Летающее перо



На логопедических занятиях мы выполняем дыхательную гимнастику.

Дыхательная гимнастика — это комплекс специальных упражнений, которые помогают осознанно управлять процессом дыхания.

Цель дыхательной гимнастики — укрепить дыхательную мускулатуру (диафрагму, межрёберные мышцы), улучшить вентиляцию лёгких, нормализовать газообмен и положительно повлиять на работу сердечно-сосудистой, нервной и других систем организма.



Зачем нужна дыхательная гимнастика на логопедических занятиях?

Дыхательная гимнастика напрямую влияет на качество речи: помогает чётко произносить звуки, поддерживать равномерную громкость, правильно расставлять паузы и говорить плавно.



Сегодня на занятии мы выполняли дыхательную гимнастику «Летающее перо».



Ребёнку предлагается выбрать перо, расположить на раскрытой ладони, набрать воздух через нос в диафрагму (живот) выдохнуть через рот, губы в упражнении «трубочка», щёки не надуваются. Важно обращать внимание на движение диафрагмы, на положение губ и щёк, на положение тела.

Выполняя упражнения, направленные на развитие речевого выдоха – дыхательная гимнастика - улучшатся речевые навыки, оказывается положительное влияние на организм ребёнка. Главное — регулярность, правильная техника и позитивный настрой.

Подготовила учитель – логопед Тимофеева Анастасия Александровна