

Рекомендации по использованию игр и упражнений, направленных на развитие речевого дыхания

Параметры правильного ротового выдоха:

- выдоху предшествует сильный вдох через нос или рот – «набираем полную грудь воздуха»;
- выдох происходит плавно, а не толчками;
- во время выдоха губы складываются трубочкой, не следует сжимать губы, надувать щеки;
- во время выдоха воздух выходит через рот, нельзя допускать выхода воздуха через нос (если ребенок выдыхает через нос, можно зажать ему ноздри, чтобы он ощутил, как должен выходить воздух);

Выполняя задания на развитие речевого дыхания, нужно соблюдать некоторые правила:

- 1) Выполнять упражнения ежедневно, только тогда будет толк в ваших занятиях.
- 2) Постепенно увеличивать время проведения занятий от 1-2 минут до 5-7 минут.
- 3) Лучше делать упражнения на свежем воздухе (особенно летом). Если нет такой возможности – позаботьтесь о проветривании помещения.



- 4) При выполнении заданий контролируйте ребёнка:
 - Выдох должен осуществляться через рот, вдох — через нос,
 - Ребёнок не должен поднимать плечи и надувать щёки,
 - Выдох должен быть длинным и плавным,
 - Губы лучше немного скруглить/вытянуть.
- 5) При проведении игр, направленных на развитие у ребенка дыхания, необходимо иметь в виду, что дыхательные упражнения быстро утомляют ребенка, даже могут вызвать головокружение. Поэтому такие игры необходимо ограничивать по времени (можно использовать песочные часы) и обязательно чередовать с другими упражнениями.

Выполнение дыхательных упражнений в игровой форме вызывает у ребенка положительный эмоциональный настрой, снимает напряжение и способствует формированию практических умений.

Учитель-логопед Авдеенко К.А.