

## «Правила речевого дыхания»

Речевое дыхание отличается от обычного жизненного дыхания. Например, если вне речи мы дышим через нос, то во время речи вдох берётся через рот, если вне речи вдох и выдох по продолжительности одинаковы, то в речи вдох и выдох неравномерны: вдох короткий, но не резкий, а выдох длительный (в 6 – 8 раз длиннее вдоха).

### На что же следует обратить внимание:

1. Чтобы ребёнок не начинал говорить, не сделав вдоха.
2. Чтобы всегда говорил только на выдохе.
3. Чтобы во время вдоха не втягивал воздух носом, а делал вдох через рот.
4. Чтобы вдох был мягким и коротким, а выдох – длительным и плавным.
5. Чтобы при вдохе живот поднимался, а при выдохе опускался (нижнедиафрагмальное дыхание).
6. Чтобы плечи во время дыхания были совершенно неподвижно.
7. Чтобы грудь не поднималась сильно при вдохе и не опускалась при выдохе.
8. Чтобы, сделав вдох, ребёнок сразу же начинал говорить, не задерживая дыхания.
9. Чтобы после выдоха перед новым вдохом обязательно сделал остановку приблизительно на 2 – 3 секунды.
10. Чтобы во время речевого дыхания не было никакого напряжения.

Говорите с малышом,

**называя словами всё то, новое, что он видит вокруг себя.**

Говорить нужно спокойно, неторопливо, короткими простыми фразами, доступными его пониманию.

Читайте детям,

рассказывайте сказки.

**Не подделывайтесь под детскую речь,**

**не злоупотребляйте**

**уменьшительно – ласкательными**

**суффиксами –**

**всё это тормозит**

**речевое развитие.**

Памятка для родителей

## Профилактика речевых нарушений у дошкольников



Буклет подготовила  
Учитель логопед  
Щербакова И.С.

Необходимо следить за речевым дыханием ребёнка как базой для правильного развития речи. С детьми дошкольного возраста полезно проводить ежедневно следующие игры:

1. Дуть на лёгкие шарики, карандаши, катать их по столу, пускать в тазу с водой уточек, лодки, кораблики, играть на духовых музыкальных инструментах (дудочках, губных гармошках).

2. Дуть на привязанные к натянутой ниточке снежинки, лёгких разноцветных птичек. Сдувать с руки пушинки. Дуть на мыльные пузыри.

3. Дуть вверх, не давая упасть вниз пушинке, мыльному пузырю.



**«Толстячки – худышки»** - Рот закрыт. Губы сомкнуты. Ребёнок поочередно надувает и втягивает щёки в спокойном темпе, удерживая их в каждом положении по 3 – 5 секунд.

**«Ступеньки»** - Улыбнуться, открыть рот, установить язык в форме чашечки на верхней губе, затем перевести чашечку на верхние зубы, а затем – за верхние зубы. Сохраняем «чашечку», плавно переводя язык из одной позиции в другую и удерживая в каждом положении.

**«Не разбей чашечку»** - Придать языку форму «чашечки» и двигать его: выдвигать вперёд и убирать обратно в рот. Удерживать язык снаружи и внутри по 3 – 5 секунд, не разрушая чашечки.

## «Гимнастика и массаж губ»

Необходимым условием успешности развития артикуляторной моторики является уточнение кинестетических ощущений положения и движения губ и нижней челюсти.

### Рекомендуемые упражнения

1. Удерживание губами различного рода пластмассовых и деревянных трубочек постепенно уменьшающегося диаметра.

2. Смыкание губ (обычное, плотное, очень плотное).

3. Смыкание и размыкание губ при закрытом и открытом рте.

4. Медленное вытягивание губ «хоботком» и такое же медленное возвращение в исходное положение.

5. Вращательные движения губ «хоботком».

6. Движения губ «хоботком» влево и вправо.

7. Мгновенное смыкание губ с разрывом типа «поцелуй».

8. Имитация полоскания зубов.

9. Присосать верхнюю губу, захватить её нижними зубами и несколько раз таким образом почмокать.

10. Присосать нижнюю губу, точно так же захватив её верхними зубами, так же почмокать несколько раз.

11. Сделать губы «Бутоном» и, не размыкая, «пожевать» их несколько раз.

12. Сомкнуть губы, затем резко создать разрежение в ротовой полости и так же резко разомкнуть их – получится громкий хлопок.

13. Поочередное поднятие и опускание верхней и нижней губ.

14. Вибрация губ (фыркание лошади).

Если не получаются некоторые упражнения гимнастики, следует выполнять их с механической помощью (помогая пальцами рук).

