

**Речевое дыхание –  
основа правильной  
речи**



# Что такое речевое дыхание?

Речевое дыхание – это возможность человека выполнять короткий глубокий вдох и рационально распределять воздух при выдохе с одновременным произнесением различных звукосочетаний. Только правильное речевое дыхание позволяет человеку затрачивать меньше мышечной энергии, но вместе с этим добиваться максимального звука и плавности.

# Влияние дыхательных игр и упражнений на речь



Тренировка дыхательной мускулатуры улучшает кровообращение, препятствует разрастанию аденоидов, предохраняет от переохлаждения, укрепляет иммунитет, нормализует эмоциональное состояние у агрессивных и гиперактивных детей, а также действует как профилактика простудных заболеваний.

# При занятиях необходимо соблюдать следующие требования:

- не заниматься в пыльном, непроветренном помещении;
- температура воздуха должна быть на уровне 18 – 20 градусов;
- не заниматься сразу после приема пищи;
- не заниматься с ребенком, если у него заболевание органов дыхания в острой стадии;

## Техника выполнения упражнений

- воздух набирать через нос;
- плечи не поднимать;
- выдох должен быть длительным и плавным;
- необходимо следить чтобы не надувались щеки;
- не повторять много раз подряд упражнения, та как может привести к головокружению.

# Игры и упражнения для развития речевого дыхания



## «Бульбульки»

Возьмите два пластмассовых прозрачных стаканчика. В один налейте много воды, почти до краев, а в другой налейте чуть-чуть. Предложите ребенку поиграть в «бульбульки» с помощью трубочек для коктейля. Для этого в стаканчик, где много воды нужно дуть через трубочку слабо, а в стаканчик, где мало воды – можно дуть сильно.

# Подвижная игра « Паровоз»



ЦЕЛЬ: развитие речевого дыхания

ХОД ИГРЫ: изображая паровозик, покрутите согнутыми в локтях руками в направлении вперед и назад. Произнесите на одном выдохе большее количество слогов ту – ту – ту ...

## «Проведи свой кораблик»

Дети садятся большим полукругом. В центре на маленьком столе стоит ёмкость с водой. Предлагаем им провести свой кораблик из одного города в другой, обозначив города значками на краях ёмкости. Чтобы кораблик двигался, нужно на него подуть.

Дуют, сидя на придвинутом к столу стульчике. В игре принимают участие все.



## «Погаси свечи»

Взять пять одинаковых свечей, выполненных из полосок цветной бумаги.



Предлагаем положить левую руку на живот и на одном выдохе (без добора воздуха) «погасить» 2 свечи, разделив воздух на две порции. Затем погасить 3, 4, 5 свечей. Объём воздуха всё тот же, но каждая порция на выдохе становится меньше. (Движения диафрагмы ритмичные, прерывистые.) Повторить с перерывом 2—3 раза.



## «Что за фрукт такой»

На столе тарелочки с фруктами. Вспоминают названия фруктов, нюхают их. Затем вызывается к столу один человек. Предлагаем закрыть глаза, подносит к лицу одну из тарелочек и просим определить фрукт. Для этого, не открывая глаз, ребенок делает глубокий вдох носом.





## «Пой со мной»

- Предлагается спеть «песенки».
- Вдохните воздух и на выдохе произнесите. Песенка должна получиться длинная «А-А-А».
- Постепенно количество «песенок» можно увеличивать.
- «У-У-У; О-О-О; И-И-И; Э-Э-Э»!

# Изготовление пособий для развития речевого дыхания

## Игра «Бабочка, лети!»

### Материал:

приготовить 5 бумажных ярко окрашенных бабочек. К каждой привязать нитку длиной 10 см. Открытки с изображением цветов. Картон для полянки.

# Игра « Прятки »

## Материал:

приготовить листы картона, цветной бумаги. Листы цветной бумаги разрезать на полоски и приклеить к картону. На картон наклеить картинки на автоматизируемый звук.



**УДАЧИ И  
ТЕРПЕНИЯ!**