

# 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

- Упражнения проводятся 2-3 минуты. Упражнения необходимо проводить плавно под счет, в проветренном помещении.
- 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.
- Не фиксируйте внимание ребенка на процессе вдоха и выдоха, не говорите ребенку "вдохни сильнее".
- Следите за тем, чтобы ребенок не напрягал плечи, шею, не ощущал движения межреберных мышц и мышц нижней части живота.
- Необходимо следить за тем, чтобы дутье было легким, без напряжения и излишних усилий.
- При выполнении упражнений следите за тем, чтобы дети не надували щеки.
- плавного и слитного речевого высказывания.

## Игры для развития речевого дыхания



### Футбол.

Скатать ватный шарик и поставить два кубика в качестве ворот. Ребенок должен, дуя на шарик, загнать его в ворота.

### Снегопад.

Сделать снежинки из ваты (рыхлые комочки). Объяснить ребенку, что такое снегопад и предложить ребенку сдувать "снежинки" с ладони.





### Ветреная мельница.

Ребенок дует на лопасти игрушки-вертушки или мельницы из песочного набора.

### Листопад.

Вырезать из цветной бумаги различные осенние листья и объяснить ребенку, что такое листопад. Предложить ребенку подуть на листья, так, чтобы они полетели. Попутно можно рассказать, какие листочки с какого дерева упали.



### Бабочка.

Вырезать из бумаги бабочек и подвесить их на нитках. Предложить ребенку подуть на бабочку так, чтобы она полетела (при этом следить, чтобы ребенок сделал длительный плавный выдох).

### Кораблик.

Дуть плавно и длительно на бумажный кораблик.



### Одуванчик.

Предложите ребенку подуть на отцветший одуванчик (следите за правильностью выдоха).



Желаем удачи!!!