

## Урок третий:

Учите детей фонационной (звуковой) гимнастике

1. Произносить протяжно звук М-М-М, одновременно легко постукивая кончиками пальцев по ноздрям. Повторить три раза.

2. И.п. стоя, руки за спиной. Вдох и выдох носом. Повторить три раза.

3. Тренировка выдоха (с использованием рифмованного текста):

Юра Гагарин очень рад (вдох),  
Юре нравится парад (вдох),  
О ракетах на параде  
Он рассказывает Наде (вдох)

4. Протяжно произносить МАММ, МЭММ, МОММ, делая наклон вперед (голова, шея, плечи без напряжения). Вернувшись в исходное положение, прочтите текст, проверив звучание голоса: У Верки - вертушки во рту две ватрушки.

5. Произносить НАНН, НЭНН, НОНН, одновременно поворачивая голову влево - вправо, вверх-вниз. Вернувшись в и.п., прочтите текст, проверив звучание голоса:  
Дали Алику рогалик,  
Алик дал рогалик Алле.  
Алла Алика ругала,  
и рогалик ела Алла.



Рубрика «Советы логопеда»

## Памятка для родителей

«АЗБУКА ДЫХАНИЯ»





## Урок первый

Нос - своеобразный защитный фильтр, который препятствует попаданию в легкие микробов. Дети, не умеющие дышать носом, чаще болеют ангиной, гриппом, бронхиальной астмой. Такие дети отстают в речевом и умственном развитии от своих сверстников, их голос становится глухим и гнусавым. Для нормализации носового дыхания следует заниматься специализированной дыхательной гимнастикой.

1. Погладить нос (боковые его части) от кончика к переносице и сделать вдох. На выдохе постукивать по ноздрям. Повторить 5 раз.
2. На выдохе оказывать сопротивление воздуху, легко постукивая по крыльям носа, выдох носом свободный.
3. Поглаживать нос и его придаточные пазухи – вдох, выдох носом свободный. Повторить 5 раз.
4. Сделать «курносый нос», потряхивая кончик носа указательным пальцем – вдох. Выдох носом свободный. Повторить раз.
5. Закрыть левую ноздрию указательным пальцем и вдохнуть через правую и наоборот. Повторить 5 раз.

## Урок второй: Учите детей смешанному дыханию

Задачи упражнений: выявить лучшие качества голоса, профилактика заболеваний верхних дыхательных путей.

### «Рубка дров»

И.п. стоя, руки над головой сложены в замок – вдох. На выдохе наклон вперед со звуком У-Х-Х-Х, как бы имитируя удар топором. Повторить три раза.

### «Свисток»

И.п. стоя, в одной руке стакан с водой, а в другой пластмассовая трубочка, сделать вдох, выдохнуть в воду через трубочку со звуком У-У-У. Повторить три раза.

### «Трубач»

И.п. стоя, кисти рук сжаты в трубочку, подняты вверх – вдох, на медленном выдохе произносить П-Ф-Ф-Ф, по окончании вдоха. Повторить три раза.

### «Каланча»

И.п. стоя, руки разведены – вдох, опуская руки, произносить звуки С-С-С-С. Повторить три раза

## Комплекс дыхательных упражнений для детей

### 1. Часики

Часики вперед идут,  
За собою нас вадут.

И.п. – стоя, ноги слегка расставлены, руки опущены  
1 – взмах руками вперед – «тик» (вдох);  
2 – взмах руками назад – «так» (выдох).



### 2. Петушок

Крыльями взмахнул петух,  
Всех нас разбудил он вдруг.

И.п. – встать прямо, ноги вместе, руки опущены (о. с.)  
1 – поднять руки в стороны (вдох);  
2 – хлопнуть руками по бедрам «ку-ка-ре-жу» (выдох).



## „Маятник“

Влево, вправо, влево, вправо,  
А затем начнем сначала.  
И.п.- руки на поясе (вдох).  
1-наклон вправо (выдох).  
2-И.п.(вдох).  
3 -наклон влево (вдох)  
4-И.п.



## „Насос“

Накачаем мы воды,  
Чтобы поливать цветы.  
И.п. - основная стойка  
1-наклон туловища в сторону (вдох)  
2 -руки скользят, при этом громко произносить звук» с-с-с»(выдох)  
10 раз


