



Для заботливых пап и мам

## Будем правильно дышать игровые упражнения для развития дыхания

*Источником образования звуков речи является воздушная струя, выходящая из легких через гортань, глотку, полость рта или носа наружу. Правильное речевое дыхание обеспечивает нормальное звукообразование, создает условия для поддержания нормальной громкости речи, четкого соблюдения пауз, сохранения плавности речи и интонационной выразительности.*

Необходимо прежде всего сформировать сильный плавный ротовой выдох.

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

### Игры на развитие дыхания

- \* Ребенок надувает шарики (или пускает мыльные пузыри)
- \* Ребенок дует на игрушки типа «Флюгер», «Мельница», «Воздушный аквариум».
- \* Ребенок дует на кораблики в воде (кораблики можно сделать из скорлупок грецких орехов, бумаги и т.д.)

### Игры на поддувание

- \* Ребенок поддувает легкие предметы (полоски бумаги, комки ваты, снежинки, листочки, поролоновые шарики).

### Катись,

**карандаш!**

Цель: развитие длительного плавного выдоха; активизация губных мышц.

Оборудование: карандаши с гладкой или ребристой поверхностью.

Ход игры: 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 перекатывая друг другу карандаш с одного конца стола на другой.

Можно устроить соревнование: двое детей сидят за столом, перед ними лежат карандаши. Дуть на карандаш можно только один раз. Побеждает тот, чей карандаш укатился дальше.

## Вертушка

Цель: развитие длительного плавного выдоха; активизация губных мышц.

Оборудование: игрушка-вертушка.

Ход игры: Перед началом игры подготовьте игрушку-вертушку. Можно изготовить ее самостоятельно при помощи бумаги и деревянной палочки.



Покажите ребенку вертушку. На улице продемонстрируйте, как она начинает вращаться от дуновения ветра. Затем предложите подуть на нее самостоятельно

- Давай сделаем ветер - подуем на вертушку. Вот как закружилась! Подуй еще сильнее - вертушка вертится быстрее.

**Во время проведения игр необходим  
постоянный контроль за  
правильностью дыхания.**

***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);
- во время пения или разговора нельзя добирать воздух при помощи частых коротких вдохов.

При проведении игр на развитие 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.

Подготовила  
учитель - логопед МБДОУ ЦРР-ДС «Крепыш»