Консультация для педагогов

«Развитие речевого дыхания»

**Речевое дыхание** – это возможность человека выполнять короткий глубокий вдох и рационально распределять воздух при выдохе с одновременным произнесением различных звукосочетаний. Только правильное речевое дыхание позволяет человеку затрачивать меньше мышечной энергии, но вместе с этим добиваться максимального звука и плавности.

Правильное **дыхание очень важно для развития речи**, поскольку **дыхательная** система — энергетическая база для **речевой системы. Дыхание** влияет на звукопроизношение, артикуляцию и **развитие голоса**.

Несовершенства речевого дыхания, которые наблюдаются у дошкольников, и приводят к задержке речевого развития.

1. Очень слабый вдох и выдох, что ведет к тихой, едва слышимой речи. Это часто наблюдается у физически слабых детей, а также у робких, стеснительных.

2. Неэкономное и неравномерное распределение выдыхаемого воздуха. В результате этого ребенок иногда выдыхает весь запас воздуха на первом слове и затем договаривает фразу шепотом. Нередко он из-за этого не договаривает, «заглатывает» конец слова или фразы.

3. Неумелое распределение дыхания по словам. Ребенок вдыхает в серединеслова (мы с мамой пой – (вдох) – идем гулять).

4. Торопливое произнесение фраз без перерыва и на вдохе, с «захлебыванием».

5. Неравномерный толчкообразный выдох: речь звучит то громко, то тихо.

Техника выполнения упражнений:

- глубокий вдох через нос — продолжительный и плавный выдох через рот, плечи не поднимать;

необходимо следить за тем, чтобы не надувались щеки (для начала их можно придерживать руками);

- нельзя много раз подряд повторять упражнения, так как это может привести к головокружению;

- упражнения проводятся ежедневно в хорошо проветриваемом помещении.

Иными словами, **речевое дыхание - дыхание в процессе речи**. Его можно и нужно **развивать**. Лучший способ для этого в дошкольном возрасте - игра.

Но при проведении игр на развитие дыхания важно помнить, что дыхательные упражнения быстро утомляют ребенка. Поэтому игры должны ограничиваться по времени - 3-5 минут в день с перерывами на отдых.

Так, например:

- дети 2-3 лет играют 1-2 минуты (в норме количество слов на одном выдохе составляет — 2-3);

- дети 3-4 лет могут заниматься по 2-3 минуты за один раз (количество слов от 3 до 5);

- дети 4-6лет - длительность игры составляет – 3-5 минут (количество слов 4-6);

- дети 6-7 лет – могут играть по 4-6 минут (норма слов на одном выдохе 5-7).

Во время игр нужно ориентироваться на самочувствие ребенка и эмоциональное состояние детей.