкус чистого воздуха, медленно вдыхая его носом. Затем заставьте полностью удалить из легких использованный воздух. Одновременно развивайте восприимчивость: «Что ты чувствуешь? Цвет, запах травы или мокрых осенних листьев?» Можно дуть на одуванчики, сдувать пёрышки с ладошки.

          Правильное дыхание стимулирует работу сердца, головного мозга и нервной системы, избавляет человека от многих болезней, улучшает пищеварение (прежде чем пища будет переварена и усвоена, она должна поглотить кислород из крови и окислиться).

         Медленный выдох помогает расслабиться, успокоиться, справиться с волнением и раздражительностью.

         Кроме того, дыхательные упражнения просто необходимы детям, довольно часто болеющим простудными заболеваниями, бронхитами, а также выздоравливающим после воспаления лёгких или страдающим бронхиальной астмой.

          Дыхательная гимнастика прекрасно дополняет любое лечение (медикаментозное, гомеопатическое, физиотерапевтическое), развивает ещё несовершенную дыхательную систему ребёнка и укрепляет защитные силы организма.

          Важно!!! Занимаясь дыхательной гимнастикой, нужно следить, чтоб у ребенка не было симптомов гипервентиляции легких (учащённое дыхание, резкое изменение цвета лица, дрожание кистей рук, чувство покалывания и онемения в руках, ногах). Если начинает кружиться голова – складываем ладошки вместе («ковшиком»), подносим их вплотную к лицу и несколько раз глубоко дышим в них (2-3 раза). После этого дыхательную гимнастику можно продолжить.

Консультация для родителей №2

**«Развитие речевого дыхания у детей с нарушением речи»**

Дыхание выполняет очень важную функцию в жизнедеятельности человеческого организма. Кроме своей основной физиологической функции, - осуществления газообмена, - дыхание обеспечивает еще и такую функцию, как речевое дыхание. Речевое дыхание  (диафрагмальное) - основа звучащей речи, источник образования звуков, голоса.

Механизм этого типа дыхания заложен в нас природой изначально. Это древнейший тип дыхания, присущий всем теплокровным и на 90% всей потребности в дыхании осуществляется за счет него.

Основная мышца, которая приводит этот тип дыхания в действие – **диафрагма**. Она разделяет брюшную и грудную полости. При вдохе диафрагма расслабляется и, опускаясь, давит на брюшные органы, которые в свою очередь прижимаются в брюшной стенке, заставляя ее выпячиваться и округляться. На выдохе диафрагма сокращается, поджимает легкие, а брюшная стенка втягивается. При этом верхняя часть грудной клетки остаются без движения. Внешне это выглядит как дыхание животом.

 При коррекции нарушений речи возникает необходимость специально организовывать и развивать речевое дыхание, особое значение приобретают дыхательные упражнения. Соответствующая гимнастика направлена на выработку у детей навыков правильного рационального дыхания, произвольного управления процессом движения воздушного потока.

 При выполнении дыхательных упражнений необходимо соблюдать следующие **требования:**

-не заниматься в пыльном, непроветренном, или сыром помещении;

-температура воздуха должна быть на уровне 18-20 С;

-одежда не должна стеснять движений;

-не заниматься сразу после приема пищи;

-не заниматься с ребенком, если у него заболевание органов дыхания в острой стадии.

Рекомендуется начать с непроизвольных **для ребенка игровых упражнений:**

• дутье через соломку в стакан с водой;  
• надувание воздушных шаров;  
• дутье на разноцветные вертушки;  
• игра на духовых музыкальных инструментах, например, дудочке;  
• пускание мыльных пузырей;  
• дутье на одуванчики весной.

Упражнения могут выполняться в исходном положении лежа, сидя, стоя, а также в сочетании с движениями и речью.

**Упражнения для формирования диафрагмального выдоха**

Ребенок находится в положении лежа на спине. Рука ребенка лежит на верхней части живота (диафрагмальная область). Внимание ребенка обращается на то, что его живот «хорошо дышит». Можно положить на живот игрушку для привлечения внимания. Это упражнение длится в среднем 2-3 минуты. Упражнение должно выполняться без усилий, чтобы избежать гипервентиляции и повышения мышечного тонуса.

**Задуй свечку**

Дети держат полоски бумаги на расстоянии около 10 см от губ. Детям предлагается медленно и тихо подуть на «свечу» так, чтобы пламя «свечи» отклонилось. Логопед отмечает тех детей, кто дольше всех дул на «свечу».

**Лопнула шина**

Исходное положение: дети разводят руки перед собой, изображая круг — «шину». На выдохе дети произносят медленно звук «ш-ш-ш». Руки при этом медленно скрещиваются, так что правая рука ложится на левое плечо и наоборот. Грудная клетка в момент выдоха легко сжимается. Занимая исходное положение, дети делают непроизвольно вдох.

**Накачать шину**

Детям предлагают накачать «лопнувшую шину». Дети «сжимают» перед грудью руки в кулаки, взяв воображаемую ручку «насоса». Медленный наклон вперед сопровождается выдохом на звук «с-с-с». При выпрямлении вдох производится непроизвольно.

**Воздушный шар**

Выполнение упражнения аналогично упражнению «Лопнула шина», но во время выдоха дети произносят звук «ф-ф-ф».

**Жук жужжит**

Исходное положение: руки поднять в стороны и немного отвести назад, словно крылья. Выдыхая, дети произносят «ж-ж-ж», опуская руки вниз. Занимая исходное положение, дети делают непроизвольно вдох.

**Ворона**

Исходное положение: руки поднять через стороны вверх. Медленно опуская руки и приседая, дети произносят протяжно «К-а-а-а-р». Логопед хвалит тех «ворон», которые медленно спустились с дерева на землю. Занимая исходное положение, дети делают непроизвольно вдох.

**Пилка дров**

Исходное положение: встать друг против друга парами, взяться за руки и имитировать распиливание дров: руки на себя — вдох, руки от себя — выдох.

**Дровосек**

 Исходное положение: встать прямо, ноги чуть уже плеч; на вдохе сложить руки топориком и поднять вверх. Резко, словно под тяжестью топора, вытянутые руки на выдохе опустить вниз, корпус наклонить, позволяя рукам «прорубить» пространство между ногами. Произнести «ух». Повторить 6—8 раз,

**Комарик**

Исходное положение: сесть, ногами обхватив ножки стула, руки поставить на пояс. Вдохнуть, медленно повернуть туловище в сторону; на выдохе показать, как звенит комарик — «з-з-з»; быстро вернуться в исходное положение. Новый вдох — и поворот в другую сторону.

Все упражнения достаточно просты и не требуют специальной подготовки от родителей. Зато ваш ребёнок отблагодарит вас за эти минуты общения красивой и правильной речью в дальнейшем.

**Заключение.** Выполнение дыхательных упражнений в игровой форме вызывает у ребенка положительный эмоциональный настрой, снимает напряжение и способствует формированию практических умений. Дошкольник, освоивший правильное дыхание, нуждается в постоянном контроле и наблюдении за правильностью его дыхания. Отсюда необходимость постоянного повторения дыхательных упражнений для закрепления навыков правильного физиологического и речевого дыхания. Все упражнения 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.

Не ленитесь! Проявляя изобретательность, выдумку, вы сможете помочь своему ребенку выработать правильное речевое дыхание.