

Речевое дыхание

Физиологическое дыхание	Речевое дыхание
Фазы: вдох-выдох-пауза	Фазы: вдох-пауза-выдох
Происходит непроизвольно, рефлексивно.	Происходит сознательно, контролируемо.
Назначение: осуществление газового обмена.	Назначение: является основой голосообразования, формирования речевых звуков.
Вдох и выдох через нос.	Вдох и выдох через рот.
Время, затраченное на вдох и выдох примерно одинаковое(4:5).	Выдох длиннее вдоха(1:2или 1:3)
Смена фаз дыхания однообразно-ритмическая.	В смене фаз дыхания ритмической последовательности нет.



Рекомендации по проведению дыхательной гимнастики.

1. Перед проведением дыхательной гимнастики необходимо вытереть пыль в помещении, проветрить его.
2. Дыхательную гимнастику не рекомендуется проводить после приёма пищи. Лучше, чтобы между занятиями и последним приемом пищи прошел хотя бы час, еще лучше, если занятия проводятся натощак.
3. Упражнения рекомендуется выполнять в свободной одежде, которая не стесняет движения.
4. Необходимо следить за тем, чтобы во время выполнения упражнений не напрягались мышцы рук, шеи, груди.



Игры и упражнения на развитие речевого дыхания.

1. Свеча.
2. Узнай по запаху.
3. Костёр.
4. Чей пароход гудит дольше.
5. Погрей руки.
6. Листья шелестят.
7. Чья птичка улетит дальше.
8. Покатай карандаш.
9. Трубочка.
10. Снежинки летят.
11. Угадай кто спрятался?
12. Кто забьёт больше голов?
13. Загони машину в гараж.
14. Вертушки.
15. Свистки. Губные гармошки.

- 
16. «Фокус»
 17. «Фасолевые гонки»
 18. «Кораблик»
 19. «Горох против орехов»
 20. «Мыльные пузыри»
 21. « Новогодние трубочки-шутки »
 22. «Кто дальше загонит мяч»