



Развитие дыхания – один из первых и очень важных этапов коррекционного воздействия независимо от вида речевого дефекта.

Цель дыхательных упражнений – способствовать выработке правильного речевого дыхания, продолжительного выдоха.

У детей, страдающими речевыми нарушениями, а также у часто болеющих детей необходимо сначала развить физиологическое дыхание, так как у них вдох и выдох ослаблены, а как следствие, речь приглушенная, ребенку часто не хватает силы воздушной струи для проговаривания ряда звуков родного языка. Кроме того, этим детям трудно произносить на одном выдохе длинные фразы, что может привести к

нарушению плавности речи, так как ребенок вынужден добирать воздух посередине фразы.

При занятиях дыхательной гимнастикой дома следует выполнять определенные правила: при вдохе плечи не должны подниматься; вдох делают через нос; при выдохе щеки не должны надуваться, на первых занятиях их можно придерживать руками; выдох должен быть плавным и длительным. В нашем буклете представлены игры, в которые можно поиграть дома с ребенком. Распечатайте буклет и игры будут всегда у вас под рукой.

### **Упражнения для формирования длительного речевого выдоха на материале гласных звуков.**

**Игра «Машинка»** Взрослый рисует на листе бумаги дорожки: прямую, волнистую и в виде «восьмерки». Вместе с ребенком провезите машинку по дорожке, произнося при этом длительно и раздельно звуки [а], [о], [у], [и], затем, сливая в одну непрерывную линию звучания, сначала два гласных звука «ао», «ау», затем 3 гласных - «аоу», а потом все 4 гласных звука «аоуи».

**Игра «Два медведя»** Попросите ребенка сначала пропищать тоненьким голоском, как

маленький медвежонок: «Э-э-э». А потом басом, как большой медведь: «Э-э-э».

**Игра «Самолетики»** Вместе с ребенком из бумаги нужно изготовить самолетики. Педагог и ребенок ставят самолетик на край стола и садятся напротив. По сигналу педагога они на одном выдохе стараются продвинуть самолетик по столу как можно дальше.

**Игра «Метель»** Педагог показывает ребенку картинку и объясняет, что такое метель («сильный ветер со снегом»). Потом включает звукозапись шума метели и предлагает ребенку послушать. Затем ребенка просят сделать глубокий вдох носом и по сигналу взрослого тихо изобразить звук метели («у-у-у»), постепенно увеличивая силу голоса, не переходя на крик, а потом уменьшая ее.

Картинки взяты в открытом доступе в интернете

**Упражнения на дифференциацию носового и ротового вдоха.. Развитие продолжительного плавного выдоха.**

**«Наслаждаемся запахами духов»**

Вдох через нос и ровный, медленный выдох через рот.

**Игра «Приятный запах»** Ребенок подходит к вазочке с очищенным апельсином, мандарином и др., нюхает, на выдохе произносит: «Ах, какой аромат!», «Приятный запах».

**«Футбол»** Загнать ватный шарик в ворота. Вытянуть губы «трубочкой» и подуть на ватный шарик, пытаюсь загнать его в «ворота».

**«Лошадки фыркают»** Сильно дуть на расслабленные губы до получения вибрации.

**«Дразнилки»** Улыбнуться, просунуть распластанный язык между зубами. Сильно выдувать воздух, заставляя вибрировать губы и язык.

**«Ветер гудит»** Приоткрыть рот и длительно произносить звук «у» на одном выдохе.

**«Пароход гудит»** Приоткрыть рот и длительно произносить звук «ы» на одном выдохе.

**«Гармошка»** И.п. – стоять прямо, руки опустить. Положить ладони на животик, сделать глубокий вдох через нос. Задержать дыхание на 1-2 секунды. Выдох через рот.

Развитие силы выдоха: дутье через трубочку. Пускание мыльных пузырей. Сравнение продолжительности выдоха.

**Выработка правильного направления воздушной струи по средней линии языка.**

**«Сдуть бумажную снежинку с ладошки»**

Чья снежинка улетит дальше?

**«Погаси свечу»** Выработка интенсивного прерывистого выдоха с произнесением фууууу.

**«Воет буря»** Поднести к нижней губе пузырек с узким горлышком и подуть. Если при этом появится шум, значит, воздушная струя направлена правильно.

**«Саночки спустились с горки»**

Улыбнуться, опустить кончик языка за нижние зубы, спинку поднять «горочкой». Сделать выдох.

Выработка продолжительного сильного выдоха при длительном произнесении звукосочетаний иффффф, ыфффффф.

**«Ветерок качает листок»** Губы в улыбке, зубы разомкнуты. Дутье на высунутый язык, лежащий на нижней губе.



**Упражнения для выработки продолжительного выдоха.**

**«Погреем ручки»** Сделать глубокий вдох носом. Округлить губы и с силой выдохнуть воздух ртом. Должна ощущаться теплая воздушная струя. Повторить 3-4 раза.  
**«Футбол»** Сделать вдох. Улыбнуться, положить широкий передний край языка на нижнюю губу. Выдыхаемой воздушной струей загнать ватный комочек в «ворота».

**«Погасим свечу»**Ровный и медленный выдох на пламя свечи.

**«Самолет гудит»** Произнесение звука «У» со сменой высоты и силы голоса.

**«Фокус»**. Положить кусочек ваты на кончик носа. Улыбнуться, приоткрыть рот. Широкий передний край языка положить на верхнюю губу так, чтобы боковые края его были прижаты, а посередине был «желобок». Сдуть вату. Воздух при этом должен идти по середине языка, тогда вата полетит вверх.

**«Сильный ветер гонит листочки»** Положить широкий язык («лопатой») на нижнюю губу. Дутье с образованием по средней линии «желобка».  
**«Ветер шумит»** Установить пузырек вверх дном на уровне носа. Приподнять широкий язык к верхней губе и сильно подуть на язык. В пузырьке слышится шум.

**«Слоненок пьет водичку»** Сделать «хоботок». Вдыхать и выдыхать воздух через рот.

