СОВЕТЫ ЛОГОПЕДА

НЕОБХОДИМОСТЬ ДЫХАТЕЛЬНОЙ ГИМНАСТИКИ

Уважаемые родители! Для того, чтобы речь вашего ребенка была правильной, четкой, красивой, необходимо наличие правильного дыхания. Это объясняется тем, что в процессе речи непосредственно участвует дыхание, и поэтому правильное и четкое произнесение звуков во многом зависит от силы и направленности воздушной струи. Необходимо научить ребенка рационально использовать вдох и выдох во время речи.

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРОВЕДЕНИЮ ДЫХАТЕЛЬНОЙ ГИМНАСТИКИ

1. Упражнения проводятся 2-3 минуты. Упражнения необходимо проводить плавно под счет, в проветренном помещении.

2. На первых этапах рекомендуется проводить гимнастику в положении ребенка лежа на спине. Для этого можно положить на живот (в области диафрагмы) ребенку какую-либо игрушку.

3. Не фиксируйте внимание ребенка на процессе вдоха и выдоха, не говорите ребенку "вдохни сильнее".

4. Следите за тем, чтобы ребенок не напрягал плечи, шею, не ощущал движения межреберных мышц и мышц нижней части живота.

5. Необходимо следить за тем, чтобы дутье было легким, без напряжения и излишних усилий.

6. При выполнении упражнений следите за тем, чтобы дети не надували щеки.

УПРАЖНЕНИЯ ДЫХАТЕЛЬНОЙ ГИМНАСТИКИ

Упражнение ***"Задуй свечку"***

Описание упражнения: *Ребенок держит полоски бумаги на расстоянии около 10 см от губ. Предложите ему медленно и тихо подуть на "свечу" так, чтобы "пламя свечи" отклонилось.*

Упражнение ***"Сдуть с руки снежинку"***

Описание упражнения: *Положите на ладонь ребенку маленький кусочек ваты. Держа ладонь с ваткой на уровне рта, ребенок на выдохе сдувает ватку. Можно предложить подуть так, чтобы ватка улетела как можно дальше.*

Упражнение ***"Горячий чай"***

Описание упражнения: *Предложите ребенку подуть на пригоршни рук, имитируя дутье на горячий чай.*

Упражнение ***"Воздушный шар"***

Описание упражнения: *Предложите ребенку развести перед собой руки на небольшом расстоянии, изображая "маленький воздушный шар". Набираем воздух носиком. Во время выдоха ребенок произносит звук "ф-ф-ф" (при этом руки постепенно разводит, т.к. воображаемый шар увеличивается в размерах).*