Значение правильного речевого дыхания.

*Он такой большой,*

*Что занимает весь мир,*

*Он такой маленький,*

*Что в любую щель пролезет.*

***Воздух –*** условие жизни на Земле. Он необходим для дыхания всем: птицам, зверям, рыбам, насекомым, растениям и, конечно, человеку. Вся планета Земля окутана невидимым прозрачным покрывалом - **воздухом**. Воздух есть везде – на улице, в комнате, в земле. Любое свободное пространство на Земле заполнено воздухом.

Он нам нужен каждую секунду, и не только нам. Все живое (животные, растения) не обходится без него. Воздух – это волшебник, который способен совершать много чудес. Он может поднять с морского дна затонувший корабль, сделать возможным плавный полет дирижабля и стремительное движение самолетов. И без знания свойств воздуха человечество не смогло бы проводить многие работы, изобрести оборудование….

Дети логопедической группы наряду с серьезными нарушениями речи очень часто имеют сопутствующие расстройства, в том числе нарушения восприятия, внимания, памяти.

Кроме того, общее недоразвитие речи (ОНР) сопровождается слабостью нервной системы, а это, как правило, влечет за собой частые простудные заболевания. Ребенок с ОНР, не посещая детский сад по болезни, дает существенный “откат” в коррекционной работе, что затрудняет решение проблемы.

Наличие огромного количества детей, страдающих речевой патологией, с одной стороны, и немалого количества детей с заболеваниями верхних дыхательных путей, с другой, заставляет искать новые формы взаимодействия всех участников педагогического процесса: специалистов, воспитателей, родителей детей группы.[1]

Целью работы педагогов по развитию правильного дыхания станет следующее:

- Развить сильный, плавный, направленный выдох без участия речи, старательность и точность при выполнении упражнений. Формировать и закреплять навыки нижне-диафрагмального дыхания. Способствовать обогащению и закреплению знаний детей о свойствах воздуха, расширению представления детей о значимости воздуха в жизни человека.

- Познакомить с органами дыхательного аппарата, правильностью и точностью выполнения дыхательных упражнений. Учить и закреплять умения в выполнении дыхательной гимнастики. Познакомить с игровыми приемами развития дыхательного аппарата. Научить детей проводить элементарные опыты с воздухом; исследовать его свойства, устанавливать связи, изменения.

Важнейшие условия правильной речи – это плавный длительный выдох, четкая и ненапряженная артикуляция.

Речевое дыхание отличается от обычного жизненного дыхания. Речевое дыхание это управляемый процесс. Количество выдыхаемого воздуха и сила выдоха зависят от целей и условий общения.

Установлено, что наиболее правильным, удобным для речи является диафрагмально-реберное дыхание, когда вдох и выдох совершаются при участии диафрагмы и межреберных мышц. Активна нижняя, самая емкая часть легких. Верхние отделы грудной клетки, а также плечи практически остаются неподвижными.

Вначале нужно учить ребенка дышать животиком. Вдох лучше делать через нос – воздух становится теплее, фильтруются различные вредные примеси. Выдох лучше делать через рот – выходит струя воздуха, мы готовимся к речи. На выдохе живот втягивается. Труднее всего бывает сделать выдох. Все логопеды знают: они всё своё внимание акцентируют на правильном, равномерном диафрагмальном выдохе. Кроме того, очень важно, чтобы дыхание было свободным, без усилий. Чем больше комфорта у ребенка, тем лучше работает гармония дыхания и сердца. Дыхание должно быть диафрагмальным.

Вдох – и плавный, равномерный выдох. Вдох у человека генетически запрограммирован, поддаётся тренировке плохо. Его длительность обычно у всех одинаковая – от полутора до двух секунд. А вот выдох поддаётся произвольной коррекции в достаточно большом диапазоне, он более длительный. Вдох – и плавный, равномерный выдох. Дыхание должно быть свободным. Чем легче малыш будет это делать, тем лучше будет результат. Вдох – и плавный, равномерный выдох. Главное, чтобы без усилий. Этот навык заложен природой человеку, и без обратной связи. Но, по разным причинам мы теряем его. Нужно три урока по 5-7 минут, и дети будут дышать правильно. Вот ребенок учится открывать полосочки в заданном ритме 12 дыханий в минуту (это ритм дыхания детей от 4 до 7 лет). Изучает элементы окружающей среды, знакомиться с понятиями “большой” и “маленький”. Вдох-выдох. Потом ребёнок начинает делать это автоматически, потому что всё его внимание приковано к экрану. Если провести 10-12 таких занятий, дети будут в 3-4 раза меньше болеть ОРЗ и гриппом – главными болезнями человека. Если падает заболеваемость ими, то падает уровень всех заболеваний, даже травм и психических заболеваний, что установлено наукой, и при этом гораздо сильнее возрастает интерес ребенка к логопедическим занятиям! Мною отмечено, что качество коррекционных занятий заметно возросло, что незамедлительно сказалось на результатах работы по формированию звукопроизношения у всех без исключения детей группы.

Крюкова Ирина Владимировна,

Учитель-логопед,

МДОБУ Детский сад № 13 ЛГО.

Приморский край, г. Лесозаводск.