**Консультация для родителей и педагогов**

**«Значение дыхательных упражнений для детей с дизартрией»**

*«Помните: дыхание – это жизнь, а правильное дыхание –*

*это здоровая жизнь!»*

*Бурлакина О.В*

Чтобы научить ребенка владеть голосом, надо прежде всего научить его правильно дышать. Без правильного дыхания, для которого характерны короткий, глубокий вдох и плавный, длительный, экономный выдох, невозможна хорошо звучащая речь.

Это условие в большинстве случаев представляет трудность для многих детей, страдающих дизартрией.

С такими детьми проводится целенаправленная работа, которая заключается в проведении специальных дыхательных упражнений.

***Правильное дыхание*** - основа здоровья и долголетия. ***Дыхание*** - один из компонентов речевой деятельности.

***Правильное речевое дыхание*** является основой звучащей речи. Оно обеспечивает нормальное голосо- и звукообразование, сохраняет плавность и музыкальность речи. Ведь при правильном речевом дыхании ребенок сможет верно произносить звуки, говорить громко, четко, выразительно, плавно и соблюдать необходимые паузы.

Правильное дыхание является базой для развития правильной речи, предупреждает отклонения в соматической сфере, улучшает общее самочувствие и эмоциональное состояние ребенка.

*Самое первое, чему ребенку важно научиться* – это делать сильный плавный выдох ртом.  Поэтому ребенка надо научить контролировать время выдоха, расходовать воздух экономно и еще направлять воздушную струю в нужном направлении. Ведь всем известно, какую важную роль в жизни каждого человека играет дыхательный аппарат.

Маленькие дети в процессе говорения зачастую начинают говорить на входе или на остаточном выходе. Встречаются случаи, когда дети набирают воздух перед произнесением каждого слова. Несомненно, это отрицательно влияет на овладение правильным произношением и построением плавного и слитного речевого высказывания. Если ребенок плохо говорит, то начинать работу по развитию речи следует, прежде всего, с развития дыхания.

Развивать дыхание помогают различные игры и упражнения. Для чего это нужно?

Выполнение дыхательных упражнений в игровой форме вызывает у ребенка положительный эмоциональный настрой, снимает напряжение и способствует формированию практических умений. Ребенок, занимаясь дыхательной гимнастикой, попадет в особый микромир сказок, песен, игр, стихов.

***Сказка*** - популярный и любимый детьми жанр. Через сказочные сюжеты и мотивы, ребенок легче включается в предлагаемый вид деятельности.

***Стихи*** - короткие рифмованные строки (ряды), соотносимые и соизмеримые между собой. Стихи хорошо запоминаются и эмоционально воспринимаются детьми. Пояснения, относительно смысла упражнений, приемов их выполнения или правил игры лучше воспринимаются и запоминаются детьми, если предъявляются в форме стихотворений.

***Пение*** - форма дыхательной гимнастики, развивает голосовой аппарат, укрепляет голосовые связки, улучшает речь. Систематическое применение пения оказывает выраженную положительную динамику показателей функции внешнего дыхания.

В процессе занятий дети получают знания о том, что: дышать надо носом, нельзя поднимать плечи при вдохе, в дыхании должен активно участвовать живот. Дети приобретают навыки носового дыхания, осваивают первичные приемы дыхательной гимнастики. Также важным условием выполнения дыхательных упражнений является то, что грудная клетка должна быть максимально свободна и расслаблена.

Систематическое проведение занятий по формированию правильного дыхания способствует положительной динамике со стороны основных просодических элементов речи: речевого дыхания, голоса, темпо-ритмических и интонационных компонентов речи

Развитие дыхания, работа над силой и продолжительностью выдоха, темпом и ритмом дыхания, осуществляется в процессе двигательных упражнений сначала без речи (формируется физиологическое дыхание), а затем с речью (воспитывается речевое дыхание).

Эти игры и упражнения просты и понятны и не требуют специальной подготовки.

**Цель дыхательной гимнастики** – увеличить объем дыхания, нормализовать его ритм, выработать плавный, длительный, экономный выдох.

***Игры для занятий с детьми в детском саду, на занятиях, дома:***

* **«Кто дальше загонит мяч» (**выработка плавной, непрерывной струи, идущей посередине языка). Улыбнуться, положить широкий передний край языка на нижнюю губу. Подуть длительно так, чтобы воздушная струя шла посередине языка, и сдуть ватку на противоположный край стола.
* **«Фасолевые гонки»** (выработка сильной, непрерывной струи, идущей посередине языка).  
  Коробка из-под конфет оборудована, как дорожки для бегунов-«фасолинок», а начинают они бег при помощи «ветра» из трубочек для коктейлей. Победит тот, кто быстрее догонит своего «бегуна» до финиша.
* **«Кораблик»** (чередование сильного и длительного плавного выдоха). Потребуются таз с водой и бумажные кораблики. Чтобы кораблик двигался плавно, нужно на него дуть не торопясь, сложив губы, как для звука [ф]. Для имитации порывистого ветра губы складываются, как для звука [п]: «п-п-п». Можно дуть, вытянув губы трубочкой, но не надувая щек.
* **«Мыльные пузыри»** (развитие меткости выдыхаемой струи). Победителем конкурса становится тот, кто выдует самый большой пузырь или у кого больше всего пузырей получится. Нужно точно дунуть в колечко, иначе пузырей не будет.
* **Подуть через соломинку», «Шторм в стакане»**(выработка умения направлять воздушную струю по середине языка) Рот открыт. Губы в улыбке. Широкий кончик языка упирается в основания нижних резцов. Посередине языка кладется соломинка для коктейля, конец которой опускается в стакан с водой. Подуть через соломинку, чтобы вода в стакане забурлила. Следить, чтобы щеки не надувались, губы были неподвижны.
* **«Эхо».** Детей распределяют на две группы. Первая группа вместе с логопедом громко произносит гласные звуки (а, о, у) или сочетания гласных (ау, уа, оа, уи). Вторая группа ( «Эхо» ) тихо повторяет их. Затем группы меняются ролями.
* **«Вьюга».** Перед детьми - сюжетная картина «Вьюга». По сигналу «Вьюга началась» дети тихо гудят: у-у-у. По сигналу «Сильная вьюга» дети громко произносят: У-У-У. По сигналу «Вьюга затихает» дети постепенно уменьшают силу голоса. По сигналу «Вьюга кончилась» замолкают. Речевые сигналы можно сопровождать движениями руки: горизонтальное движение -дети говорят тихо, руки вверх - усиление голоса, руки вниз - уменьшение силы голоса.
* **«Каша кипит».** Сидя, одна рука лежит на животе, другая - на груди. Втягивая живот - вдох, выпячивая живот - выдох. Выдыхая, громко произносить: ф-ф-ф-ф-ф (3-4 раза).
* **«На турнике».** Стоя, ноги вместе, гимнастическую палку держать в обеих руках перед собой. Поднять палку вверх, подняться на носки - вдох, палку опустить назад на лопатки - длинный выдох. Выдыхая, произносить: ф-ф-ф-ф-ф (3-4 раза).
* **«Ежик».** Сидя на коврике, ноги вместе, упор на кисти рук сзади, согнуть ноги в коленях и подтянуть их к груди - медленный выдох на звуке ф-ф-ф-ф-ф. Выпрямить ноги - вдох (4-5 раз).
* **«Гуси шипят».** Ноги на ширине плеч, руки опущены. Наклониться вперед с одновременным отведением рук в стороны -назад (в спине прогнуться, смотреть вперед) - медленный выдох на звуке ш-ш-ш-ш-ш, выпрямиться - вдох (5-6 раз).
* **«Шар лопнул».** Ноги слегка расставить, руки опустить вниз. Разведение рук в стороны - вдох. Хлопок перед собой медленный выдох на звуке ш-ш-ш-ш-ш (5-6 раз).
* **«Насос».** Встать прямо, ноги вместе, руки вдоль туловища. Вдох (при выпрямлении) и выдох с одновременным наклоном туловища в сторону и произнесением звука С-С-С-С-С (руки скользят вдоль туловища) (6-8 раз)
* **«Часики».** Стоя, ноги слегка расставить, руки опустить. Размахивая прямыми руками вперед-назад, произносить: тик -так .
* **«Петух».** Встать прямо, руки опущены. Поднять руки в стороны, затем похлопать ими по бедрам. Выдыхая, произносить: ку-ка-ре-ку.
* **«Паровозик».** Ходить по комнате, выполняя попеременно движения руками и приговаривая: чух-чух-чух
* **«В зоопарке».** Предлагаем детям вспомнить, кого они видели в зоопарке, показываем картинки с изображением зверей и птиц, просим назвать их и сказать, как они кричат, - тигр рычит: р-р-р, ворона каркает: кар-р-р, кар-р-р, ежик фыркает: фр-р, фр-р, сорока трещит: тр-тр-тр и т.д.
* **«Кто за кем или за чем следует?».** Подбираем предметы и игрушки (три-четыре), ставим на стол, предлагаем посмотреть на них и сказать, что за чем стоит. Дети называют предметы, перечисляя их на одном выдохе. Затем порядок предметов меняется, некоторые добавляются или убираются. Дети произносят названия предметов группами или по одному (на одном выдохе). Произнесение предметов по памяти, что за чем стояло на одном выдохе.
* **Ответы на вопросы.** (Полные ответы произносятся на одном выдохе.)
  + Какой сегодня день недели? (Сегодня…)
  + Какой завтра день недели? (Завтра…)
  + Какой день недели был вчера? (Вчера…)
  + Сколько всего дней в неделе? (В неделе семь дней: понедельник ... )
  + Какой первый месяц зимы? (Первый месяц зимы - декабрь.)
  + Какой второй месяц зимы? (Второй… )
  + Какой третий месяц зимы? (Третий … )
  + Сколько всего зимних месяцев? (Всего три зимних месяца: декабрь)
* (также проводится работа на речевом материале о временах года.)

Правильное дыхание является базой для развития правильной речи, предупреждает отклонения в соматической сфере, улучшает общее самочувствие и эмоциональное состояние ребенка.

*Подготовила учитель-логопед Холод И.А.*

*МАДОУ «ДС «Мальвина» г. Новый Уренгой.*