

*Игры на развитие речевого дыхания  
и силы голоса*

«**Эхо**» - Родители и ребенок становятся лицом друг другу. Родитель громко произносит: - А -, ребенок тихо отзывается: - А -, и наоборот. Можно употреблять все гласные звуки, а также сочетания, произнося их на одном выдохе: АУ, УА, АИ, ИО и т.д.

«**Вьюга**» - По сигналу: «Вьюга начинается» - тихо говорят «У –У-У...», по сигналу: «Вьюга закончилась» - замолкают.

Желательно, чтобы дети меняли силу голоса за один выдох 2-3 раза.

«**Гудок**» - Дети становятся в ряд и поднимают руки через стороны вверх, прикасаются ладонями, но не производят хлопка. Затем медленно опускают через стороны вниз. Одновременно с опусканием рук дети произносят звук «У...» сначала громко, а затем постепенно все тише. Опустив руки, замолкают.

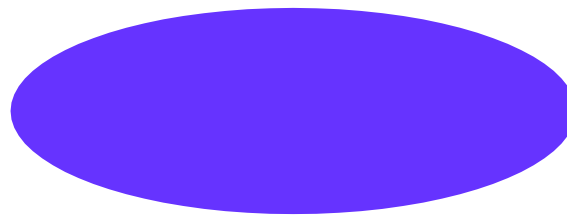
«**Часики**» - Стоя, ноги слегка расставить, руки опустить. Размахивая прямыми руками вперед и назад, произносить «тик-так».

«**Филин**» - По сигналу «День» дети «филины» немедленно поворачивают головы вправо и влево. По сигналу «Ночь» дети смотрят вперед и взмахивают руками - крыльями, опуская их вниз, протяжно, без напряжения, произносят «У...У...ФФФ».

«**Шарик**» - Дети надувают шары: широко разводя руки в стороны и глубоко вздохнув, выдувают воздух в шарик – «ФФФ...», медленно соединя ладони под шариком. Вдруг шарик «лопается». Дети хлопают в ладоши. Из шарика выходит воздух:

«ШШШ...» - произносят дети, делая губы хоботком и складывая руки на коленях.

*Правильно дышать для детей крайне  
важно для их общего развития,  
укрепления иммунитета и полноценного  
функционирования всех органов и  
систем организма.*



  
МАДОУ «Росинка»

*Для вас родители*

**Дышим легко—  
говорим правильно!**



Бешлиу Елена Евгеньевна  
учитель-логопед  
МАДОУ «Росинка»  
ЯНАО, г.Ноябрьск,  
ул. Высоцкого д.34-в  
тел.:8(3496)346141  
эл. почта: elena.beshliu@yandex.ru

**Дыхание** – акт рефлекторный; он совершается без вмешательства человеческого сознания, выполняя главную свою физиологическую функцию – газообмен в организме. Но с другой стороны, дыхание, когда оно непосредственно связано с произношением (так называемое речевое дыхание, требующее специальной подготовки), - процесс управляемый.

Для речи, особенно монологической, физиологического дыхания не хватает, речь и чтение вслух требуют большого количества воздуха, постоянного дыхательного запаса, экономного расходования его и своевременного возобновления, что регулируется дыхательным центром головного мозга. Произвольное речевое дыхание достигается только путем тренировки и постепенно становится произвольным.

### **Особенности речевого дыхания детей дошкольного возраста**

- \* поверхностный вдох;
- \* непродолжительный выдох;
- \* отсутствие четкой дифференциации между носовым и ротовым дыханием;
- \* речь на вдохе;
- \* неумение распределить речевой выдох в соответствии с длиной высказывания

Воспитание у ребенка правильного дыхания, в частности выработка целенаправленной воздушной струи в процессе выдоха, имеет большое значение при произнесении различных звуков речи, что отражается на качестве звукопроизношения в целом.

Физиологическое (жизненное) дыхание	Речевое дыхание
Фазы: вдох - выдох - пауза	Фазы: вдох - пауза - выдох
Происходит непроизвольно, рефлекторно, вне нашего сознания	Происходит сознательно-но, произвольно, контролируется, управляемо
Назначение: осуществление газового обмена	Назначение: является основой голосообразования, формирования речевых звуков, речевой мелодики
Вдох и выдох через нос	Вдох и выдох через рот
Время, затраченное на вдох и выдох, примерно одинаковое (4:5)	Выдох значительно длиннее вдоха (1:2 или 1:3). Чем длиннее фраза, тем длиннее выдох
Смена фаз дыхания однообразно-ритмическая	В смене фаз дыхания ритмической последовательности нет

### **Рекомендации родителям по выполнению дыхательной гимнастики**

- \* Длительность выполнения данных упражнений около 5 минут.
- \* При набирании воздуха через нос, плечи не поднимать.
- \* Выдох должен быть длительным и плавным.
- \* Необходимо следить, чтобы не надувались щеки (на начальном этапе можно прижимать ладонями).
- \* Упражнения можно выполнять как в положении сидя, так и стоя.
- \* **Не переусердствуйте! Многократное выполнение дыхательных упражнений может привести к**

### **Дыхательная гимнастика без использования игровых приемов**

1. Ребенок делает вдох – выдох (рот при этом закрыт), попеременно зажимая то одну, то другую ноздрю.
2. Тренировка носового выдоха. Ребенок глубоко вдыхает и длительно выдыхает через нос. Рот при этом закрыт.
3. Тренировка ротового выдоха. Ребенок вдыхает и выдыхает через рот (ноздри ребенка можно закрыть пальцами на начальном этапе выполнения данного упражнения).
4. Вдох через нос, длительный выдох через рот. Необходимо следить, чтобы ребенок не поднимал плечи и не напрягался.
5. Вдох через рот, выдох через нос.

### **Дыхательная гимнастика с использованием игровых приемов.**

**«Футбол»** - Из кусочка ваты скатайте шарик. Это мяч. Ворота – два кубика

или карандаша. Ребенок дует на «мяч», пытаясь «забить гол». Вата должна оказаться между кубиками.

**«Шторм в стакане»** - Для этой игры необходимы соломинка для коктейля и стакан с водой. Посередине широкого языка кладется соломинка, конец которой опускается в стакан с водой. Ребенок дует через соломинку, чтобы вода забурлила. Следите, чтобы щеки не надувались, а губы были неподвижны.

**«Снегопад»** - Сделайте снежинки из ваты (рыхлые комочки). Предложите ребенку устроить снегопад у себя дома. Положите «Снежинку» на ладошку ребенку. Пусть он правильно ее сдует, не надувая щек и вытянув губы в трубочку.