

Выполняем дыхательную гимнастику

Как ваш ребенок дышит при речи? Понаблюдайте за малышом: нет ли быстрых коротких вдохов посередине фразы или слова, не прерывают ли речь частые вздохи, не слишком ли частое у него дыхание?

Дыхание влияет на звукопроизношение и качество голоса.

Придерживайтесь следующих рекомендаций:

- // следите за правильным вдохом — через нос;
- // плечи нельзя поднимать;
- // выдох должен быть длительным, плавным;
- // следите, чтобы не надувались щеки (на начальном этапе можно прижимать из ладошками);
- // каждое упражнение повторяйте не более 2–3 раз (многократное выполнение упражнений может привести к головокружению).

На качелях. Ребенок лежит на спине на ровной твердой поверхности без подголовника, рот закрыт, вдох носом. Взрослый ставит на живот ребенка легкую игрушку и предлагает покатать ее, как на качелях. При вдохе игрушки поднимается, при выдохе — опускается.

Шарики. Сделать вдох через нос и надуть щеки воздухом, а затем сдуть. Надуть одну щеку — сдуть, затем другую щеку — надуть и сдуть, надувать попеременно 4–5 раз.

Ветряная мельница. Для этой игры необходима мельница из песочного набора или вертушка. Ребенок дует на лопасти игрушки.

Снежинка. Сделайте снежинку из ваты или тонкой бумаги. Положите снежинку на ладошку ребенку. Пусть он правильно сдует ее, чтобы снежинка «улетела».



Листопад. Взрослый вырезает из тонкой цветной бумаги желтого и красного цветов осенние листья. Объясняет ребенку, что осенью с деревьев опадают листья, это явление называется листопадом. Предлагает устроить листопад дома. Ребенок дует на листочки так, чтобы они «полетели».

Бабочка. Вырезать из бумаги одну или несколько бабочек. К каждой бабочке привязать нитку и прикрепить так, чтобы бабочки висели на уровне лица ребенка. Затем взрослый предлагает малышу подуть на бабочку, чтобы она «полетела». Ребенок делает длительный плавный выдох.

Кораблик. Сделать из бумаги кораблик. Кораблик опустить в таз с водой. Таз должен стоять на уровне рта, так чтобы ребенку было удобно дуть на кораблик. Взрослый объясняет, что для того, чтобы кораблик двигался, нужно дуть плавно и длительно. Ребенок двигает кораблик с помощью сильного выдоха.

Мыльные пузыри. Веселое и очень полезное занятие — выдувание мыльных пузырей.

Надуем ширушку. Детям предлагается надуть резиновые надувные игрушки, воздушные шары, набирая воздух через нос и медленно выдыхая его в отверстие игрушки.

Дыхательные упражнения помогают вырабатывать диафрагмальное дыхание, а также способствуют достижению плавного длительного выдоха и быстрому освоению труднопроизносимых звуков.

