

## Дыхательные упражнения в игровой форме

Как ваш ребенок дышит, когда говорит? Понаблюдайте за ним: нет ли быстрых коротких вдохов посередине фразы или слова, не прерывают ли речь частые вздохи, не слишком ли частое у него дыхание? Дыхание влияет на звукопроизношение и качество голоса.

Для формирования правильного дыхания придерживайтесь следующих рекомендаций:

- Правильный вдох – через нос (следите за этим);
- Плечи не должны быть подняты;
- Выдох должен быть длительным, плавным;
- Следить, чтобы не надувались щеки (на начальном этапе можно прижимать их ладошками);

### Дыхательные упражнения в игровой форме.

Развитие речевого дыхания играет большую роль в воспитании правильной речи. Дыхательные упражнения развивают продолжительный выдох у детей, формируют сильную воздушную струю через рот. Вызывают положительные эмоции, такие упражнения повышают интерес ребенка к дыхательной гимнастике. Способствуют развитию творческого воображения. Попробуйте дома с ребенком выполнить следующие упражнения. Желаю удачи!



Каждое упражнение повторяйте не более 2-3 раз (многократное выполнение упражнений может привести к головокружению).

#### «Самолетики»

Я построил самолет  
И зову вас всех в полет  
Чей лайнер дальше улетит-  
Тот пилот и победит.

*Готовые бумажные самолетики выставить на столе на старт. Каждый пилот дует на свой самолет. Чей самолет улетит дальше, тот и выиграл. Обращаем внимание ребенка, что делаем глубокий вдох носом и с силой делаем выдох ртом.*

#### «Задуй свечу»

Свечку я задуть хочу,  
Всех сейчас я научу.  
Полной грудью я вдохну,  
Свечку сразу я потушу.

*Взрослый зажигает свечку. Показывает ребенку, как правильно делать вдох-выдох (глубокий вдох носом и с силой делаем выдох ртом) и аккуратно выполнить упражнение.*

### «На качелях»

Ребенок лежит на спине, на ровной твердой поверхности без подголовника, рот закрыт. Вдох носом. Взрослый ставит на живот ребенка легкую игрушку и предлагает покатасть ее, как на качелях. При вдохе игрушка поднимается, при выдохе-опускается.

### «Шарики»

Сделать вдох через нос и надуть щеки воздухом, а затем сдуть. Надуть одну щеку-сдуть, затем надуть другую-сдуть, надувать попеременно 4-5 раз.

### «Ветряная мельница»

Для этой игры необходима игрушка – мельница из песочного набора или вертушка. Ребенок дует на лопасти игрушки.

### «Снежинка»

Сделайте снежинку из ваты или тонкой бумаги. Положите снежинку на ладошку ребенку. Пусть он правильно сдует ее, чтобы снежинка улетела.

### «Листопад»

Взрослый вырезает из тонкой цветной бумаги желтого и красного цветов осенние листья. Объясняет ребенку, что осенью с деревьев опадают листья – это явление называется листопад. Предлагает устроить листопад дома. Ребенок дует на листочки так, чтобы они полетели.

### «Бабочка»

Вырезать из бумаги одну или несколько бабочек. К каждой бабочке привязать нитку и прикрепить так чтобы они висели на уровне лица ребенка. Взрослый предлагает малышу подуть на бабочку так, чтобы она полетела. Ребенок делает длительный плавный выдох.

### «Кораблик»

Сделать из бумаги кораблик. Опустить в таз с водой. Таз должен стоять на уровне рта ребенка, так чтобы ему было удобно дуть на кораблик. Взрослый объясняет: для того чтобы кораблик двигался, нужно дуть плавно и длительно. Ребенок двигает кораблик с помощью сильного выдоха.

### «Мыльные пузыри»

Веселое и очень полезное занятие – выдувание мыльных пузырей.

### «Надуем игрушку»

Детям предлагается надуть резиновые игрушки, воздушные шары, набирая воздух через нос и медленно выдыхая его в отверстие игрушки.

Дыхательные упражнения помогают выработать диафрагмальное дыхание, а также способствуют достижению плавного длительного выдоха и быстрому освоению труднопроизносимых звуков.

Желаю успехов!