

Подготовила консультацию  
Русанова В.И., воспитатель

*консультация для родителей:*

# УПРАЖНЕНИЯ И ИГРЫ

## для развития речевого дыхания у детей с тяжёлыми нарушениями речи



### «Ветер и листья»

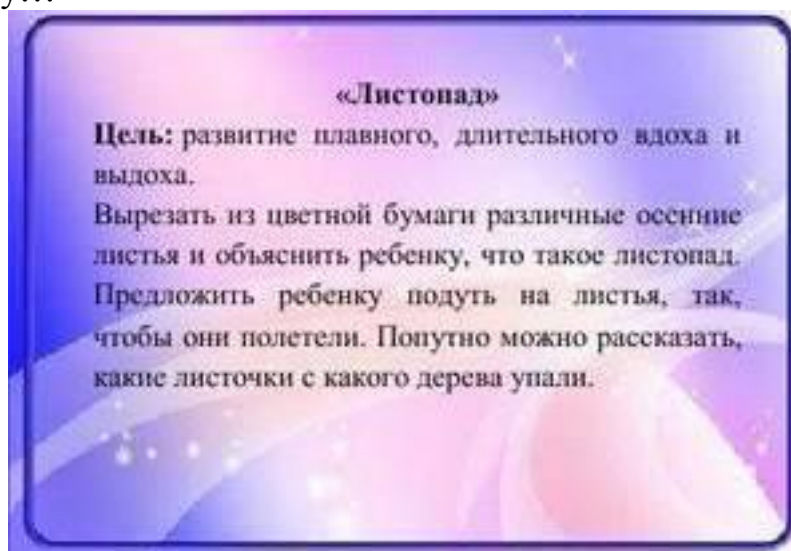
Ребята делают глубокий вдох, задерживают дыхание и на выдохе, раскачивая поднятыми руками, продолжительно произносят звук «ф». Затем на одном выдохе произносят несколько раз звук «п», делая ступенчатый выдох, и постепенно опускают руки вниз («листья опадают»)

### «Подуй на пальцы»

Дети складывают пальцы в щепоть, подносят их ко рту и, сделав носом энергичный вдох, дуют на пальцы короткими активными выдохами, энергично работая мышцами живота.

### «Ветер» 1.

Дует легкий ветерок – ф-ф-ф....  
И качает так листок – ф-ф-ф....  
Выдох спокойный, ненапряженный.  
Дует сильный ветерок – ф-ф-ф-...  
И качает так листок – ф-ф-ф...  
Активный выдох.  
Дует ветерок, качаются листочки  
И поют свои песенки.  
Осенние листочки  
На веточках сидят,  
Осенние листочки  
Детям говорят;  
Осиновый – а-а-а-...  
Рябиновый –и-и-и-...  
Березовый – о-о-о-...  
Дубовый –у-у-у-...



### «Аромат цветов»

Дети через нос делают спокойный вдох, задерживают дыхание и продолжительно выдыхают, произносят «А – ах!»

В апреле, в апреле луга запестрели.  
С прогулки букеты приносим в апреле.  
Крапивы немного домой притащи –  
Пусть бабушка сварит зеленые щи.

### «Синьор – помидор»

И.п. – стоя. Кисти на грудной клетке, большие пальцы направлены назад. На вдохе руки сопротивляются расхождению ребер. Пауза. На выдохе – плотно сжатые губы препятствуют выдоху воздуха. Руки силой выжимают грудную клетку. Предельное напряжение всех мышц. Повторить 3-4 раза. Упражнение совпадает с сопротивлением на выдохе.

### «Осы»

Ребята вращают перед грудью указательными пальцами и на выдохе продолжительно произносят: «З-з-з...»

### «Пожалеем Мишку»

Дети дуют на ладошку как можно дольше, стараясь, чтобы воздух выходил равномерной струей.

Мишка наш совсем здоров-

Даже танцевать готов.

Ну и веселье у куклы и Мишки

Полечку пляшут без передышки.



### «Шарик»

Шарик мой воздушный.

Какой ты непослушный!

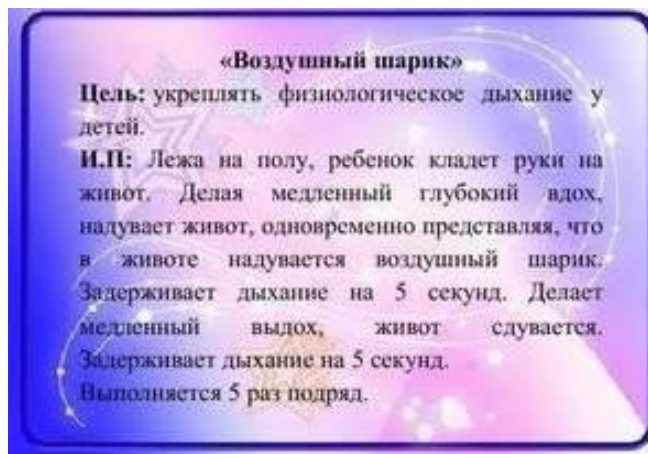
Зачем ты отвязался,

Зачем помчался ввысь?

Вернись скорее, шарик!

Вернись!...

Поднять руки вверх – вдох, медленно опускать вниз – длительный выдох с произнесением звука «Ш-ш-ш...»



### «Дед Мороз»

Как подул Деде Мороз –  
В воздухе морозном  
Полетели, закружились  
Ледяные звезды.

Дети берут снежинки на ниточках и долго дуют на них, наблюдая за кружением снежинок, пока педагог читает стихотворение.

Кружатся снежинки в воздухе морозном.  
Падают на землю кружевные звезды.  
Вот одна упала на мою ладошку.  
Ой, не тай, снежинка, подожди немножко.

### «Шарик лопнул»

Надувала кошка шар,  
А котенок ей мешал:  
Подошел и лапкой – топ!  
А у кошки шарик – лоп!  
Ш-ш-ш...

Дети кладут руку на живот и делают через нос вдох, стараясь не поднимать плечи. Животик должен стать круглым, как шар. После небольшой задержки дыхания происходит продолжительный выдох с произнесением звука «ш». Дети должны стараться, чтобы воздух выходил равномерно.



### «Ветер» 2.

Вытянуть губы вперед трубочкой, как при звуке «у», и произнести длительный ВЫДОХ.

## «Пузырь»

Эй, мышонок, посмотри,  
Звать к себе, помахивая кистями.  
Мы пускаем пузыри:  
Синий, красный, голубой.  
Перед названием каждого цвета, сильно надуть щеки и быстро выдохнуть.  
Выбирай себе любой!



## «Пчела»

Пчелка, гуди,  
Легко взмахивают кистями рук.  
В поле лети.  
С поля лети –  
Медок неси.  
Ж-ж-ж...Ам!

Вращать перед собой указательными пальцами, продолжительно произнося на выдохе звук «ж». В конце сделать активный короткий вдох и, быстро выдыхая, сказать: «Ам!»

## «Дятел»

Дети на выдохе произносят как можно дольше «д-д-д...», ударяя кулачками друг о друга.

## «Ежик»

После активного вдоха через нос ребята на выдохе произносят «пых – пых», энергично работая мышцами живота.

Встретил в чаще еж ежа.  
- Как погода, еж?  
- Свежа.  
И пошли домой дрожа,  
Съежась, сгорбась, два ежа.

**«Снегопад»**

**Цель:** развитие плавного, длительного вдоха и выдоха.  
Сделать снежинки из бумаги или ваты (рыхлые комочки). Объяснить ребенку, что такое снегопад и предложить ребенку сдувать "снежинки" с ладони.

**«Пушок»**

**Цель:** формирование дыхательного аппарата.  
Привяжите на верёвочку лёгкое перышко. Предложите ребёнку дуть на него. Необходимо следить за тем, чтобы вдох делался только носом, выдох – через сложенные трубочкой губы.



### **«Корова»**

Дети указательные пальцы приставляют к голове («рога»), делают глубокий вдох через нос, немного задерживают дыхание и на выдохе продолжительно тянут «му – у...», стараясь, чтобы звук был ровным.

**«Дровосек»**

**Цель:** развитие плавного, длительного выдоха.  
Встаньте прямо, ноги чуть шире плеч. На вдохе сложите руки топориком и поднимите их вверх. Резко, словно под тяжестью топора, вытянутые руки на выдохе опустите вниз, корпус наклоните, позволяя рукам "прорубить" пространство между ногами. Произнесите "бах". Повторите с ребенком шесть-восемь раз.



**«Подуй на одуванчик»**

**Цель:** тренировать силу вдоха и выдоха.  
**И.П.:** малыш стоит или сидит. Делает глубокий вдох носом, затем длинный выдох через рот, как будто хочет сдуть с одуванчика пух.

**«Ветряная мельница»**

**Цель:** развитие плавного, длительного выдоха.  
Ребенок дует на лопасти игрушки-вертушки или мельницы из песочного набора.



Источник: [www.maam.ru/detskijasad/dyhatelnye-uprazhnenija-dlja-doshkolnikov](http://www.maam.ru/detskijasad/dyhatelnye-uprazhnenija-dlja-doshkolnikov)