**Дыхательная гимнастика**, как **средство развития речи**

Полноценное **развитие** личности ребенка невозможно без воспитания у него правильной **речи**. Стоит отметить, что с каждым годом количество детей с нарушениями **речи заметно выросло**. Это связано с различными факторами **развития ребенка**: неблагоприятные воздействия окружающей **среды**, патологии внутриутробного **развития**, первые годы жизни ребенка, а в том числе, речевой культурой, в которой воспитывается ребенок. Смазанная, непонятная речь затрудняет общение не только с взрослыми, но и со сверстниками, накладывая отпечаток на черты характера ребенка. Дети с речевыми нарушениями более замкнутые, проявляют негативизм, раздражительность.

Для успеха коррекционной логопедической работы необходима совокупность целого ряда факторов: достаточная форсированность основных психических процессов (внимания, памяти, мышления, познавательных интересов и активность ребенка, хорошо **развитой общей**, тонкой и артикуляционной моторики, пространственная ориентировка, а также правильно поставленное **дыхание**.

Правильное речевое **дыхание** обеспечивает четкую дикцию, произношение звуков, за счет нормального звукообразования, достаточной громкости, соблюдение пауз, сохранение плавности **речи** и её выразительности. **Дыхательная гимнастика** позволяет выработать сильный, плавный, удлиненный выдох, сформировать целенаправленную воздушную струю – это позволяет ребенку более быстро освоить труднопроизносимые звуки.

Следует напомнить, что при постановке правильного **дыхания** существуют общие правила выполнения упражнений:

- заниматься в хорошо проветренном помещении, при температуре не выше 18 - 20 градусов.

- одежда не должна сковывать движения.

- не заниматься сразу после приема пищи.

- при заболевании органов **дыхания** в острой форме заниматься запрещено.

- сопроводительный текст произносит взрослый.

Необходимо следить за техникой выполнения упражнений:

- воздух набирать через нос.

- плечи не поднимать.

- выдох должен быть длинным и плавным.

-щеки не надувать.

- дозировать выполнение упражнений (индивидуально, так как может закружиться голова.

**Дыхательные упражнения**, которые можно использовать в работе и на занятиях дома.

*«Дует с горки ветерок»*

Язык принимает артикуляционную позу *«горка»*. Сохраняя это положение языка. Подуть так, чтобы выходила холодная струя воздуха. Взрослый демонстрирует упражнение и предлагает детям самим выполнить **дыхательное** упражнение и проверить поднесенной к губам ладонью, какой воздух *(ветерок)* выходит изо рта: теплый или холодный. Ладонь около рта следует держать вертикально.

Ветер дует-задувает,

Но ребят он не пугает.

*«Попьем»*

Вытянуть губы *«трубочкой»* и втянуть в себя воздух. Затем взрослый предлагает выполнить упражнение *«Трубочка»* и вновь повторить упражнение.

Пьет апельсиновый сок

Из трубочки мамин сынок.

*«Машина»*

Подуть на сомкнутые и слегка расслабленные губы так, чтобы они начали вибрировать.

Ехал, ахал, до реки доехал.

Как перебраться на другой берег?

Кругом вода, одна вода.

Поплыл на лодочке туда.

Бегает в калошах

Быстрее, чем лошадь.

*«Парашют»*

Поднести ладонь с комочком ваты к губам и подуть на комочек. При этом губы сложить в легкую улыбку, щеки не надувать.

Тучек нет на горизонте,

Но раскрылся в небе зонтик.

Через несколько минут

Опустился парашют.

*«Песенка воды»*

Длительно произносить звук С. При этом губы сложить в улыбку, а языком упереться в нижние зубы. При правильной артикуляции поднесенная ко рту ладонь ощущает холодную струю воздуха. Предложите детям проверить, какая струя воздуха выходит изо рта – теплая или холодная.

Квакают у ручья лягушки:

«Течет, течет - не вытечет,

Бежит, бежит – не выбежит».

*«Греем ручки»*

Быстро тереть одна о другую ладони, затем поднести их к лицу и подышать на ладони со звуком Х. Взрослый спрашивает у детей: *«Согрелись ручки?»* Выполнять упражнение несколько раз.

*«Холодный ветер»*

Поднести ладонь к губам, широко улыбнувшись, длительно произносить звук С. Ладонь поднести ко рту, ощутить холодную струю воздуха.

*«Зимой ветер был холодный, неласковый Вот такой»*.

*«Теплый ветерок»*

Поднести ладонь к губам и, вытянув губы вперед в виде рупора, длительно произнести звук Ш. Ладонь поднести ко рту, ощутить теплую струю воздуха.

«А теперь ветерок стал теплым и ласковым. Всех вокруг обогреет, порадует: цветам расправит лепестки, пригладит травку на лугу, поможет птичкам на лету. Вот он какой».

*«Душистый цветок»*

Поднеси к носу цветок, и сделать глубокий вздох носом, а выдох ртом. Одновременно на выдохе произнести фразу:

Ах, как приятно пахнет!

А кто это летит –

Крылышками машет,

Над цветочком пляшет?

*«Пар»*

Несколько раз подряд произнеси звук П.

«В нем вода бурлит, кипит.

*«Буль-буль»*,- нам говорит.

Взрослый обращается по очереди к каждому из детей и просит повторить звукоподражание в разном ритме.

*«Зайчишка - трусишка»*

Делать глубокий вдох и медленный выдох через рот. Ладони положить на живот и следить за его движениями – увеличение в объеме при вдохе и уменьшением при выдохе.

Взрослый произносит текст:

В животе у зайки пусто.

Где б найти ему капусту?

Ребята, давайте зайчика угостим. На, зайчик, капусту»

*«Ежик фыркает»*

Несколько раз подряд произносить звук Ф. Для этого верхнюю губу приподнять, а нижней губой прикасаться к верхним зубам.

У меня в иголках шерстка

И в норе запасов горстка.

Лучше ты меня не дрожь!

Я – колючий серый еж!

*«Футбол»*

Из комочка ваты скатайте шарик – это мяч. Поставьте на некотором расстоянии друг от друга два кубика – это ворота. Ребенок дует на мяч, пытаясь забить гол. Комочек ваты должен оказаться между двумя кубиками.

*«Шторм в стакане»*

Вам понадобиться трубочка для коктейля и стакан с чистой водой. Посередине широкого языка кладется трубочка, конец которой опускается в стакан с водой. Ребенок дует через трубочку, чтобы вода бурлила. Следите, чтобы щеки не надувались, а губы были неподвижны.

Существует огромное множество игр и упражнений на **развитие правильного дыхания с предметами** *(бутылочки, трубочки, мячики, салфетки и т. д.)* и без предметов. Используя в своей работе упражнений на постановку правильного **дыхания**, позволяет сделать работу по **развитию речи** более эффективной и заметно ускорить коррекцию звукопроизношения.