

*Уважаемые родители, упражнения, отражённые в памятке способствуют развитию речевого и физиологического дыхания ребёнка.*

*Рекомендуется выполнять 3-4 упражнения в день, следуя правилам проведения, они отражены в каждом задании.*

*Успехов в Ваших начинаниях!*

*В соответствии с графиком работы, по всем вопросам, Вы, можете обратиться к учителю-логопеду Абоянцевой Екатерине Сергеевне (114 кабинет).*

## **Рекомендации по развитию речевого и физиологического дыхания**

Ребята, имеющие ослабленный вдох и выдох, как правило, говорят тихо и затрудняются в произнесении длинных фраз. При нерациональном расходе воздуха нарушается плавность речи, так как дети на середине фразы вынуждены добирать воздух. Часто такие дети не договаривают слова и нередко в конце фразы произносят их шепотом. Иногда, чтобы закончить длинную фразу, они вынуждены говорить на вдохе, отчего речь становится нечеткой, судорожной, с захлебыванием. Укороченный выдох вынуждает говорить фразы в ускоренном темпе, без соблюдения логических пауз.

Приступая к развитию у ребенка речевого дыхания, необходимо, прежде всего, **сформировать сильный плавный ротовой выдох**. При этом надо научить ребенка контролировать время выдоха, расходовать воздух экономно. Дополнительно у ребенка развивается способность направлять воздушную струю в нужном направлении.

**Запомните параметры правильного ротового выдоха:**

- выдоху предшествует сильный вдох через нос - "набираем полную грудь воздуха";
- выдох происходит плавно, а не толчками;
- во время выдоха губы складываются трубочкой, не следует сжимать губы, надувать щеки;
- во время выдоха воздух выходит через рот, нельзя допускать выхода воздуха через нос (если ребенок выдыхает через нос, можно зажать ему ноздри, чтобы он ощутил, как должен выходить воздух);
- выдыхать следует, пока не закончится воздух;
- во время пения или разговора нельзя добирать воздух при помощи частых коротких вдохов.

При проведении игр, направленных на развитие у ребенка дыхания, необходимо иметь в виду, что дыхательные упражнения быстро утомляют ребенка, даже могут вызвать головокружение. Поэтому такие игры необходимо ограничивать по времени (можно использовать песочные часы) и обязательно чередовать с другими упражнениями.

Перечисленные ниже игры и упражнения помогут научить ребенка плавно выдыхать через рот сильную направленную струю воздуха.

## **Развитие речевого и физиологического дыхания**



Составила: учитель-логопед  
МАОУ СОШ №60 города Тюмени  
Абоянцева Е.С.

## ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ПЛАВНОГО РОТОВОГО ВЫДОХА

### Лети, бабочка!

К бумажной бабочке привяжите нитку длиной 20-40 см, нитки прикрепите к шнуру на некотором расстоянии друг от друга. Шнур натяните так, чтобы бабочки висели на уровне лица стоящего ребенка.

Взрослый показывает ребенку бабочек и предлагает поиграть с ними.

-Смотри, какие красивые разноцветные бабочки! Посмотрим, умеют ли они летать (и дует на бабочек) Смотри, полетели! Как живые! Теперь ты попробуй подуть. Какая бабочка улетит дальше?



Ребенок встает возле бабочек и дует на них. Необходимо следить, чтобы ребенок стоял прямо, при выдохе не поднимал плечи, дул на одном выдохе, не добирая воздух, не надувал щеки, а губы слегка выдвигал вперед.

Дуть можно не более 10 секунд с паузами, чтобы не закружилась голова.

### Ветерок

Перед началом игры необходимо подготовить метелочки. Для этого прикрепите полоски цветной бумаги к деревянной палочке. Можно использовать тонкую папиросную бумагу, или елочное украшение "дождик".



Взрослый предлагает поиграть с метелочкой.

Показывает, как можно подуть на бумажные полоски, потом предлагает подуть ребенку.

-Представь, что это волшебное дерево. Подул ветерок - и зашелестели на дереве листочки! Вот так! А теперь ты подуй!

### Снег идёт!



Взрослый раскладывает на столе кусочки ваты, напоминает детям про зиму.

-Представь, что сейчас зима. На улице снежок падает. Давайте подуем на снежинки!

Взрослый показывает, как дуть на вату, ребёнок повторяет.

### Катись, карандаш!

Ребенок сидит за столом. На столе на расстоянии 20 см



от ребенка положите карандаш. Сначала взрослый показывает, как с силой дуть на карандаш, чтобы он укатился на противоположный конец стола.

Затем предлагает

ребенку подуть на карандаш. Второй участник игры ловит карандаш на противоположном конце стола. Можно продолжить игру, сидя напротив друг друга, и перекапывая друг другу карандаш с одного конца стола на другой.

### Весёлые шарики

С лёгкими пластмассовыми шариками (например, теннисными) можно играть так же, как с карандашами, а можно усложнить игру. Прочертите на столе линию. Затем возьмите шарик и положите на середину стола (на линии). Взрослый и ребёнок сидят за столом напротив друг друга, по разные стороны шарика на линии.



-Надо дуть на шарик так, чтобы он укатился на противоположную сторону стола. Дуть нужно сильнее. Начали!

Побеждает тот, кто сумел сдуть шарик за линию, на противоположную сторону стола.

### Воздушный шарик

Повесьте воздушный шар на уровне лица ребенка. Подуйте на шар так, чтобы он высоко взлетел, затем предложите подуть ребенку.



Возможен более сложный вариант игры. Подбросьте воздушный шарик вверх. Предложите ребенку подуть на шарик несколько раз так, чтобы он подольше не опускался на пол.

-Давай дуй на шарик, чтобы он не упал вниз. Вот так! Сильнее!

Можно поиграть с воздушным шаром, наполненным газом. В этом случае шар привязывается к стульчику или чему-нибудь на полу (желательно, чтобы ниточка оставалась длинной). На шар нужно дуть так, чтобы он улетел как можно дальше вперед.

### Уточки

На невысокий стол поставьте таз с водой. Взрослый показывает ребенку утку с утятами и предлагает поиграть.



-Представь, что это озеро. Пришла на озеро утка с утятами. Вот как плавает утка. Взрослый дует на игрушки, предлагает подуть ребенку. Затем игра усложняется.

-Посмотри: утята уплыли далеко от мамы. Утка зовёт утят к себе. Давай поможем утятам поскорее приплыть к маме-утке!

В этом случае струя воздуха во время ротового выдоха должна быть не только сильной, но и направленной.

## ИГРЫ ДЛЯ РАЗВИТИЯ РЕЧЕВОГО ДЫХАНИЯ

### Пой со мной!

-Давай споём песенки. Вот первая песенка: "А-А-А!" Набери побольше воздуха - вдохни воздух. Песенка должна получиться длинная. Сначала поем звуки А, У, постепенно количество "песенок" можно увеличивать.



-Вот вторая песенка: "У-У-У!" Теперь "О-О-О!", "И-И-И!", "Э-Э-Э!"

### Сдуй шарик

Предложите малышу поиграть в такую игру: стоя на ковре, расставьте руки широко в стороны - получился шар, затем произнесите длительно звук Ф, одновременно сводя руки перед собой - шарик сдувается. В конце обнимите себя за плечи - шарик сдулся.

- Давай поиграем в шарики! Разведи руки в стороны - вот так! Вот какие большие шары получились. Вдруг в шарике образовалась маленькая дырочка, и он стал сдуваться... Воздух выходит из шарика: Ф-Ф-Ф! Сдулся шарик!



Напомните, что следует вдохнуть побольше воздуха, пока шарик надут, а затем постепенно плавно выдыхать его, произнося звук Ф. Добирать воздух нельзя.

### Змейка

Предложите поиграть

в змей.

-Давай поиграем в змей! Вылезли змейки из нор и греются на солнышке. Змеи шипят: "Ш-Ш-Ш!"

Напомните, что следует вдохнуть побольше воздуха и шипеть долго. Во время длительного произнесения звука Ш добирать воздух нельзя.

