
Стоя, спокойно вдохнуть, на длительном выдохе произносить: «у-у-у».

Мчится поезд

Во весь дух (круговые энергичные движения согнутыми в локтях руками):



Чух-чух! Чух-чух! Паровоз гудит (остановиться): У-у-у-у-у-у (погудеть).

Выполняется стоя, ноги вместе, руки опущены. Поднять руки вперед вверх — глубокий вдох (надуть живот), опустить руки вниз и, отведя их назад, наклониться вперед — полный выдох (живот втягивается).

Долго дятел дуб долбит (руки вперед вверх),



Клювом дятел дуб долбит (руки вниз назад):

Тук, тук, тук, тук, тук, тук (руки вперед, вверх),

Пауков найдет он тут (руки вниз назад).

Где же носик? Не поймешь.
Ф-ф-р! Ф-ф-р! Ф-ф-р!

Вот веселая пчела детям меда принесла.
З-з-з! З-з-з!
Села нам на локоток,
З-з-з! З-з-з!
Полетела на носок.
З-з-з! З-з-з!



Упражнения дыхательной гимнастики проводятся ежедневно в течение 5—10 минут в хорошо проветриваемом помещении.

Их можно использовать как физкультминутки в процессе занятия или как его часть, направленную на развитие речевого дыхания.



Развитие
речевого
дыхания



Залогом четкого произношения звуков и ясной дикции является хорошо поставленное речевое дыхание.

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



Упражнения для речевого дыхания

• футбол

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

• 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.

• 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.

• 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)

