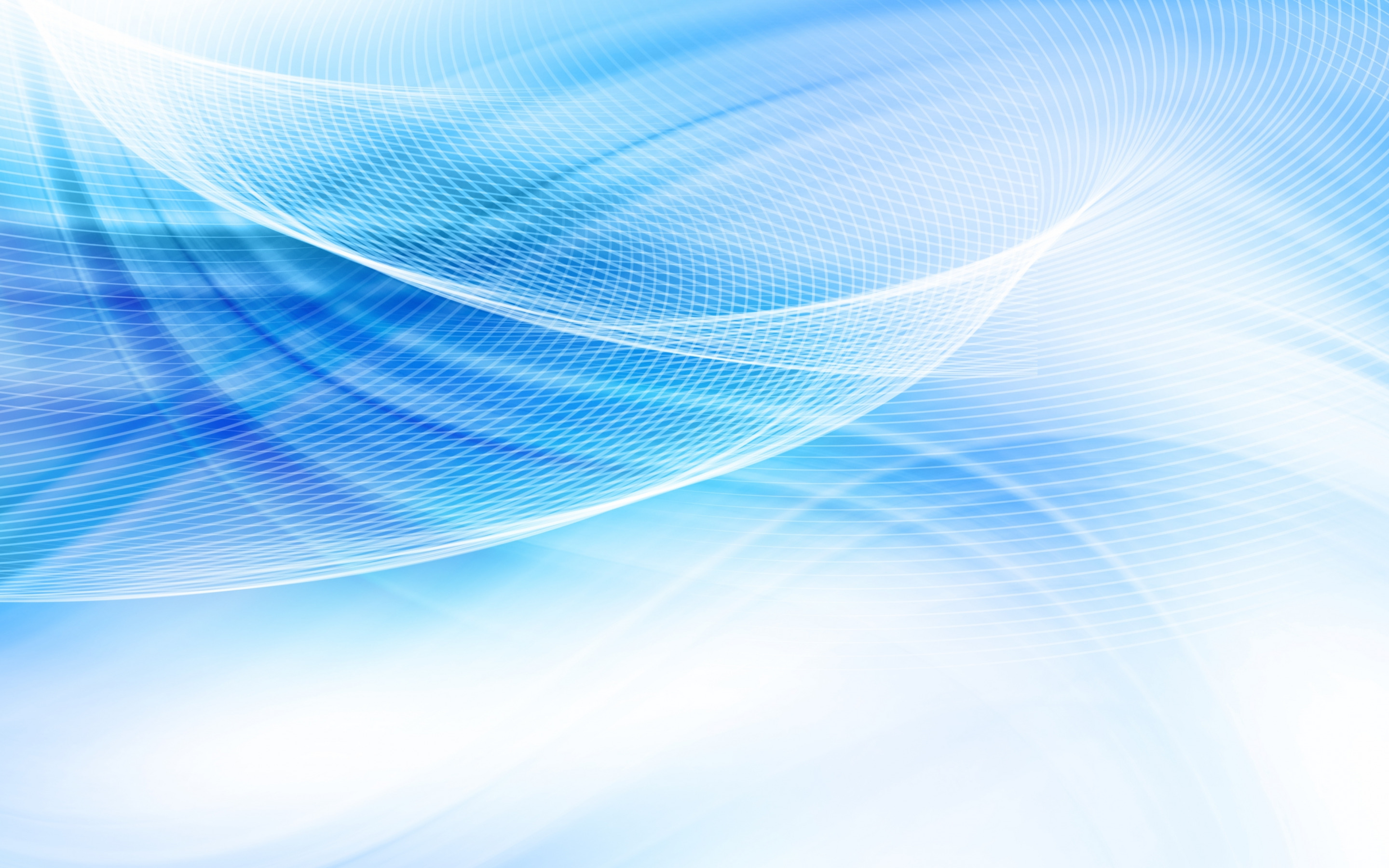
**Консультация для родителей**

**«Делаем дыхательную гимнастику правильно»**

Уважаемые родители! С вами логопеды Римма Владимировна и Виктория Владимировна.

Мы хотим познакомить Вас с навыками правильного выполнения дыхательной гимнастики и дать некоторые рекомендации.

Как ваш ребёнок дышит, когда говорит? Понаблюдайте за ним: нет ли 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.

1. **Правильный вдох – через нос***(следите за этим)*.

2. Плечи не должны быть подняты. Выдох должен быть длительным, плавным.

3. Следите, чтобы не надувались щёки *(на начальном этапе можно прижимать их ладошками)*.

4. Каждое упражнение повторяйте не более 2-3 раз *(многократное выполнение упражнений может привести к головокружению)*.

**

*«Вертушка»*

Ребёнок дует на вертушку, не надувая щёки .

*«На качелях»*

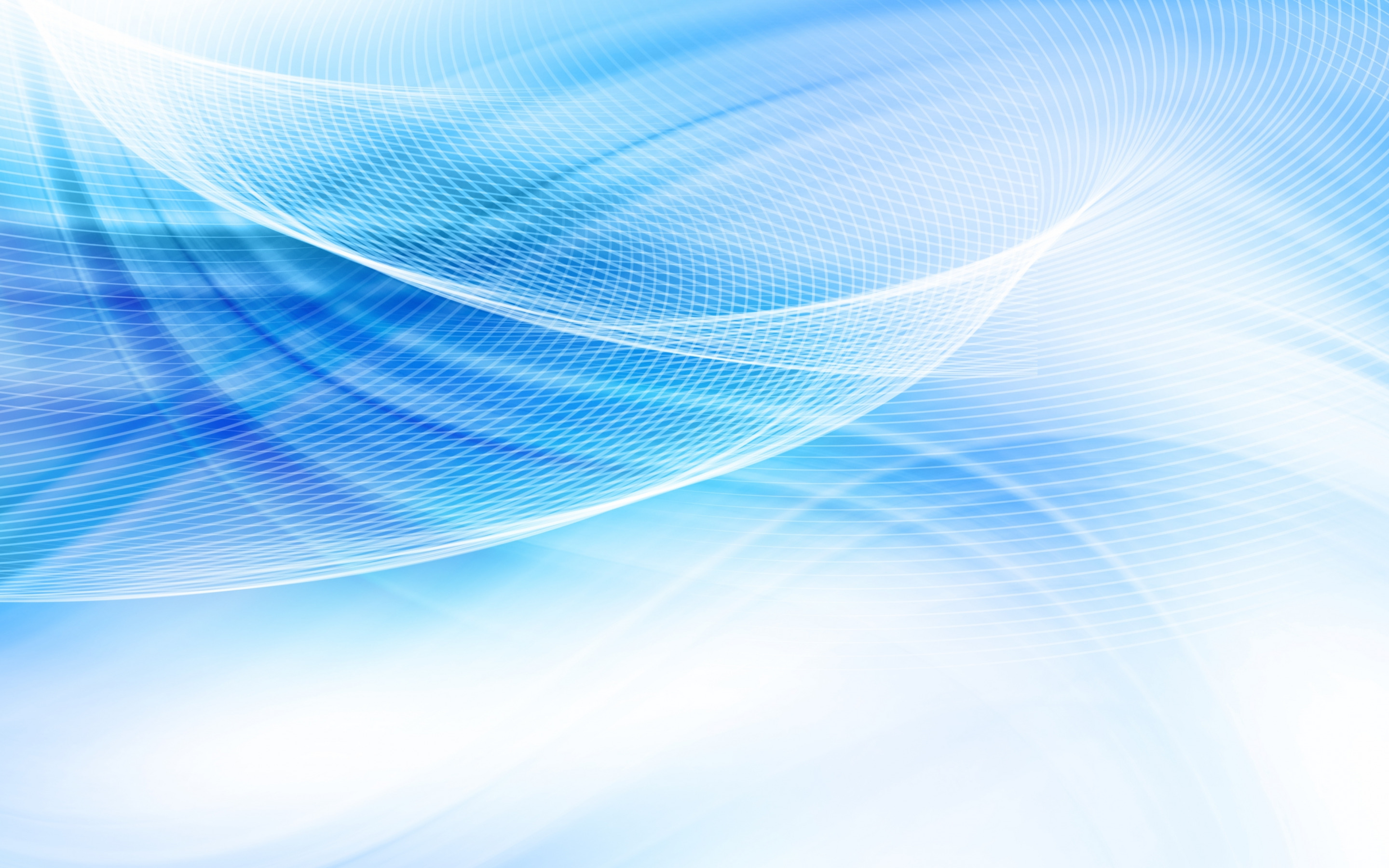
Ребёнок лежит на спине, на ровной твёрдой поверхности без подголовника, рот закрыт, вдох носом. Взрослый ставит на живот ребёнка лёгкую игрушку и предлагает покатать её, как на качелях. При вдохе игрушка поднимается, при выдохе – опускается.



*«Погрей ладошки»*

Дуть тёплым воздухом *«на озябшие ладошки»*, произнося при этом шёпотом на одном усиленном выдохе *«х-х-х»*.

**

*«Буря в стакане»*

Ребёнок кладёт соломинку на язык, плотно прижимает язык к зубам, губы в широкой улыбке – лёгкий выдох в воду, выдувая большие пузыри.

*«Цветочный магазин»*

Предложите ребёнку медленно глубоко вдохнуть через нос, нюхая воображаемый цветочек, чтобы выбрать самый ароматный цветочек для бабушки или мамы; на выдохе произнести: *«Ах, как пахнет!»*



*«Карандаш»*

Плавной воздушной струёй попробуйте прокатить карандаш по столу.

*«Мыльные пузыри»*

Весёлое и очень полезное занятие - выдувание мыльных пузырей.

*«Надуем игрушку»*

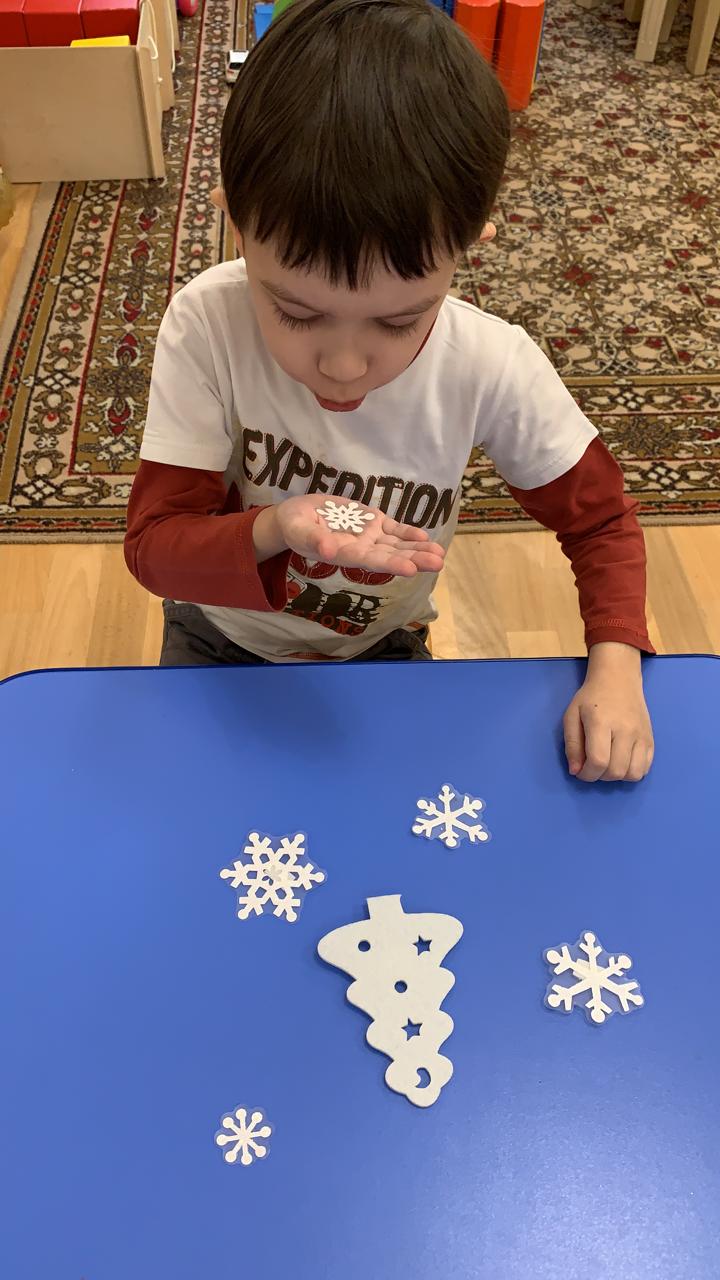
Детям предлагается надуть резиновые игрушки, воздушные шары, набирая воздух через нос и медленно выдыхая его в отверстие игрушки.

*«Футбол»*

Задуть мячик (маленький шарик) в сделанные из конструктора или бумаги ворота.

*«Шарики»*

Сделать вдох через нос и надуть щёки воздухом, а затем сдуть. Надуть одну щёку – сдуть, затем другую щёку надуть и сдуть, надувать попеременно 4-5раз.

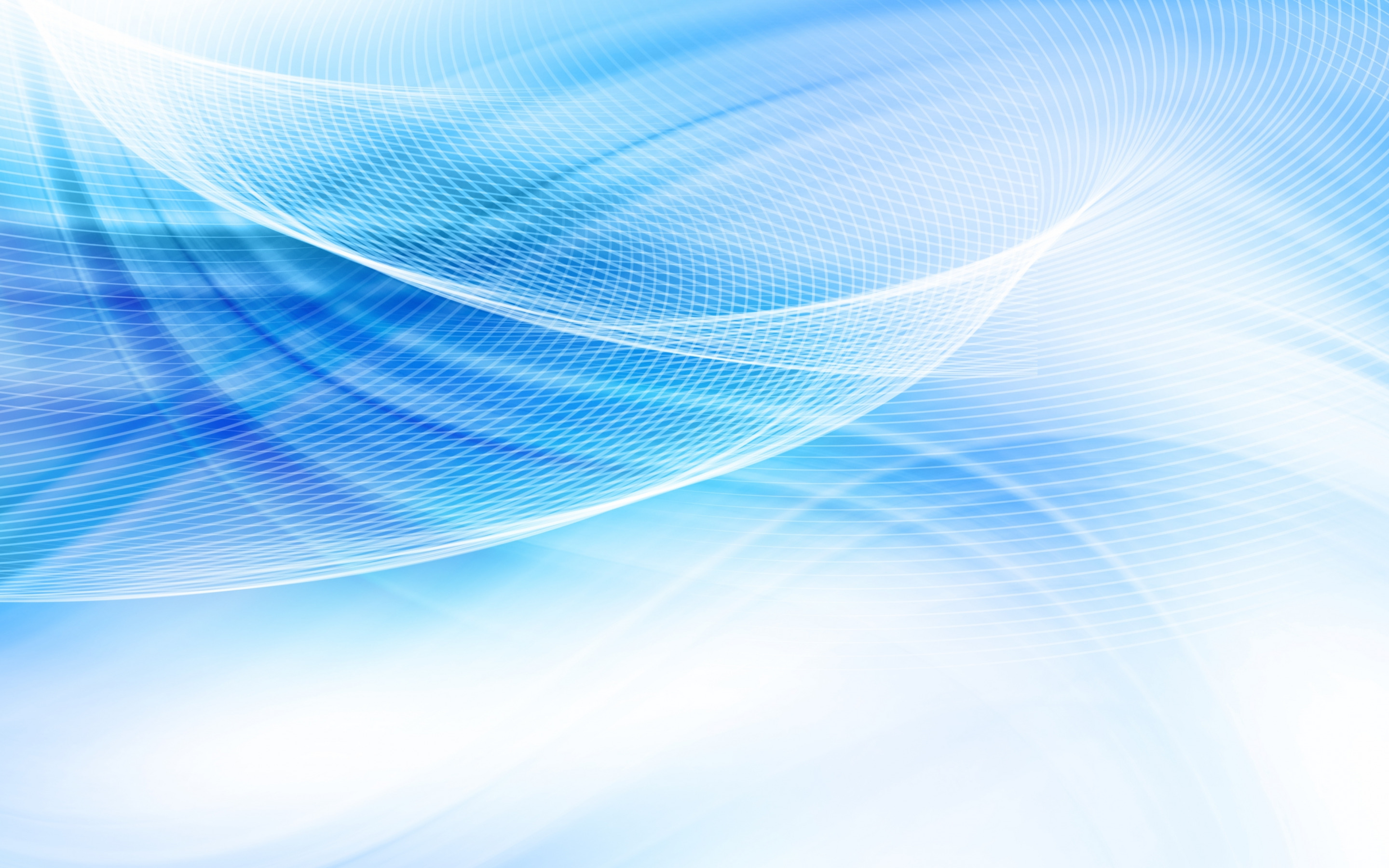
**

*«Снежинка»*

Сделайте снежинку из ваты или тонкой бумаги. Положите снежинку на ладошку ребёнка. Пусть он правильно сдует её, чтобы снежинка улетела.

 *«Гараж»*

Задуть маленькую машинку в сделанный из конструктора гараж.

*«Кораблик»*

Сделать из бумаги кораблик. Опустить его в таз с водой. Таз должен стоять на уровне рта ребёнка, так чтобы ему было удобно дуть на кораблик. Взрослый объясняет: для того чтобы кораблик двигался, нужно дуть плавно и длительно. Ребёнок двигает кораблик с помощью сильного выдоха.

*«Бабочка, лети!»*

Вырезать из бумаги небольшую бабочку, подвесить её на ниточку и подуть.

*«Погаси свечу»*

Ребёнок делает вдох, затем секундную задержку дыхания и несколько выдохов-толчков: *«фу-фу-фу»*.

Дыхательные упражнения помогают выработать диафрагмальное дыхание, а также способствует достижению плавного длительного выдоха и быстрому освоению труднопроизносимых звуков, обеспечивают достаточную громкость, плавность и выразительность речи.



*«Листопад»*

Взрослый вырезает из тонкой цветной бумаги желтого и красного цветов осенние листья – это явление называется листопад. Предлагает устроить листопад дома. Ребёнок дует на листочки так, чтобы они улетели.

*«Покажи картинку»*

На картинку прикрепить надрезанную полосками лёгкую бумагу. Предложить ребёнку сильно подуть на полоски, чтобы посмотреть картинку.