Речевое дыхание - дыхание в процессе речи.

Рекомендации по проведению дыхательной гимнастики следующие:

1. Перед проведением дыхательной гимнастики необходимо проветрить помещение.
2. Дыхательную гимнастику не рекомендуется проводить после плотного ужина или обеда. Нужно, чтобы между занятиями и последним приемом пищи прошло не мнее часа, еще лучше, если занятия проводятся натощак.
3. Упражнения лучше выполнять в свободной одежде, которая не стесняет движения.

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, направленные на развитие речевого дыхания

«Кораблик»

Кораблики могут быть самодельными (бумажными). Набираем воздух через нос (следите, чтобы плечи не поднимались, но животик надувался), выдыхаем через рот (животик сдувается). Дуем на кораблик, чтобы он поплыл по блюдечку с водой.
Можно использовать игрушки для купания детей.

«Дудочки»

Разнообразные дудочки, трубочки помогают формировать сильную струю воздуха.

«Листопад»

Дети дуют на вырезанные из цветной бумаги листья. Губы ребенка должны быть округлены и слегка вытянуты вперед.

«Вертушки»

Можно использовать различные игрушки.

«Шторм в стакане»

В ненавязчивой игровой форме проводятся интересные и полезные упражнения. В стакан налейте 150 граммов воды и вставьте в воду трубочку для коктейлей. Сначала потихоньку выдыхаем воздух в трубочку – чайник закипает, усиливаем выдох – он кипит, еще усиливаем выдох, вода бурлит. Не забываем – плечи не поднимать.

«Мыльные пузыри»

Надувание мыльных пузырей также способствует развитию дыхания.

«Футбол»

Соорудите из конструктора или другого материала ворота, возьмите шарик от пинг-понга или любой другой легкий шарик. И поиграйте с ребенком в футбол. Ребенок должен дуть на шарик, стараясь загнать его в ворота. Можно взять два шарика и поиграть в игру: «Кто быстрее».

«Покатай карандаш»

Вдохнуть через нос и**,** выдыхая через рот**,** прокатить карандаш по столу.

«Снег»

Ребенку предлагается подуть на вату, мелкие бумажки, пушинки и тем самым превратить обычную комнату в заснеженный лес.

Правильное речевое дыхание:

-обеспечивает нормальное звукообразование;

-создаёт условия для поддержания нормальной громкости речи, чёткого соблюдения пауз, сохранения плавности речи и интонационной выразительности;

- предохраняет голосовой аппарат о переутомления.

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Центр развития ребенка – детский сад «Золотой ключик»
с. Тогур, Колпашевский район

Развитие речевого дыхания у детей

Памятка для родителей