



### **одуванчик**

Предложите ребенку подуть на отцветший одуванчик (следите за правильностью выдоха).

### **шторм в стакане**

Предложите ребенку подуть через соломинку в стакан с водой (нужно следить, чтобы щеки не надувались, а губы были неподвижными).



### **Бабочка**

Вырезать из бумаги бабочек и подвесить их на нитках.

Предложить ребенку подуть на бабочку так, чтобы она полетела (при этом следить, чтобы ребенок сделал длительный плавный выдох).

### **кораблик**

Дуть плавно и длительно на бумажный кораблик.



## **Техника выполнения упражнений:**

*воздух набирать через нос  
плечи не поднимать  
выдох должен быть длительным и плавным  
необходимо следить, за тем, чтобы не надувались щеки (для начала их можно придерживать руками)  
нельзя много раз подряд повторять упражнения, так как это может привести к головокружению*



# **Дыхательная гимнастика**



**Подготовила: воспитатель  
Цирулина Екатерина  
Витальевна**

2017г.



Правильное дыхание очень важно для развития речи, так как дыхательная система - это энергетическая база для речевой системы. Дыхание влияет на звукопроизношение, артикуляцию и развитие голоса. Дыхательные упражнения помогают выработать диафрагмальное дыхание, а также продолжительность, силу и правильное распределение выдоха. Можно использовать упражнения, при которых дыхательные мышцы работают с особым напряжением, и даже некоторые из упражнений буддийской гимнастики, способствующие развитию не только органов дыхания, но и работе сердечно-сосудистой системы.

Регулярные выполнения дыхательной гимнастикой способствуют воспитанию правильного речевого дыхания с удлиненным, постепенным выдохом, что позволяет получить запас воздуха для произнесения различных по длине отрезков.



## Рекомендации по проведению

### дыхательной гимнастики:

Перед проведением дыхательной гимнастики необходимо вытереть пыль в помещении, проветрить его, если в доме имеется увлажнитель воздуха, воспользоваться им. Дыхательную гимнастику не рекомендуется проводить после плотного ужина или обеда. Лучше, чтобы между занятиями и последним приемом пищи прошел хотя бы час, еще лучше, если занятия проводятся натошак. Упражнения рекомендуется выполнять в свободной одежде, которая не стесняет движения.

Необходимо следить за тем, чтобы во время выполнения упражнений не напрягались

мышцы рук, шеи, груди

## Упражнения для развития речевого дыхания футбол

Скатать ватный шарик и поставить два кубика в качестве ворот. Ребенок должен, дуя на шарик, его в ворота.

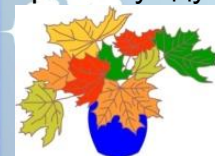


## ветряная мельница

Ребенок дует на лопасти игрушки-вертушки или мельницы из песочного набора.

## снегопад

Сделать снежинки из ваты (рыхлые комочки). Объяснить ребенку, что такое снегопад и предложить ребенку сдувать 'снежинки' с



## листопад

Вырезать из цветной бумаги различные осенние листья и объяснить ребенку, что такое листопад. Предложить ребенку подуть на листья, так, чтобы они полетели. Попутно можно рассказать, какие листочки с какого дерева упали.

