**Упражнения для речевого дыхания**

**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

**Условия для проведения игр и упражнений на дыхание**

* Не заниматься в пыльной, непроветренной или сырой комнате.
* Не заниматься после еды ( только через 1,5 – 2 часа)
* Занятия проводить в свободной одежде, не стесняющей движений.
* Не переутомляться, при недомогании отложить занятия.
* Дозировать количество и темп проведения упражнений.

Правильно сформированное диафрагмальное дыхание, которое является базой для формирования речевого дыхания, позволит в дальнейшем перейти к его развитию.

***Первый******этап****– формирование длительного выдоха у детей*

**•** **Игра “Султанчик”** (султанчик легко изготовить из яркой фольги или новогодней мишуры, привязав её к карандашу). *Задача: побуждать ребенка к произвольному выдоху.*Взрослый предлагает ребенку подуть вместе с ним на султанчик, обращая внимание малыша на то, как красиво разлетаются полоски.

**•** **Игра “Шарик”***Задача: формировать произвольный ротовой выдох.*Взрослый предлагает ребенку подуть на легкий шарик для пинг-понга, который находится в тазике с водой.

**•** **Игра “Перышко”***Задача: формировать произвольный ротовой выдох.*Ребенок сдувает с ладони взрослого перышко или ватный шарик.

**•** **Игра “Занавесочка”***Задача: формировать произвольный ротовой выдох.*Ребенок дует на бахрому, выполненную из папиросной бумаги.

**•** **Игра “Кулиска”**. *Задача: учить продолжительному ротовому выдоху.*Оборудование: цветные перышки нанизанные на ниточки, закрепленные на рамке в виде кулис; набор мелких игрушек  расположенных за “Кулисами”. Взрослый побуждает ребенка узнать, что находится за “кулисами”, провоцируя на продолжительный ротовой выдох.

**•** **Игра “Ветерок”.***Задача: учить продолжительному ротовому выдоху.*Взрослый предлагает ребенку подуть на цветок одуванчика, веточку с листочками или на листочки, вырезанные из папиросной бумаги, как ветерок, сопровождая действия ребенка стихотворным текстом:

Очень жаркий день-денечек.  
Дунь-подунь, наш ветерочек.  
Ветерочек, ветерок,  
Дунь-подунь, наш ветерок.

**•** **Игра “Бабочка лети”***Задача: учить продолжительному ротовому выдоху.*Взрослый показывает ребенку бабочку, вырезанную из цветной бумаги, закрепленную по центру ниткой, дует на нее. Бабочка летает. Игру можно сопровождать стихотворным текстом:

Бабочка летала,  
Над (Вовочкой) порхала.  
(Вова) не боится –  
Бабочка садится.

Взрослый “сажает” бабочку на руку ребенка, побуждая ребенка подуть на нее.

**•** **Игра “Горячий чай”***Задача: учить ребенка продолжительному ротовому выдоху.*Взрослый предлагает ребенку подуть на горячий чай (суп) в блюдце (тарелке), чтобы он быстрее остыл.

(Чашка вырезается из цветного картона, пар изображается папиросной бумагой и прикрепляется к чашке с помощью пружинки).

Ребенок дует а “пар”. Если правильно дует то “пар” отклоняется от чашки. Показ действия сопровождается словами: “Наберу воздуха и подую на чай”.

**•** **Игра “Кораблик”***Задача: формировать длительный носовой выдох.*Взрослый предлагает подуть на легкий бумажный или пластмассовый кораблик в тазике с водой.

**•**  **Упражнение “Загони мяч в ворота”***Задача: формировать длительный целенаправленный ротовой выдох.*

Используя бумажный или выполненный из ваты (из фольги, цветной бумаги) “мячик”, ребенок и взрослый попеременно дуют на него, перекатывая по столу.

**•** **Игра “Задуй свечу”***Задача: формировать длительный целенаправленный ротовой выдох.*Перед ребенком на столе стоит зажженная свеча (использовать свечки для украшения торта). Взрослый предлагает дунуть на свечу, чтобы она погасла.

**•** **Игра “Волейбол”***Задача: формировать длительный целенаправленный ротовой выдох.*Оборудование: воздушный шарик.

Взрослый и ребенок стоят напротив друг друга. Взрослый дует на шарик, который летит к ребенку, а ребенок в свою очередь тоже дует на шар (шар летает от взрослого к ребенку и наоборот).

**•** **Игра “Чей паровоз громче гудит”***Задача: учить продолжительному и целенаправленному выдоху (не надувая при этом щеки).*Для проведения игры необходимо несколько маленьких пузырьков с маленьким горлышком из-под лекарств или духов. Взрослый подносит пузырек к губам и дует в него, чтобы послышался свист, затем предлагает сделать тоже самое ребенку – подуть в каждый пузырек по очереди (не надувая при этом щеки). *Усложнение*: ребенку предлагается определить, какой из 2-3 предъявленных пузырьков гудел (свистел) громче.

**•** **Игра “Погреем руки”***Задача: формировать целенаправленную теплую струю выдыхаемого воздуха.*Взрослый предлагает ребенку погреть свои, мамины ручки. Необходимо обращать внимание на положение губ (рот широко открыт). *Усложнение*: “греем ручки” с одновременным длительным произнесением гласных звуков “ А, У, О ”.

**•** **Игра “Зайка”***Задача: различение холодной и теплой струй выдыхаемого воздуха.*Взрослый читает стихотворный текст:

“Зайке холодно сидеть

Надо лапоньки погреть. (дует на руки ребенка, сложенные лодочкой,

                                           теплой струей воздуха).

Лапку заинька обжег.

На нее подуй дружок. (дует на руки ребенка, используя холодную струю

                                        воздуха).

Затем предлагается ребенку также подуть.

**•** **Игра “Ароматные коробочки”***Задача: формировать носовой вдох.*Для проведения игры необходимо подготовить два одинаковых набора коробочек с различными наполнителями (еловые или сосновые иголочки, специи, апельсиновые корочки …).

Взрослый предлагает понюхать каждую коробочку из первого набора и рассмотреть её содержимое, затем закрывает коробочки легкой тканью или марлей.

**•** **Упражнение “Трубочка”**

*Задача: формировать предпосылки комбинированного дыхания, учить регулировать силу воздушной струи.*

Ребенок дует через трубочку свернутую из плотной бумаги (или через соломинку для коктейля) на ватку или перышко, лежащее на столе.

**•** **Игра “Отгадай по запаху”**

*Задача: формировать носовой вдох.*

Оборудование: шесть коробочек от киндер-сюрпризов с проделанными в них множеством отверстий: 2 коробочки наполнены апельсиновыми корками, 2 коробочки наполнены листьями сухой мяты, 2 коробочки наполнены пакетиками с ванильным сахаром.

А. “Парные коробочки”: ребенок последовательно нюхает каждую коробочку из своего набора и подбирает с аналогичным запахом из набора взрослого.

Б. “Поставь по порядку”: коробочки взрослого выставлены в определенном порядке, малыш нюхает их и пытается поставить свой набор в той же последовательности. Предлагаемая инструкция: “Поставь сначала мятную коробочку, потом апельсиновую, потом ванильную”.

*Усложнение*: за счет увеличения количества коробочка.

**•** **Игра “Пузырьки”***Задача: формировать предпосылки комбинированного типа дыхания (носовой вдох, ротовой выдох).*

Проводится с использованием стакана, до половины наполненного водой, и соломинки для коктейля. Взрослый показывает ребенку, как можно пускать пузыри с помощью соломинки (вдох носом, выдох через рот, зажав соломинку губами). Ребенок учится контролировать силу выдоха (при сильном выдохе вода выметается из стакана, при слабом выдохе на поверхности не образуются пузырьки).

**•** **Игра “Мотыльки”***Задача: формировать предпосылки комбинированного типа дыхания (носовой вдох, ротовой выдох), учить регулировать силу воздушной струи.*

На уровне глаз ребенка крепится шнур с привязанными к нему бумажными мотыльками разного цвета (или величины). Взрослый читает стихотворный текст, предлагая малышу подуть на мотылька определенного цвета или величины.

На зеленом, на лугу  
Мотыльки летают.

Красный мотылек взлетел …и т.п.

**•** **Игра “Воздушные шары”***Задача: формировать предпосылки целенаправленного комбинированного дыхания, учить регулировать силу воздушной струи.*

Ребенку предлагается подуть на воздушный шарик, который находится на уровне лица ребенка. Подуть на шарик так, чтобы он отлетел к мишке, кукле, зайке.

**•** **Игра на музыкальном инструменте “Дудочка”***Задача: формировать предпосылки комбинированного дыхания, стимулировать мышцы гортани.*

Проводится в форме обучения игре на дудочке с предварительным показом носового вдоха и активного ротового выдоха в медленном темпе.

**•** **Игра “Мыльные пузыри”***Задача: формировать предпосылки комбинированного дыхания, активизировать целенаправленный ротовой выдох.*

Проводится с готовой игрушкой (не рекомендуется испытать самодельные мыльные пузыри). Взрослый знакомит ребенка со способом действия с игрушкой и побуждает его выдувать мыльные пузыри через колечко.

**•** **Игра “Капелька”***Задача: формировать предпосылки комбинированного дыхания, активизировать целенаправленный ротовой выдох.*Оборудование: соломинка для коктейля, акварельные краски, лист бумаги. Взрослый капает краской на лист бумаги и предлагает ребенку подуть на нее через соломинку, капелька “бежит” и оставляет за собой след.

**•** **Игра “Мой сад” или “Тихий ветерок”***Задача: учить контролировать силу воздушной струи.*

Взрослый дает образец длительного ротового выдоха, сопровождая показ двустишьем: “Тише дуй, ветерок. Тише дуй на мой садок.” Контролировать силу воздушной струи, можно использовать “цветочное поле” (в зеленый картон ввинчиваются пружинки с бумажными цветочками). От воздушной струи цветы качаются.

**•** **Упражнение “Огонечек пляшет”***Задача: учить контролировать силу ротового выдоха (вдох носовой).*

Взрослый дает образец длительного несильного ротового выдоха (перед горящей свечёй), затем побуждает ребенка сделать так же.

**•** **Упражнение “Мячик в корзине”***Задача: учить контролировать силу ротового выдоха (вдох носовой).*Взрослый дает образец длительного несильного ротового выдоха. Мячик сделан из ваты или пищевой фольги. Корзина изготовлена из ? части коробочки большого киндер-сюрприза, в которую вставлена соломинка для коктейля. Ребенок дует через соломинку, стараясь удержать воздушной струей мяч в корзине.

***Второй этап****– формирование неречевого дыхания*

**•** **Игра “Покачай игрушку”***Задача: формировать диафрагмальное дыхание.*

Положить ребенка на спину, поставить ему на живот легкую мягкую игрушку. Делая вдох носом живот выпячивается, а значит игрушка стоящая на нем поднимается. При выдохе через рот живот втягивается, и игрушка опускается.

Затем отрабатываются варианты сидя, потом стоя.

***Третий этап****– формирование речевого дыхания.*

**•** **Упражнения: “Отгадай, кто позвал”***Задача: формирование длительного фонационного выдоха.*Оборудование: картинки с изображением животных (можно игрушки).

Взрослый заранее обговаривает с детьми какому предмету какой звук принадлежит. Дети закрывают глаза, один ребенок длительно на плавном выдохе произносит звук соответствующий какому-либо предмету, а остальные дети отгадывают какой предмет их “позвал”.

**•** **Игра “У кого длиннее звук (слог)?”***Задача: формирование речевого выдоха.*Дети произносят на одном выдохе звук (слог).

**•** **Игры “Назови картинки”**

**• “Повтори слова”***Задача: формирование речевого выдоха.*

Оборудование: 5 предметных картинок.

А. Взрослый раскладывает перед ребенком 3-5 картинок и предлагает их назвать на одном выдохе.

Б. Взрослый раскладывает перед ребенком 3-5 картинок и предлагает их назвать на одном выдохе, затем убирает их и просит ребенка назвать картинки по памяти на одном выдохе.

В. Взрослый называет 3-5 слов и просит ребенка повторить слова на одном выдохе.

**•** **Игры “Повтори предложение”**

**• “Повтори пословицу (поговорку)”***Задача: формирование плавной слитной речи.*Взрослый произносит предложение, пословицу (поговорку), ребенок на одном выдохе.

**•** **Игры “Мой веселый звонкий мяч”**

**•“Кто больше скажет без передышки”***Задача: формирование плавной слитной речи.*

Ребенок рассказывает любое стихотворение или рассказ и в конце каждой фразы ударяет мячом о пол.