

Упражнения на выработку правильной воздушной струи «Вместе весело дышать!»

Для правильного произношения звуков недостаточно тренировать органы артикуляции, необходимо также научить ребенка **правильно дышать**. Дыхательная система является энергетической базой для устной речи. Регулярные занятия дыхательной гимнастикой способствуют воспитанию правильного речевого дыхания с удлиненным постепенным выдохом, что позволяет получить запас воздуха для произнесения различных по длине отрезков речи. Хорошо поставленное речевое дыхание обеспечивает ясную дикцию и четкое произношение звуков.

Рекомендации по проведению дыхательной гимнастики:

1. Перед проведением дыхательной гимнастики необходимо проветрить помещение.
2. Дыхательную гимнастику не рекомендуется проводить после еды.
3. Необходимо следить за тем, чтобы во время выполнения упражнений не напрягались мышцы рук, шеи и груди
4. Упражнения рекомендуется выполнять в свободной одежде, которая не стесняет движения.

Техника выполнения упражнений:

- следить за правильным вдохом – через нос;
- плечи не поднимать;
- выдох должен быть длительным, плавным;
- необходимо следить, чтобы не надувались щеки (на начальном этапе можно прижимать их ладошками);
- каждое упражнение повторять не более 3-5 раз (многократное выполнение упражнений может привести к головокружению).

Парашюттик. Это упражнение с кусочком ваты, которое подготавливает к произнесению звука [р]. Вата кладётся на кончик носа. Ребёнку

предлагается вытянуть язык «чашечкой» и подуть на ватку, чтобы сдуть её с носа.

Загнать мяч в ворота. Из кусочка ваты скатать шарик. Это мяч. Ворота

– два кубика или карандаша. Ребенок вытаскивает язык между зубами и дует на «мяч», пытаясь «забить гол», вата должна оказаться между кубиками.

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 покатайте ее, как на качелях. При вдохе игрушка 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.

Снежинка. Сделайте снежинку из ваты или тонкой бумаги. Положите снежинку на ладошку ребенка. 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 листопад. Предлагает устроить листопад дома. Ребенок дует на листочки так, чтобы они «полетели».

Перышко. Легко поддуть перо, лежащее на столе.

Снегопад. Сделайте рыхлые комочки из ваты – «снежинки». Объясните ребенку, что явление, когда идет снег, называется снегопадом. Предложите устроить снегопад дома. Положите «снежинку» на ладошку ребенку. Пусть он правильно сдует ее.

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, 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.

Чей пароход лучше гудит? Для игры необходимы стеклянные пузырьки. Взрослый один пузырек берет себе, а другой дает ребенку. Надо слегка высунуть кончик языка так, чтобы он касался края горлышка, пузырек касается подбородка. Струя воздуха должна быть длительной и идти посередине языка. После показа взрослый предлагает изобразить гудок ребенку. Если гудок не получается, значит, ребенок не соблюдает какое-то из требований.

Шторм в стакане. Для этой игры необходимы соломинка для коктейля и стакан с водой. Посередине широкого языка кладется соломинка, конец которой опускается в стакан с водой. Ребенок дует через соломинку, чтобы вода забурлила. Следите, чтобы щеки не надувались, а губы были неподвижны.

Погрей ладошки. Ребенок имитирует дутье теплым воздухом на озябшие ладошки, произнося при этом шепотом на одном усиленном выдохе: «х-х-х».

Цветочный магазин. Предложите ребенку медленно глубоко вдохнуть через нос, нюхая воображаемый цветочек, чтобы выбрать самый ароматный цветочек для мамы или бабушки, а на выдохе произнести: «Ах, как пахнет!».

Костер. Перед ребенком кладется макет костра с полосками тонкой красной бумаги. Ребенку предлагается раздуть «угасающий» костер, вдыхая через нос и медленно выдыхая через рот.

Свеча. Ребенок делает ровный, медленный вдох – пламя свечи легло, и его надо удерживать в этом положении воздушной струей.

Погаси свечу. Ребенок делает вдох, затем секундную задержку дыхания и несколько выдохов-толчков: «фу-фу-фу».

Карандаш. Плавной воздушной струей попробовать прокатить карандаш по столу.

Губная гармошка. Предложите ребенку стать музыкантом, пусть он поиграет на губной гармошке. При этом ваша задача состоит не в том, чтобы научить его играть. Важно, чтобы ребенок вдыхал воздух через губную гармошку и выдыхал в нее же. Поэтому, не обращайте внимания на мелодию.

Дудочка. Используем всевозможные свистки, детские музыкальные инструменты, колпачки от ручек. Дует в них.