

## Упражнений для развития речевого дыхания у дошкольников

Для выразительной и правильной речи используйте дыхательные упражнения в работе с воспитанниками.

### Дыхательные упражнения для укрепления здоровья и общего физического развития

Название	Содержание
Паровоз	Ходить по комнате и изображать согнутыми руками движения колес паровоза, произнося при этом «чух-чух». Постепенно изменять скорость движения и громкость
Пастушок	Подуть носом в небольшую дудочку и как можно громче промычать, чтобы созвать разбежавшихся в разные стороны коров. Показать ребенку, что необходимо вдохнуть через нос и резко выдохнуть в дудочку
Гуси летят	Медленно и плавно ходить по комнате, взмахивая руками, как гуси; руки-крылья на вдохе поднимать, на выдохе опускать, произнося «гу-у-у» (8–10 раз)
Кто громче	Выпрямить спину, сомкнуть губы, указательный палец левой руки положить на боковую сторону носа, плотно прижимая левую ноздрю, глубоко вдохнуть правой ноздрей, при этом рот не открывать, и, выдыхая, произнести «м-м-м». В результате получается длинный скандированный выдох. Выполнить такие же действия, прижимая правую ноздрю (3–4 раза)
Аист	Стоять прямо, поднять обе руки в стороны и одну ногу, согнув в колене. Зафиксировать положение на минуту. Сделать короткий глубокий вдох через нос, на выдохе через рот опустить ноги и руки и тихо произнести «ш-ш-ш» (3–4 раза)
Шарик	Нужно представить себя шариком. На счет «1, 2, 3, 4» – сделать глубокий вдох через нос и немного задержать дыхание. Затем на счет «1, 2, 3, 4, 5» – медленно выдыхать через рот
Ворон	Сесть прямо и на вдохе через нос поднять руки вверх, а на выдохе через рот опустить руки и громко произнести «кааааарр».
Море	На картонной цветной бумаге голубого цвета разложить несколько картонных рыб. Дать детям пластиковые трубочки и попросить подуть в них. Чья рыбка дальше всех пройдет, тот и выиграл
Горячий чай	Раздать детям разрисованные картонные кружки и сказать, что в них разлит горячий чай. Детям нужно взять быстро воздух через нос и выдохнуть через рот, сомкнув губы в трубочки, остужая чай
Ветряная мельница	Для игры нужна игрушка — мельница из песочного набора или вертушка. Ребенок дует на лопасти игрушки, а взрослый сопровождает его действия стихотворением:  Ветер, ветер, ветрище...

Ты чего по свету рыщешь?

Лучше улицы мети

Или мельницы крути! (Акимов Я.Л.)

### Дыхательные упражнения для коррекционной работы с детьми с нарушением речи

#### 1-й этап – упражнения на развитие физиологического дыхания

Название	Содержание
Поочередное выполнение упражнений	1 – вдох и выдох через нос: вдох глубокий, выдох длительный и плавный;
	2 – вдох через нос, выдох через рот: если выдох через рот не получается, зажать нос пальцами;
	3 – вдох через рот, выдох через нос: для контроля можно подносить к носу или рту зеркало, вату, полоски бумаги;
	4 – вдох и выдох через рот – если упражнение не получается, зажать нос пальцами;
	5 – комбинированный вдох – задержка дыхания, выдох через нос, далее задержка дыхания и выдох через рот (слегка приоткрытый)

#### 2-й этап – упражнения на развитие речевого дыхания без учета речи

Название	Содержание
Одуванчик	Упражнение проводится на свежем воздухе. Нужно сорвать одуванчик и подуть на него так, чтобы с трех попыток слетели все пушинки
Задуй упрямую свечу	В правой руке держать цветные полоски бумаги, а левую ладонь положить на живот. Быстро вдохнуть через нос и надуть живот. Затем медленно выдыхать и представить, будто цветные полоски – это свеча, которую нужно погасить
Губная гармошка	Губная гармошка – это гриф деревянной расчески. Ребенку нужно представить, будто он играет на ней, плавно выдыхая воздух через тонкие полоски бумаги

#### 3-й этап – упражнения на гласные и согласные звуки

Название	Содержание
Поочередные упражнения на гласные звуки (2–4 раза, чередуя шепотом и голосом)	1 – произношение на выдохе: а-о-у-ы-э;
	2 – произношение двух гласных на одном выдохе: а-э, о-у, и-ы, э-и;
	3 – произношение трех гласных на одном выдохе: а-э-о, о-у-и, о-у-а;
	4 – произношение гласных в звукоподражании музыкальным

инструментам – «у-у-у-у» (гудит труба), предметам – «уа-уа-уа» (плачет кукла), животным – «а-а-а-а» (ревет медведь)

Поочередные  
упражнения  
на согласные  
звуки

Педагог-логопед должен следить, чтобы ребенок правильно имитировал нужный звук:

(2–4 раза)

– звукоподражание предметам – «з-з-з» (зазвонил телефон), «р-р-р» (ревет трактор), «ш-ш-ш» (паровоз выпускает пар);

– звукоподражание животным – «р-р-р» (рычит тигр), «ж-ж-ж» (жужжит жук), «з-з-з» (летит оса);

– звукоподражание явлениям природы – «ш-ш-ш» (шумит лес), «в-в-в» (воет вьюга).

Произношение согласных сначала с беззвучной артикуляцией, затем громко:

– на одном выдохе: ф-с-ш-х;

– на одном выдохе два согласных: ф-с, с-ш, х-ф и др.;

– на одном выдохе три согласных: ф-с-ш и др.;

– на одном выдохе четыре согласных: ф-с-ш-х и др.

Дети водят хоровод. Педагог сопровождает движение рассказом:

– Утром дети идут в детский сад. Светит солнце. Дует тихий ветерок: в-в-в-в (произносится тихо). Дети, как дует тихий ветер?

Дует ветер

Дети останавливаются и повторяют тихо: в-в-в. После педагог продолжает:

– Вечером дети идут домой. Подошли к дому, и вдруг подул сильный ветер: в-в-в (произносится громко). Дети, как дует сильный ветер?

Дети повторяют шум сильного ветра: в-в-в

#### **4-й этап – упражнения на произношение слогов**

**Название**

**Содержание**

–

Дети произносят слоги сначала на шепоте, затем громко и на одном дыхании. Упражнения можно сопровождать движением рук.

Используется прием наращивания слогов, когда дается поочередно один слог, потом два, три и т. д.

Упражнение на повторение слогов:

– с одинаковыми гласными и согласными: па-па, па-па-па;

– с одинаковыми гласными и разными согласными: та-па, ти-пи, та-па-ва;

– с разными гласными и одинаковыми согласными: па-пу, па-па  
– пу-пу

– на музыкальные инструменты: «там-там-там» (барабан), «динь-динь-динь» (колокольчик), «ду-ду-ду» (дудочка);

Произношение  
слогов в  
звукоподражании

– на предметы: «тук-тук-тук» (стучит молоток), «тик-так» (идут часы);

– на животных: «мяу-мяу», «га-га-га» «ко-ко-ко»

### **5-й этап – упражнения на произношение слов**

**Название**

**Содержание**

Детям нужно произнести ряд слов на одном выдохе. Их можно сопровождать дирижированием, в такт проговаривания:

– перечисление дней недели по нарастающей: «понедельник», «понедельник, вторник», «понедельник, вторник, среда» и т. д.;

–

– перечисление названий месяцев по нарастающей: «январь», «январь, февраль», «январь, февраль, март» и т. д.;

– перечисление времен года по нарастающей: «зима», «зима, весна», «зима, весна, лето» и т. д.