**Приложение 5.**

**Тренинг речевого дыхания, упражнения на ясную дикцию, артикуляцию, звук.**

 **Упражнение 1.**

Встаньте прямо, свободно. Вдохните быстро через нос, используя только диафрагму и нижнебрюшные мышцы, а затем сделайте как можно больше коротких выдохов (представьте, что вам нужно погасить на одном выдохе несколько свечей). Проделайте это упражнение 5-8 раз.

**Упражнение 2.**

Упражнение аналогичное предыдущему, только теперь выдох должен быть долгий и спокойный (представьте, что вам надо на одном выдохе задуть большую свечу). Проделайте упражнение 5-8 раз.

 **Упражнение 3.**

Встаньте прямо, свободно. Произнесите чётко сочетания всех согласных алфавита с гласными *а, э, о, у, ы, и.* Например, *ба, бы, вэ, во, зу, зи* и т.д. Не забывайте при этом о правильном речевом дыхании. Опору звука делайте на диафрагму. Стремитесь к тому, чтобы звуковые сочетания произносились округлённо, т.е. не резко.

**Упражнение 4.**

Для тренировки произношения звуков можно использовать пословицы, поговорки. Произносить их надо чётко, осмысленно. Для чёткой артикуляции полезны скороговорки:

**\* Макара укусил комар, прихлопнул комара Макар.**

**\* Три дроворуба на трех дворах дрова рубят.**

**\* На дворе трава, на траве дрова, раз дрова, два дрова, три дрова.**

**\* Бык тупогуб, тупогубенький бычок, у быка была губа тупогубенькая.**

**\* Стоит поп на копне, колпак на попе, копна под попом, поп под колпаком.**

При произнесении скороговорок не забывайте о правильном речевом дыхании.