

# СОВЕТЫ ЛОГОПЕДА

## Консультация для родителей



### Подготовила учитель – логопед Соцкая В.И.

Правильная и красивая речь тесно связана с правильным и ритмичным дыханием.

Для произнесения любых звуков требуется наличие сильной и направленной воздушной струи, возникающей у человека на выдохе.

Воздух выходит из лёгких через гортань, глотку, полость рта или носа наружу.

Правильное речевое дыхание обеспечивает нормальное звукообразование, создаёт условия для поддержания нормальной громкости речи, чёткого соблюдения пауз, сохранения плавности речи и интонационной выразительности. Каждая фраза произносится на выдохе.

Нарушения речевого дыхания могут быть следствием общей ослабленности, аденоидных разращений, различных сердечнососудистых заболеваний и т.д.

Малыши, имеющие ослабленный вдох и выдох, как правило, говорят тихо и затрудняются в произнесении длинных фраз. При нерациональном расходовании воздуха нарушается плавность речи, так как дети на середине фразы вынуждены добирать воздух.

Часто такие дети недоговаривают слова и нередко в конце фразы произносят их шёпотом.

Иногда, чтобы закончить длинную фразу, они вынуждены говорить на вдохе, отчего речь становится нечёткой, судорожной, с захлёбыванием.

Укороченный выдох вынуждает говорить фразы в ускоренном темпе, без соблюдения логических пауз.

Современная медицина считает, что выработка правильного дыхания – залог хорошего здоровья.

Дыхательная гимнастика помогает развить незрелую дыхательную систему ребенка и укрепляет иммунитет.

Основная задача тренировок дыхания – сформировать сильный и плавный выдох, а также научить ребёнка контролировать расход воздуха и направлять поток воздуха губами.

Многие задания сразу связаны с произношением звуков, поэтому тренировка дыхания неразрывно идёт с развитием речи, с её запуском у малышей.

Главное, правильно подобрать задания и регулярно тренироваться.

### **Как правильно тренировать дыхание ребёнка?**

Дыхательная гимнастика очень полезна не только для развития речи, но и для здоровья ребёнка – лёгкие наполняются кислородом, который попадает во все внутренние органы.

Выполняйте упражнения в проветренном помещении или на улице (в теплое время года).

1. Вдох надо делать через нос, плечи не поднимать.
2. Следить, чтобы, выдыхая воздух, ребёнок не надувал щёки. (Если это происходит, взрослый может придерживать их пальцами.)
3. Выдох должен быть длительным, плавным.
4. Важно, чтобы ребёнок дул с силой (а не просто выдыхал). Воздушная струя должна быть узкая, холодная. Если воздушная струя тёплая, рассеянная и слышится звук, похожий на [Х], значит, ребёнок дует неправильно.
5. Не переусердствуйте! Достаточно 3-5 повторений. Многократное выполнение дыхательных упражнений может привести к головокружению.
6. После каждого упражнения давайте ребёнку отдохнуть.

**Регулярное выполнение дыхательных упражнений позволит предупредить возникновение простудных заболеваний!**

### **«Дудочка»**

Ребенку предлагается поиграть на дудочке или подуть в свисток с разной силой, для получения звучания разной силы.



### «Загони мяч»



Вытяни губы трубочкой и с силой дуй на ватный шарик на столе, стараясь загнать его в «ворота» (между двумя карандашами).

### « Фокус»

1. Сделай «чашку» (боковые края языка прижми к верхней губе, посередине остается желобок).
2. Положи маленький кусочек ватки на кончик носа.
3. Сделай вдох через нос.
4. Сильно дуй через рот на ватку, чтобы она полетела вверх.

### «Мыльные пузыри»

Взял соломку Игорёк,  
Надул мыльный пузырёк.

Имитировать длительный выдох через узкую трубочку. Для формирования навыка ротового выдоха полезно надуть мыльные пузыри.

