**РОЛЬ ДЫХАТЕЛЬНОЙ ГИМНАСТИКИ В УСТРАНЕНИИ НЕДОСТАТКОВ ПРОИЗНОШЕНИЯ**

Всем нам известно, какую важную функцию в жизнедеятельности человеческого организма выполняет дыхание. Но, кроме своей основной физиологической функции – осуществления газообмена, дыхание обеспечивает ещё и такую функцию, как речевое дыхание.

Под речевым дыханием понимается способность человека в процессе высказывания своевременно производить короткий, достаточно глубокий вдох и рационально расходовать воздух при выдохе.

Правильное речевое дыхание дает возможность при меньшей затрате мышечной энергии речевого аппарата добиваться максимума звучности, более экономно расходовать воздух.

Речевое дыхание – основа звучащей речи, источник образования звуков, голоса. Оно обеспечивает нормальное голосообразование, правильное усвоение звуков, способно изменять силу их звучания, помогает верно соблюдать паузы, сохранять плавность речи, менять громкость, использовать речевую мелодику. Речевое дыхание дает не только энергию для голоса, но и принимает активное участие для выравнивания силы звучания звуков.

Развитие речевого дыхания зависит от правильного функционирования физиологического дыхания, хотя последнее от речевого отличается тем, что в процессе высказывания после вдоха, который чаще всего осуществляется одновременно через рот и нос, следует пауза, а затем плавный выдох. При речевом дыхании выдох в зависимости от содержания высказывания может быть то короче, то длиннее; вдох осуществляется одним импульсом, выдох – несколькими и постоянно меняется по своей силе. Речевое дыхание влияет на плавность звучания речи.

Звуки речи образуются при определенном положении артикуляционного аппарата, при соответствующих движениях языка, губ, мягкого нёба.

Речёвой выдох - необходимое условие для произношения звуков. В зависимости от того, куда направлена воздушная струя – в ротовую или носовую полость, звуки будут (при одинаковой установке артикуляционного аппарата) звучать по-разному: «м, м`», «н, н`» - при прохождении воздуха через носовую полость; «б, б`», «д, д`» -при выходе воздушной струи через рот. При произнесении фрикативных звуков «с», «ш», «ж» и др. требуется достаточно длительный вы дох через рот. Для того, чтобы привести в колебание кончик языка при произнесении звуков «р, р`», нужна сильная воздушная струя.

В работе по воспитанию речевого дыхания используются такие методические приемы, как образец, дыхательные упражнения.

Цель дыхательных упражнений – увеличить ёмкость лёгких, научить детей быстро, бесшумно производить вдох и рационально, плавно расходовать воздух на вдохе, научить детей различать носовой и ротовой вдох, носовой и ротовой выдох.

Существуют принципы проведения дыхательных упражнений. Запишите их, пожалуйста:

* дыхательные упражнения необходимо проводить в хорошо проветренной комнате не ранее, чем через 1,5-2 часа после еды;
* одежда не должна стеснять ребенка, чтобы вдох он производил без напряжения;
* вдох нужно производить плавно, не поднимая плеч, не втягивая живот при выдохе.

Для осуществления контроля за правильностью выполнения дыхательных упражнений необходимо уметь правильно их выполнять. Сейчас мы с вами попробуем выполнить дыхательную гимнастику, которую впоследствии вы будете выполнять вместе с детьми.

**Комплекс упражнений дыхательной гимнастики**

|  |  |
| --- | --- |
| **«Зайчики»** | **«Цветочный магазин»** |
| Вдох – через нос. | Вдох – через нос. |
| Выдох – через нос. *(Следить, чтобы не поднимались плечи).* | Выдох – через рот. *(Задание ребенку: покажи, как ты нюхаешь цветы).* |
| **«Ныряльщики»** | Варианты: а) нюхать цветы, зажав указательным пальцем правую ноздрю; |
| Вдох – через рот. | б) нюхать цветы, зажав указательным пальцем левую ноздрю; |
| Выдох – через нос. *(Задание ребенку: покажи, как ты ныряешь в воду).* | **«Погреем руки»** |
|  | Вдох – через рот. |
| **«Артист»** | Выдох – через рот. *(Задание ребенку: погрей свои руки, подыши на них).* |
| Длительное пение гласного звука на одном выдохе. |  |
| Вдох – через нос |  |
| Выдох – через рот. |  |
| А-А-А-А…, У-У-У-У…, О-О-О-О…, И-И-И-И… |  |
|  |  |
|  |  |