

## Консультация для родителей

### Тема: «Дыхательная гимнастика для детей»

Одна из причин возникновения речевых нарушений – неправильное дыхание. Слабые или толчкообразные вдохи и выдохи, нерациональное распределение воздуха ведут к тому, что ребенок говорит то слишком громко, то слишком тихо, неразборчиво, «захлебывается» словами, не проговаривает их целиком. Для коррекции проблем с дыханием в логопедии используют специальные комплексы упражнений – дыхательную гимнастику.

Дыхательную гимнастику используют для постановки речевого дыхания, что создает базу для правильного развития, как звукопроизношения, так и речи в целом. Также, дыхательную гимнастику применяют для формирования диафрагмально-реберного дыхания, коррекции заикания и других нарушений. Дыхательные упражнения рекомендуется выполнять не дольше 5-7 минут. Все упражнения дыхательной гимнастики в логопедии строятся на вдохах-выдохах и задержках дыхания. Чтобы детям было интересно их выполнять, специалисты вносят в занятия игровые элементы. Вот примеры таких упражнений:

- **«Кораблики».** В широкую емкость с водой кладут бумажные кораблики или просто кусочки бумаги. Ребенок должен медленно вдыхать и выдыхать – дуть на кораблики, подгоняя их к противоположному «берегу».
- **«Снег и ветер».** Маленькие кусочки ваты скатывают в шарик и кладут на стол. Ребенок дует на них, изображая зимний ветер.
- **«Кто/что на картинке?».** На небольшую картинку с изображением предмета или персонажа с одной стороны наклеивают нарезанную тонкими полосками гофрированную бумагу. Ребенок дует на бахрому, чтобы увидеть, кто или что спрятано за ней.
- **«Пузырьки».** Это упражнение-игра, которую можно легко и без приготовлений устроить не только на логопедическом занятии, но и дома. Ребенку дают стакан с водой и трубочку. Он глубоко вдыхает и через трубочку медленно выпускает воздух в воду, чтобы образовывались пузырьки.

- **«Дудочка».** Подготавливаются колпачки от ручек, свистки, дудочки и детские духовые инструменты. Ребенок дует в них, извлекая звуки.
- **«Фокус».** Для этого упражнения нужен кусочек ваты. Его кладут на нос ребенку и просят высунуть язык, свернуть его в трубочку, загнуть вверх и подуть на ватку, чтобы она упала. Так дыхательный и артикуляционный аппараты готовятся к произнесению звука [р].
- **«Свеча».** Зажигают свечу и просят ребенка дуть на нее медленно и аккуратно, чтобы пламя не гасло, а только отклонялось в разные стороны.
- **«Деревья».** Это упражнение похоже на упражнение «Кто/что на картинке?». На карточке рисуют ствол и ветки дерева, а крону делают из гофрированной бумаги. На нее нужно дуть, чтобы листья «опали».
- **«Греем руки».** Ребенку предлагают дуть на ладони, чтобы контролировать интенсивность, скорость, направление выдоха. Это же упражнение используют для постановки шипящих и свистящих звуков. При правильном произнесении звука [с] ребенок должен почувствовать ладошкой холодный «ветерок». А если произнести звук [ш] «ветерок» становится теплым, ладони согреваются.

