### СОВЕТЫ ЛОГОПЕДА



**Методические рекомендации по развитию воздушной струи:**

* Упражнения проводятся в хорошо проветренном помещении;
* Лучше выполнять упражнения стоя, при свободном положении тела в пространстве. Грудная клетка расправлена. Следить за осанкой;
* Обращается внимание на то, чтобы ребенок производил вдох глубоко и спокойно, через нос. Выдох через рот должен быть легким, плавным, длительным, экономным, без напряжения;
* Следить за точностью направления воздушной струи;
* Кратковременность упражнений (от 30 секунд до 1,5 минут). Гипервентиляция легких ведет к обильному снабжению коры головного мозга кислородом, вследствие чего может возникнуть головокружение;
* Дозированность количества и темпа упражнений. Интенсивное дутье проводится не более 5 раз за 1 прием, в течение нескольких секунд;
* Нельзя надувать щеки;
* Выдыхаемый воздух не задерживать. Можно придерживать щеки руками для использования тактильного контроля;
* На начальных этапах можно использовать зеркало для привлечения зрительного контроля;
* Контроль за выдыхаемой струей воздуха осуществляется с помощью ватки, поднесенной ко рту ребенка: если упражнение выполняется правильно, ватка будет отклоняться;
* Упражнения могут выполняться под счет.

