



## Формирование правильного дыхания у детей в ходе логоритмического воздействия

У многих детей верхнегрудное (ключичное) дыхание, которое характеризуется слабым укороченным выдохом. Сначала необходимо определить, правильно ли дышит ребёнок.

Работа по формированию правильного дыхания проводится в определённой последовательности:

1. Формируется правильное нижнерёберное дыхание по подражанию.
2. Дифференциация ротового и носового вдоха и выдоха (тренируется ритм речевого дыхания).
3. Развитие силы, продолжительности, постепенности, целенаправленности дыхания.



Первые дыхательные упражнения должны выполняться лёжа, т.к. в этом положении легче дышать правильно, чувствовать паузу, а затем уже переходить к выполнению дыхательных упражнений сидя и стоя.

**Правильно**, когда ребёнок лежит, то брюшная стенка поднимается вверх, а если сидит или стоит, то выдвигается вперёд.

### **Можно использовать такое упражнение:**

Вдох через нос, медленный выдох через рот, произнести звук «А» без голоса. Выдох контролировать рукой. Левая рука находится на животе (вдох – живот втягивать). Правую руку можно поднести ко рту и тыльной стороной ладони почувствовать тёплую струю выдыхаемого воздуха.

**Затем формирование правильного дыхания проводится по следующей схеме:**

- вдох и выдох через нос;
- вдох через нос, выдох через рот;
- вдох через нос, выдох через правую (левую) ноздрю;
- вдох через рот, выдох через нос;
- вдох и выдох через рот.

После того, как сформировалось правильное физиологическое дыхание, можно переходить к формированию дыхания фонационного, т.е. с пропеванием звуков и слогов на выдохе.