**Зачем развивать дыхание?**

У детей с нарушениями речи часто можно наблюдать поверхностное дыхание, верхнеключичиное. Детям приходится делать паузы при разговоре, чтобы набрать воздух. У детей с таким дыханием возникают сложности при постановке звуков, ведь для произнесения шипящих звуков, свистящих, сонорных необходима сильная воздушная струя. Для этого у детей необходимо развивать сначала физиологическое, а затем речевое дыхание.

Чем же они отличаются? Во-первых, физиологическое дыхание является автоматическим, а речевое – произвольным. Во-вторых, при физиологическом дыхании вдох и выдох осуществляется через нос, при речевом – через рот. В-третьих, у физиологического дыхания вдох равен по продолжительности выдоху, при речевом же, после глубокого вдоха следует пауза и лишь затем длительный выдох, в момент которого и осуществляется речевое высказывание.

Работу над развитием дыхания нужно проводить ежедневно. Упражнение выполняется 3-4 раза. Более длительное выполнение упражнений может привести к гипервентиляции легких и головокружению. При выполнении дыхательных упражнений следим, чтобы плечи ребенка не поднимались на вдохе, а щеки не раздувались на выдохе.

«Животик. Лежа на спине, дети кладут руки на живот, делают глубокий вдох – животик надувается. Затем выдыхают – животик втягивается. Можно положить на живот какую-либо игрушку. На вдохе игрушка вместе с животом поднимется вверх, а на выдохе – опустится вниз.

«Ныряльщики». Глубоко вдохнуть, задержать выдох, «нырнуть в воду» – присесть. Встать («вынырнуть») – выдох.

Также для развития дыхания отлично подойдут всеми любимые мыльные пузыри, различные свистульки и дудочки, очень любят дети упражнение «Буря в стакане», когда нужно дуть через коктейльную трубочку в стакан с мыльной водой.

Помимо развития физиологического дыхания, нужно развивать и речевое дыхание, отрабатываются сила и продолжительность выдоха, темп и ритм. Работу над речевым дыханием хорошо начинать с гласных звуков. Просим ребенка пропеть гласный звук сначала длительно, затем отрывисто, тихо, затем громко, постепенно увеличивая громкость, затем постепенно уменьшая. Работая над интонацией во время речевого выдоха, просим ребёнка произнести гласный с восклицательной интонацией, затем с вопросительной, можем произнести радостно, можем произнести грустно.

Играйте, развивайте дыхание и помните, правильное дыхание – залог красивой речи ребенка.