**«Тренинг для родителей» Дыхательная гимнастика**

**Дата проведения:** 27.11. 2017 год

**Цель:** Сложить у участника целостное, развёрнутое, системное знание о значимости для детей с ТНР регулярных занятий дыхательной гимнастикой.

**Рассматриваемые вопросы.**

1.Роль дыхательной гимнастики в коррекции звукопроизношения.

2. Комплекс дыхательных упражнений для работы с детьми дома.

**Рекомендации:**

1. Использовать методические рекомендации логопеда в работе с детьми дома.
2. Проводить индивидуальные упражнения по рекомендациям логопеда.

**Используемая литература:**

1.Хрестоматия по логопедии /Под ред. Л.С.Волковой, В.И.Селиверстова. – М., 1997. – Ч.I, II.

2. Богомолова А.И. Нарушение произношения у детей. Пособие для логопедов. М.: Просвещение,.

3.Бадалян Л.О. Невропатология. – М., 1987.

4. Смирнова Л.Н. Логопедия в детском саду. Занятия с детьми 6-7 лет. М.: Мозаика –Синтез 2001

**Ответственная:** Демидова Г.В. учитель – логопед

**Присутствовали:** родители группы КН «Фантазёры»

Дыхательная гимнастика - уникальный оздоровительный метод, способствующий насыщению кислородом коры головного мозга и улучшению работы всех центров. Приступая к развитию речевого дыхания, следует отработать спокойный вдох и сильный плавный ротовой выдох. Этому помогут игры. - Улыбнуться, положить широкий передний край языка на нижнюю губу («Лопаточка») и плавно, со звуком Ф, сдуть ватку на противоположный край стола (или «загнать в ворота»). Обращайте внимание, чтобы не надувались щеки, чтобы ребенок произносил звук Ф, а не Х, т. е., чтобы воздушная струя была узкая, а не рассеянная. Для развития дыхания ребенка пользуются дыхательными играми: • приводить дутьем в движение плавающих в тазике уток, кораблики, всевозможные вертушки, ватные шарики, подвешенные на натянутой горизонтальной нитке; сдувать тычинки созревших одуванчиков и пр. • надувать надувные игрушки и воздушные шарики; особенно полезно пускать мыльные пузыри – это вырабатывает очень тонкое регулирование выдоха; • поддувать вверх пушинку, ватку, бумажку, мыльный пузырь. «ЧАСИКИ» Часики вперёд идут, За собою нас ведут. И.п.- стоя, ноги слегка расставить. 1- взмах руками вперёд «тик» (вдох) 2- взмах руками назад «так» (выдох) «Радуга улыбается» Ребенок через стороны поднимает руки над головой, как бы рисуя дуги радуги. Одновременно он делает медленный вдох. На выдохе широко улыбается и произносит: «С-с-с», плавно опуская руки вниз. «Трубач» Предложите малышу сжать ладони, образуя трубочку, и приставить руки ко рту. Медленно выдыхая, ребенок громко произносит: «Ду-у-у-у, ду-у-у-у». «Петух» Ребенок стоит, расставив ноги на ширину плеч, руки опущены. На вдох он поднимает вверх руки - «крылья», на выдох опускает и произносит: «Ку-ка-ре- ку». Каждое упражнение желательно выполнять 2 раза в день по 3-5раз. Необходимо отметить, что регулярное выполнение дыхательных упражнений является также профилактикой острых респираторных заболеваний.

Дыхательную гимнастику дома можно использовать в утренней гимнастике, после дневного сна, на прогулке, в игровой деятельности и т. д. Упражнения дыхательной гимнастики проводятся ежедневно в течение 5 -10 минут в хорошо проветриваемом помещении.

К органам дыхания относятся: грудная клетка, легкие, нос, полость носа, гортань, трахея, бронхи. Регулярные занятия дыхательной гимнастикой способствуют воспитанию правильного речевого дыхания, профилактике болезней дыхательных путей. Таких, как ринит, гайморит, хронический бронхит, аденоиды, полипы носовой полости часто являются причиной звукопроизношения у детей, затрудняют процесс правильного речевого дыхания, вызывают изменения в строении органов артикуляции.Правильное носовое дыхание способствует тренировке дыхательной мускулатуры, улучшает местное и мозговое кровообращение, препятствует разрастанию аденоидов, предохраняет от переохлаждения.

    Правильное речевое дыхание – основа для нормального звукопроизношения, речи в целом. Некоторые звуки требуют энергичного сильного выдоха, сильной воздушной струи.   Дыхательные упражнения очень полезны, к тому же выполняет их ребенок с интересом, поскольку их можно обыграть. Каждое упражнение на дыхание выполняется не более 2-3 раз, проводить упражнения нужно в хорошо проветренном помещении или при открытой форточке, заниматься до еды.

**Дыхательные упражнения:**

- надуть щеки и удержать набранный воздух;

- втянуть щеки и расслабить их;

- надуть щеки и резко надавить на них пальцами (воздух выпустить сквозь губы);

- «полоскать» воздухом рот, перекатывать его за надутыми щеками;

- выдувать воздух поочередно, то из одного, то из другого угла рта;

- легко дуть на перо, лежащее на столе;

- дуть на ватку, лежащую на гладкой поверхности, чтобы ватка двигалась;

- дуть на бумажную ленту, чтобы она трепетала;

- дуть на лист бумаги, постепенно отдаляя его от губ;

- дуть на конфетти, чтобы оно взлетало и опускалось на поверхность;

- на выдохе медленно произносить гласные;

- дуть на свечу, чтобы пламя мерцало;

- дуть на легкие пластиковые или бумажные игрушки, плавающие на воде;

- дуть на воду через трубочку, следя за плавающими пузырьками воздуха;

- пускать мыльные пузыри;

- дуть на свечу при высунутом языке и задуть ее;

- сдувать с кончика языка бумажку, кусочек бинта или ваты;

- дуть на бутылочку с высунутым языком.