**ДЫХАТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА**

Качество речи, её громкость, плавность во многом зависят от речевого дыхания. Давайте вспомним, что дыхание – это физиологический процесс, включающий в себя две фазы – вдох и выдох. Послушайте, как дышит ваш ребенок, не затруднено ли у него носовое дыхание, не приходится ли малышу держать рот открытым.

Дыхание можно разделить на два вида – речевое и неречевое. Неречевое дыхание состоит из вдоха и выдоха, примерно равных по продолжительности. Речевое дыхание отличается от неречевого тем, что вдох менее продолжительный, чем выдох. Для того, чтобы можно было произнести развернутую фразу с правильной интонацией, нужно владеть и развивать речевое дыхание. Так же речевое дыхание важно для постановки отсутствующих звуков. Произнесение большинства звуков русского языка требует сильной, направленной воздушной струи, выработка которой проводится одновременно с артикуляционной гимнастикой.

Отрабатывая правильное речевое дыхание придерживайтесь следующих рекомендаций:  
1. вдох через нос, выдох осуществляется ртом;  
2. губы при выдохе немного открыты («трубочкой»);  
3. выдох должен быть продолжительный и плавный; предметы предлагаемые ребенку для поддувания, должны находиться на уровне рта ребенка;  
4. не поднимать плечи;  
5. не надувать щеки при выдохе;  
6. упражнение на развитие дыхания повторить не более 3-5 раз;  
7. осанка ребенка должна быть правильной (спину держать прямо, не сутулиться, не опускать плечи)  
8. проводить упражнения по формированию правильного речевого дыхания в игровой форме;  
9. помещение предварительно проветрить перед проведением дыхательной гимнастики.

Для тренировки речевого дыхания рекомендуем следующие упражнения:

**«Узнай овощ, фрукт» (развитие глубокого вдоха)**

Взрослый и ребенок рассматривают и называют овощи или фрукты, лежащие на блюде. Взрослый делает надрез, а ребенок нюхает и запоминает запах овощей, фруктов. Взрослый предлагает ребенку с завязанными глазами, понюхать и отгадать по запаху предложенный ему овощ, фрукт.

**«Шарик надуваем и сдуваем» (развитие физиологического дыхания)**

Ребенок ложится на спину на ковёр, левую руку кладет на живот, а правую на грудь. По команде взрослого ребенок вдыхает – выпячивая живот («шарик надувается»), и выдыхает – втягивая живот («шарик сдувается»).

**«Приятный запах» (развитие речевого дыхания)**

Ребенок подходят к вазочке с очищенным апельсином, яблоком, грушей, к еловой веточке и т.д., нюхает и на выдохе произносит: «Хорошо», «Вкусно», «Приятный запах».

**«Буря в стакане»**

Предложите ребенку сделать вдох носом и выдохнуть в трубочку, конец которой находится в стакане, наполовину наполненном водой.

**«Футболисты»**

Поочередно, взрослый и ребенок, дуют на ватный шарик («футбольный мячик»), стараясь забить гол в ворота («карандаши»). Следить, чтобы вдох производился через нос, а выдох был плавным и сильным, губы «трубочкой».

**«Снежинка», «Листочек»**

Предложите ребенку легким, длительным ротовым выдохом сдуть с ладони (на уровне рта ребенка) снежинку, листочек из бумаги.

**«Бабочка», «Птичка», «Осенние листочки»**

На уровне рта ребенка подвешены на ниточках бумажные бабочки, птички, листочки. Предложите ребенку плавно подуть (губы «трубочкой»)

**«Кораблики»**

Предложите ребёнку подуть на сделанные из бумаги кораблики, плавающие в тазу с водой, — то плавно, то быстрее – и проследить за движением корабликов.

**«Подуем с блинчика»**

Улыбнуться, положить широкий язык на нижнюю губу (сделать «блинчик»), подуть, произнося длительно звук «Ф». Щёки не надувать.

**«Фокус»**

Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий передний край языка на верхнюю губу так, чтобы боковые края его были прижаты, а по середине языка был желобок, и сдуть ватку, положенную на кончик носа. Воздух при этом должен идти посередине языка, тогда ватка полетит вверх.

**«Пароход гудит»**

Предложить ребёнку подуть в пузырёк (как гудит пароход). Улыбнуться, положить широкий язык на нижнюю губу, кончик языка касается края горлышка пузырька. Пузырёк касается подбородка. Струя воздуха должна быть сильной и идти по середине языка.  
Не забудьте, ребёнок не должен делать судорожных, резких вдохов с поднятием плеч и с напряжением. Вдох должен быть спокойным. Кроме того, упражнения на дыхание утомляют ребёнка, поэтому не следует заниматься ими долго, достаточно несколько минут, т.к. длительное дутьё и длительный фиксированный выдох могут вызвать головокружение.

**АРТИКУЛЯЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА**

Совместная работа учителя-логопеда и воспитателей , родителей помогает подготовить артикуляционный аппарат ребёнка к правильному произношению тех звуков, которые он плохо говорит, позволяет достичь наилучших результатов в речевом развитии ребёнка.  
Многих родителей волнует проблема правильного произношения звуков речи ребенка. Для того, чтобы детская речь была внятной, четкой и понятной другим людям, необходимо работать над развитием мышц артикуляционного аппарата. Существуют специальные упражнения для развития подвижности, ловкости языка, губ, щек, подъязычной уздечки, которые называются артикуляционной гимнастикой. Ниже представлен общий комплекс артикуляционной гимнастики.

При выполнении упражнений артикуляционной гимнастики следует помнить:  
1. Необходимо соблюдать определенную последовательность – от простых упражнений к более сложным.  
2. На начальном этапе упражнения выполняются в медленном темпе и перед зеркалом.  
3. Количество повторов каждого упражнения от 2 до 15 раз. Главное, чтобы упражнение выполнялось правильно.  
4. Зеркало можно убрать, когда ребенок научится правильно выполнять движения.  
5. Выполняйте рекомендованный логопедом комплекс артикуляционной гимнастики каждый день.  
6. Если для ребенка утомительно выполнять все упражнения подряд, можно разбить гимнастику на блоки и выполнять их в течение дня.  
7. Можно использовать механическую помощь, если у ребенка не получится какое-либо движение. Ручкой чайной ложки или чистым пальцем можно помочь ребенку принять нужное положение языка.

Занятия дадут наилучший результат, если они проводятся в игровой форме.

**«Заборчик »**

Растянуть губы в улыбке, обнажив верхние и нижние зубы, которые стоят друг на друге, как заборчик. Про себя говорить  
«И». Удерживать так под счет от 5 до 10.

«Трубочка»

Сомкнуть зубы, сделав « Заборчик». Округлить губы и вытянуть вперед, как при произнесении звука «О». Удерживать под счет от 1 до 10. Расслабить губы и повторить упражнение несколько раз.

Чередовать « Заборчик» — « Трубочка».

**«Массаж десен и щек (маляр красит домик язычка)»**

Круговые движения языка между зубами и губами внутри рта. Затем при этом движении погладить щеку с одной стороны, затем с другой стороны.

**«Помидорчик»**

Одновременно надуть обе щеки.

**«Огурчик»**

Одновременно втянуть обе щечки.

**«Орешек»**

Языком дотронуться до правой щеки и удержать положение, затем до левой.

**«Покатай орешек»**

Языком дотронуться до правой щеки и «покатать орешек», затем дотронуться до левой и также «покатать орешек».

**«Накажем непослушный язычок»**

Немного приоткрыть рот, спокойно положить язык на нижнюю губу и, пошлепывая его губами, произносить звуки: «пя-пя-пя», а потом покусать зубами: « тя-тя-тя».

**«Часики»**

Приоткрыть рот, кончик языка скользит по верхней губе, затем по нижней (по кругу). За пределы губ не выходить. Губы не поджимать, челюсть не двигать.

**«Крестик»**

Рот приоткрыть, поднять узкий язык на верхнюю губу, затем на нижнюю, потом в левый и в правый угол рта.

**«Качели»**

Кончиком языка упираться поочередно то в верхние, то в нижние зубы. Челюсть не двигать.

**«Кошечка лакает молоко»**

Лакательные движения языком (голова не опускается, работает только язычок).

**«Лошадка»**

Улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот и пощелкать кончиком языка (как лошадка цокает копытами). Повторить упражнение неоднократно, губы улыбаются.

**«Почистим верхние и нижние зубки»**

Улыбнуться, приоткрыть рот, кончиком язычка двигать влево – вправо по верхним зубам, а затем за нижними зубами. Челюсть не двигать (зубы можно чистить и снаружи, и внутри).

Уверена, что наше сотрудничество окажется результативным!

Структурное подразделение «Детский сад комбинированного вида «Ягодка»

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения

«Детский сад «Планета детства» комбинированного вида»

Республика Мордовия, Чамзинский район, п.Чамзинка, ул. Горячкина, д.7А

**Консультация**

«Развивая артикуляционный аппарат и правильное дыхание, развиваем речь детей»

Подготовила:

учитель-логопед

Ларькина С.А.

Чамзинка 2020