**Дыхательные упражнения дома.**

Правильное дыхание важно для развития речи, так как дыхательная система - это энергетическая база для речевой системы. Дыхание влияет на звукопроизношение, артикуляцию и развитие голоса.

Очень часто у детей с нарушениями речи встречается и нарушение речевого дыхания. Логопеды отмечают, что дыхание у таких детей поверхностное, прерывистое, нарушен ритм дыхания, многие дети дышат ртом.

Логопедическая работа по развитию речевого дыхания должна строиться с учетом данных полученных в результате комплексной оценки состояния дыхания и голосового аппарата.

Задачами работы по развитию речевого дыхания являются:

1) формировать навыков правильного речевого дыхания;

2) укреплять мышцы лица и грудной клетки;

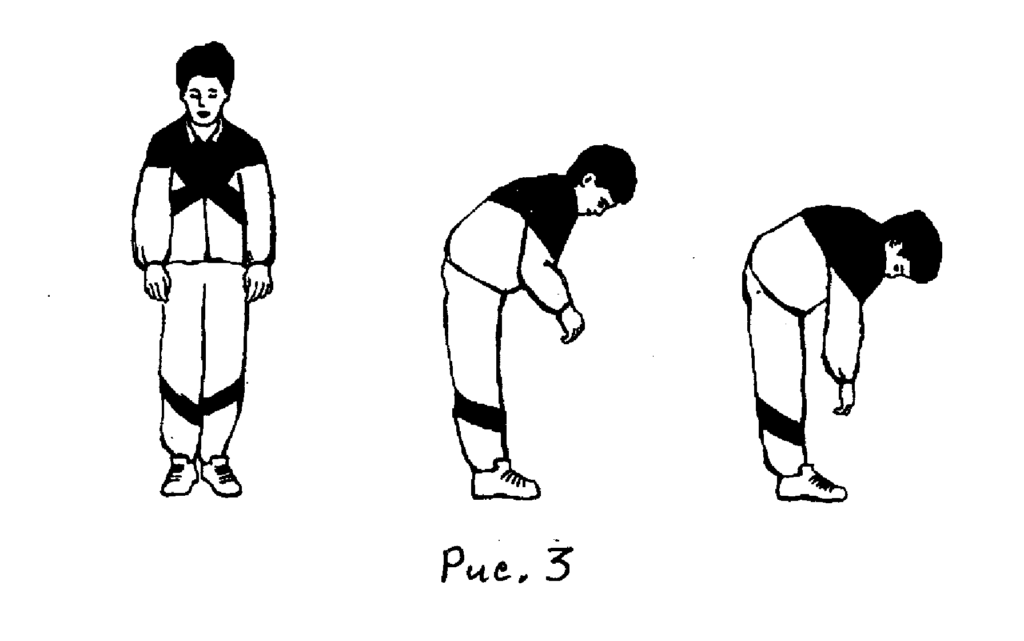
3) улучшить функции внешнего (носового) дыхания;

4) выработать более глубокий вдох и более длительный выдох;

**Игры и упражнения, которые можно выполнять дома.**

**1. «Пузырики».** Ребенок должен глубоко вдохнуть через нос. Щечки при этом раздуваются, словно пузырики. Затем следует сделать очень медленный выдох через немного приоткрытый рот. Упражнение повторяют два-три раза.

**2. «Насос».** Перед началом выполнения упражнения ребенку необходимо расположить руки по швам. Затем ребенку при вдохе следует слегка наклонится, а при выдохе – выпрямиться. Наклоны постепенно должны становиться ниже. Вдох и выдох – несколько длительнее. Повторить «Насос» не менее трех-четырех раз.

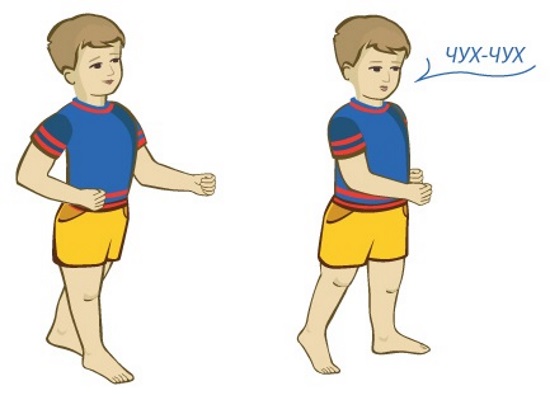


**3. «Говорилка».** Ребенок должен ответить на вопросы взрослого о том, как говорит паровозик (ту-ту-ту) или как сигналит машинка (би-би-би). Можно просто пропеть любые гласные звуки (ааа или ооо).

**4. «Большой и маленький».** На вдохе ребёнок должен встать на цыпочки и потянуться руками вверх. Такая поза показывает, какой он большой. Данное положение должно быть зафиксировано в течение нескольких секунд. На выдохе опускает ручки вниз и садится на корточки. При этом он говорит «Ш-Ш», обхватывает коленки руками. Поза говорит о том, что он маленький.



**5. «Паровозик».** С ребенком следует ходить по комнате. Согнутые руки должны имитировать движение колес паровозика. Скорость необходимо постоянно менять. Во время упражнения, которое повторяется пять-шесть раз, «паровозик» произносит: «Чух-чух».



**6.** **Игра «Бабочка, лети!»**

*Цель*. Добиваться длительного, непрерывного ротового вы­доха.

Приготовить 5 бумаж­ных ярко окрашенных бабочек. К каждой привязать нитку дли­ной 30-50 см и прикрепить их к шнуру на расстоянии 20 см друг от друга. Шнур натянуть между двумя стойками так, чтобы бабочки висели на уровне лица стоящего ребенка. Затем продолжительно дуем на бабочек.

*Методические указания*. Нужно следить, чтобы дети стояли прямо, при вдохе не поднимали плечи. Дуть следует только на одном выдохе, не добирая воздуха. Ребенок мо­жет дуть не более десяти секунд с паузами, в противном случае у него может закружиться голова.

*Учитель-логопед Баскова А.В.*