**Консультация для родителей**



**« Развитие речевого дыхания у детей».**

Подготовила учитель-логопед Диденко Е.Ф.

1. Что такое речевое дыхание и зачем его развивать?

Речевое дыхание — это основа чёткой и плавной речи. В отличие от обычного дыхания, при котором вдох и выдох равны по длительности, речевое требует продолжительного выдоха для произнесения фраз. У детей без тренировки часто наблюдается прерывистая речь, «заглатывание» окончаний слов или нехватка воздуха. Развитие этого навыка помогает:

- улучшить дикцию и интонацию;

- предотвратить речевые нарушения (например, заикание);

- стимулировать развитие связной речи.

2. Основные принципы занятий:

Правильная техника дыхания:

- вдох через нос (живот слегка надувается);

- медленный выдох через рот (живот втягивается);

-плечи не поднимаются!

Продолжительность: 5–10 минут в день, чтобы не вызвать усталости.

Безопасность:

- избегайте мелких предметов (риск вдыхания);

-нНе допускайте головокружения (следите за количеством глубоких вдохов подряд).

3. Упражнения и игры

**Для малышей (2–4 года):**

- «Мыльные пузыри»: учите ребенка выдувать пузыри медленно, делая длинный выдох;

- «Снежинки»: сдувайте ватные шарики или перья с ладони;

- «Свеча»: задувайте пламя свечи (под присмотром!) или имитируйте его, дуя на полоску бумаги.

**Для детей 4–6 лет:**

- «Воздушный футбол»: дуйте через трубочку на шарик из ваты, забивая «гол» в ворота из кубиков;

- «Волшебная картина»: нанесите каплю жидкой краски на бумагу и раздувайте ее через трубочку, создавая узоры;

- «Дудочка или губная гармошка»: игра на духовых инструментах тренирует контроль выдоха.

**Универсальные упражнения:**

- «Счет на выдохе»: считайте вслух до максимума на одном выдохе («Сколько шагов до окна? Раз, два, три…»);

- «Пение гласных»: тяните звуки «а-а-а», «о-о-о», постепенно увеличивая длительность.

4. Советы по организации занятий

- Игровая форма: Превратите упражнения в соревнования («Кто дольше продержит перо в воздухе?»);

- интеграция в повседневность: - дуйте на горячий суп, чтобы остудить;

- на прогулке сдувайте одуванчики или листья;

- поощрение: хвалите даже за маленькие успехи.

5. Когда обращаться к специалисту?

Консультация логопеда необходима, если:

- ребенок говорит отрывисто, часто вдыхает во время фразы;

- наблюдаются признаки заикания или хрипоты;

- после 3 лет сохраняется привычка дышать ртом в покое.

6. Заключение

Регулярные игры на развитие речевого дыхания не только укрепляют речевые навыки, но и делают общение с ребёнком весёлым и творческим. Помните: главное — не длительность, а систематичность. Уже через месяц занятий вы заметите, как речь малыша станет увереннее и выразительнее!

Успехов вам и радости в совместных играх!