

Игровые дыхательные упражнения

Дыхательные упражнения очень полезны для дошкольников. Они способствуют насыщению кислородом всех клеток организма, в том числе и головного мозга; укрепляют общее состояние здоровья, так же дыхательные упражнения являются отличной профилактикой болезней органов дыхания. Умение ребёнка управлять воздушной струёй благотворно влияет на становление правильного звукопроизношения и при необходимости позволяет подготовить артикуляционный и дыхательный аппараты для быстрой и успешной коррекции нарушенных звуков.

Общие рекомендации для всех упражнений:

- Воздух набирать через нос, плечи не поднимать;
- Не надувать щёки;
- Многократное выполнение может привести к головокружению, достаточно 3-4 повторений.
- Для выработки правильной воздушной струи упражнения необходимо проводить систематически.

«Фокус»

Очень распространённое в логопедии упражнение, необходимое для постановки шипящих звуков.

На кончик носа ребёнка положите кусочек ваты. Рот открыт, губы в «улыбке», язык «чашечкой». Сдуть ватку с кончика носа. Примечания: дуть нужно именно на язык. При правильном выполнении ватка взлетит вверх.

«Буря в стакане»

Данное упражнение поможет при постановке свистящих звуков.

Вам понадобится коктейльная трубочка и стакан с чистой водой. Один конец трубочки положить на широкий язык ребёнка, другой – опустить в стакан с водой. Широкий кончик языка упирается в нижние зубы. Дуть через трубочку. Примечание: постарайтесь проконтролировать, чтобы широкий кончик языка находился у нижних зубов, а не был оттянут кзади.

«Футбол»

Необходимо сделать «ворота» из кубиков (спичечных коробков) и мячик из ваты. Рот приоткрыт, губы в «улыбке». Широкий язык высунут вперёд. Длительно дуть на ватный шарик, пытаясь загнать его в «ворота». Это упражнение способствует развитию правильной воздушной струи при коррекции свистящих звуков.