

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 48 «Одуванчик» г. Светлоград

**Рекомендации
для родителей на тему:
«ПРАВИЛЬНОЕ ДЫХАНИЕ – ПРАВИЛЬНАЯ РЕЧЬ»**

Подготовил:
Учитель-логопед
Герасименко А.С.

Уважаемые родители!

Правильное дыхание очень важно для речи, так как дыхательная система – это энергетическая база для речевой системы. Дыхание влияет на звукопроизношение, артикуляцию и развитие голоса.

Неправильное дыхание:

- ✓ Когда ребёнок дышит ртом;
- ✓ Когда у ребёнка поверхностное дыхание (при вдохе поднимаются плечи);
- ✓ Когда ребёнок не может произнести фразу из 3-4 слов на одном выдохе и добирает воздух;
- ✓ Когда у ребёнка воздушная струя недостаточной интенсивности.

Указанные симптомы могут говорить о недостаточности дыхательной системы, участвующей в речевом акте, и необходимости её тренировать.

Дыхательные упражнения помогают выработать диафрагмальное дыхание, а также продолжительность, силу и правильное распределение выдоха. При развитии диафрагмального речевого распределения выдоха используются различные предметы.

Упражнения на развитие правильного дыхания:

1. Пластмассовые или бумажные кораблики, ёмкость, наполненная водой. Перед ребёнком стоит задача дуть на кораблики, находящиеся в тазу (или другие плавучие легкие предметы – очень хорошо для этой цели использовать пластмассовые яйца от 2киндер-сюрпризов»). Можно устроить соревнование: чей кораблик дальше уплывёт.

2. Бумажные бабочки, птички, самолётики подвешивают на нитках, на леске, располагают на различных поверхностях (стол, подоконник). Они нужны в логопедической практике для отработки длительного плавного выдоха.

3. Шарик для пинг-понга, карандаши, ватные шарики. Всё это можно использовать для перемещения по столу с помощью выдыхаемой струи воздуха. Если соорудить ворота из конструктора и попытаться загнать эти предметы в ворота – получится импровизированный футбол. Можно ввести и соревновательный момент:

«Кто быстрее загонит шарик (карандаш) в ворота.

4. Упр. «Буря в стакане» (Прозрачные пластмассовые стаканчики, наполненные водой, трубочки для коктейлей).

Нужно взять два стаканчика. В один налить много воды, почти до краёв, а в другой – чуть-чуть. В стаканчик, где много воды нужно дуть через трубочку слабо, а в стаканчик, где мало воды – дуть сильно. Задача ребёнка так играть, чтобы не пролить воду. Нужно обязательно обратить внимание ребёнка на слова: слабо, сильно, много, мало.

5. «Мыльные пузырьки». Можно купить эту игрушку в магазине, а можно сделать её своими руками.

6. «Свечи». Ребёнок выполняет короткий бесшумный вдох без надувания щёк и медленный выдох, задувая по очереди зажженные свечи.

7. Воздушные шары, надувные игрушки. Используются для развития интенсивности выдоха.

Хорошо поставленное речевое дыхание обеспечивает ясную дикцию и четкое произношение звуков. Все эти упражнения помогут достичь плавного выдоха и быстрее освоить труднопроизносимые звуки.

Воздух необходимо набирать через нос, плечи не поднимать. Выдох должен быть длительным, плавным. Необходимо следить, чтобы не надувались щеки (на начальном этапе можно прижимать их ладошками).

Главное: не переусердствуйте! Достаточно 3-5 повторений. Многократное выполнение таких упражнений может привести к головокружению.

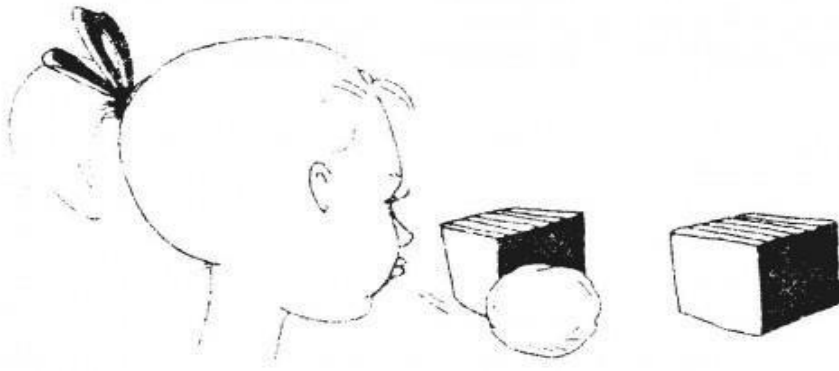
В ненавязчивой, игровой форме можно провести следующие интересные упражнения.

«Игрушки»

Разнообразные свистки, дудочки, трубочки помогают сформировать сильную струю воздуха.

«Забей гол»

Из кусочка ваты скатать шарик. Это мяч. Ворота – два кубика или карандаша. Ребёнок дует на «мяч», пытаясь «забить гол», вата должна оказаться между кубиков.



«Чайник закипел»

В стакан налейте 150 грамм воды и поставьте в воду трубочку для коктейля. Сначала потихоньку выдыхаем воздух в трубочку- чайник закипает, усиливаем выдох -он кипит, еще усиливаем выдох – вода бурлит. Не забываем – плечи не поднимать!



«Кораблик»

Кораблики могут быть самодельными. Набираем воздух через нос (животик надувается), выдыхаем через рот (животик сдувается). Дуем на кораблик, чтобы он поплыл по блюдечку с водой.