

А сделать упражнения интересными помогут стихи.

Упражнение «Снежинки».

Выполняется стоя. Держа в руках кусочки ваты, произвести вдох носом и подуть на вату (*выдох*). Струя длинная и холодная, не надувая щек при выдохе.

С неба падают зимою
И кружатся над землёю
Легкие пушинки,
Белые снежинки.



Упражнение «Прпеваем звуки».

Сделать глубокий вдох носом, выдох ртом. На выдохе пропеваем гласные звуки:

а, о, у, и, э.

Мы все весело играем,
Вместе звуки пропеваем.



Игра «Кораблик»



Налить в таз воды, опустить в воду лодку, сделанную из бумаги и скорлупы грецкого ореха. Дуть на парус, вытянув губы «хоботком» и не надувая щёки.

По волнам кораблик мчится,
Паруса как крылья птицы.
Дует в море вольный ветер.
Самый сильный он на свете!

Игра «Футбол».

Дуть через соломинку на шарик или ватный комочек, стараясь попасть в ворота.



Вот такие игры и упражнения помогут вам развить правильное дыхание, а еще доставят детям положительные эмоции.

*Консультация-памятка
для родителей по формированию
речевого дыхания*

«Послушный ветерок»



*Подготовил учитель-логопед
МБДОУ №21 «Изумрудный город»
Дроботова С.В.*

На дефекты **дыхания**, к сожалению, мы не всегда обращаем должное внимание. Отчасти это понятно: они не очень заметны в общем состоянии ребенка. Но даже «*неисправность*» носового **дыхания** вредно отражается на всем организме. Ведь в минуту ребенок делает более 20 вдохов и выдохов! И весь этот воздух должен пройти без каких-либо препятствий через «*входные ворота*» - нос.



Здесь он очищается, согревается, увлажняется и становится таким, какой нужен организму.

Почему вредно дышать через рот?

- ◆ Воздуха в легкие попадает значительно меньше, работать будут лишь верхние отделы, значит, организм **получит меньше кислорода**.
- ◆ Изменяется голос, произношение, речь в целом. Кроме того, становится труднее прожевывать пищу. Обоняние притупляется, пропадает аппетит.
- ◆ Зубы постепенно искривляются.

◆ Застаивается жидкость, омывающая мозг, и в ней накапливаются вредные вещества. Поэтому дети, которые неправильно дышат, раздражительны, плаксивы. Поэтому очень важно научить детей правильному речевому дыханию.

Правильное

речевое дыхание обеспечивает

- нормальное звукообразование
- создает условия для поддержания
 - громкости речи
 - четкого соблюдения пауз
 - сохранения плавности речи
 - интонационной выразительности.

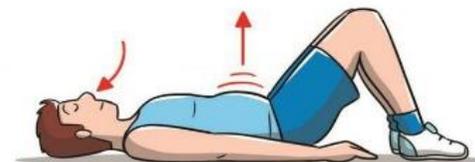
Научиться правильному дыханию можно с помощью дыхательной гимнастики. Для дошкольников можно применять игры, формирующие направленную воздушную струю.

Дыхательная гимнастика оказывает парадоксальное воздействие на организм человека:

- положительно влияет на обменные процессы, **играющие** важную роль в кровоснабжении, в том числе и в легочной ткани;
- способствует восстановлению нарушенных в ходе болезни нервных регуляций со стороны центральной нервной системы;

- способствует рассасыванию воспалительных заболеваний;
- налаживает нарушенные функции сердечно-сосудистой системы;
- повышает общую сопротивляемость организма, его тонус, оздоравливает нервно-психическое состояние.

Дыхательные упражнения помогают выработать **диафрагмальное дыхание**,



а также продолжительность, силу и правильное распределение выдоха. Регулярные занятия дыхательной гимнастикой способствуют воспитанию правильного речевого дыхания с удлинённым, постепенным выдохом, что позволяет **получить** запас воздуха для произнесения различных по длине отрезков. Дыхательную гимнастику можно проводить с детьми в любое время.