**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области средняя общеобразовательная школа «Образовательный центр» с. Утевка муниципального района Нефтегорский Самарской области**

**Адрес:*446602,Самарская область, муниципальный район Нефтегорский, с.Утевка,***

***ул. Льва Толстого, д.26***

**Телефон:8-846-70-3-11-47, 8-846-70-3-13-96(факс)**

**E-mаil** [utschool@mail.ru](mailto:utschool@mail.ru)

**«Дыхательные упражнения для развития речевого дыхания у дошкольников с ОВЗ»**

**Подготовила:** учитель-логопед

Первой квалификационной категории

Евтифеева Наталья Николаевна,

с.Утевка ГБОУ СОШ детский сад «Чайка»

2024г

**Дыхательные упражнения для развития речевого дыхания у дошкольников с ОВЗ**

|  |
| --- |
| Учитель-логопед первой квалификационной категории  Евтифеева Наталья Николаевна,  с.Утевка ГБОУ СОШ детский сад «Чайка»  ***Правильное дыхание очень важно для развития речи, так как дыхательная система - это энергетическая база для речевой системы. Дыхание влияет на звукопроизношение, артикуляцию и развитие голоса. Дыхательные упражнения помогают выработать диафрагмальное дыхание, а также продолжительность, силу и правильное распределение выдоха.***  Логопедическая практика показывает, что с каждым годом увеличивается количество детей с дизартрией, моторной, сенсорной алалией, заиканием, ринолалией. В связи с этим авторы коррекционных методик по устранению тяжелых нарушений речи значительную роль отводят развитию физиологического и речевого дыхания, которое у детей с указанными речевыми патологиями нарушено (Л.С. Волкова, В.И. Селиверстов, А.Г. Ипполитова, 3.А. Репина, М.Е. Хватцев).  Нарушение иннервации мышц периферического речевого аппарата плохо отражается на функциональных свойствах дыхательной системы. Выдох становится неплавным и непродолжительным, голос слабым, тихим, немодулированным. Всё это влияет на разборчивость речи ребенка. Поэтому одной из первостепенных задач в общей системе нормализации произносительной стороны речи детей, является развитие речевого дыхания.  **Правильное речевое дыхание обеспечивает нормальное звукообразование, создает условия для поддержания громкости речи, четкого соблюдения пауз, сохранения плавности речи и интонационной выразительности**. Логопеды дошкольных учреждений уделяют пристальное внимание формированию речевого дыхания у детей как базы для правильного развития не только звукопроизношения, но и всей речи в целом.  **Важнейшие условия правильной речи** – это плавный длительный выдох, четкая и ненапряженная артикуляция. Правильное речевое дыхание, четкая артикуляция являются основой для звучного голоса.  **Во время проведения описанных ниже игр необходим постоянный контроль за правильностью дыхания**. Параметры правильного ротового выдоха:  - выдоху предшествует сильный вдох через нос или рот – «набираем полную грудь воздуха»;  - выдох происходит плавно, а не толчками;  - во время выдоха губы складываются трубочкой, не следует сжимать губы, надувать щеки;  - во время выдоха воздух выходит через рот, нельзя допускать выхода воздуха через нос (если ребенок выдыхает через нос, можно зажать ему ноздри, чтобы он ощутил, как должен выходить воздух);  - выдыхать следует, пока не закончится воздух.  **При проведении игр, направленных на развитие у ребенка дыхания, необходимо иметь в виду, что дыхательные упражнения быстро утомляют ребенка, даже могут вызвать головокружение. Поэтому такие игры необходимо ограничивать по времени (можно использовать песочные часы) и обязательно чередовать с другими упражнениями.**  **Рекомендации по проведению дыхательной гимнастики:** 1. Перед проведением дыхательной гимнастики необходимо проветрить помещение, если в доме имеется увлажнитель воздуха, воспользоваться им. 2. Дыхательную гимнастику не рекомендуется проводить после плотного ужина или обеда. Лучше, чтобы между занятиями и последним приемом пищи прошел хотя бы час, еще лучше, если занятия проводятся натощак. 3. Упражнения рекомендуется выполнять в свободной одежде, которая не стесняет движения. 4. Необходимо следить за тем, чтобы во время выполнения упражнений не напрягались мышцы рук, шеи, груди.  Выполнение дыхательных упражнений в игровой форме вызывает у ребенка положительный эмоциональный настрой, снимает напряжение и способствует формированию практических умений. Перечисленные ниже игры и упражнения помогут научить ребенка плавно выдыхать через рот сильную направленную струю воздуха.  <https://disk.yandex.ru/d/-qkUbOuvN_QFjA>  **Литература**  1. Гуськова А. А. Развитие речевого дыхания детей 3–7 лет. — М.: ТЦ Сфера, 2011.  2. Щетинин М. Н. Дыхательная гимнастика А. Н. Стрельниковой.-М.: Метафора, 2007. |