

Консультация для родителей  
«Дыхательная гимнастика в играх»

Подготовила: учитель-логопед  
Шумайлова Е.В.

Речевое дыхание — основа звучащей речи, источник образования звуков, голоса. Хорошо поставленное дыхание обеспечивает ясную дикцию и четкое произношение звуков.

Предлагаю комплекс игровых упражнений для развития 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

**Дыхательные упражнения**

**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, помещенный в тазик с водой.

**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).

**Футбол**

Скатать ватный шарик и поставить два кубика в качестве ворот. Ребенок должен, дуть на шарик, загнать его в ворота.

**Ветряная мельница**

Ребенок дует на лопасти игрушки—вертушки или мельницы из песочного набора.

### ***Рекомендации по проведению дыхательной гимнастики:***

- ✓ Перед проведением дыхательной гимнастики необходимо вытереть пыль в помещении, проветрить его, если в доме имеется увлажнитель воздуха, воспользоваться им.
- ✓ Дыхательную гимнастику не рекомендуется проводить после плотного ужина или обеда. Лучше, чтобы между занятиями и последним приемом пищи прошел хотя бы час, еще лучше, если занятия проводятся натощак.
- ✓ Упражнения рекомендуется выполнять в свободной одежде, которая не стесняет движения.

При проведении игр, направленных на развитие у ребенка дыхания, необходимо иметь в виду, что дыхательные упражнения быстро утомляют ребенка, даже могут вызвать головокружение. Поэтому такие игры необходимо ограничивать по времени (можно использовать песочные часы) 3 – 5 минут и обязательно чередовать с другими упражнениями.

### **Литература:**

1. Белякова Л.И. Методика развития речевого дыхания у дошкольников с нарушениями речи / Л.И. Белякова, Н.Н. Гончарова, Т.Г. Шишкова. - М.: Книголюб, 2004. - 132 с.
2. Максакова А.И. Развитие речевого голоса у дошкольников / А.И. Максакова // Дошкольное воспитание. - 1988. - № 1. - С. 31-38.