

# Дыхательные упражнения

Очень важно научить малыша правильному дыханию, так как дыхание является энергетической основой нашей речи. Некоторые согласные требуют энергичного сильного выдоха. Детям следует предлагать те упражнения, которые он будет воспринимать как игру

«**Хомячок**». Пошмыгать носом (рот закрыт).

«**Собачке жарко**». Часто подышать с высунутым языком.



При выполнении этих упражнений надо чувствовать движения стенки живота.

«**Шарик**». Вдох носом, живот при этом выпячивается вперед (надуть животик), выдох ртом (живот вбираем в себя). Это так называемое нижнедиафрагмальное дыхание, которое является самым экономичным и физиологически правильным. Плечи при вдохе не поднимать!

