

«Вдох-выдох» - занимательные игры и упражнения для развития речевого дыхания

«Узнай овощ, фрукт» (развитие глубокого вдоха)

Взрослый и ребенок рассматривают и называют овощи или фрукты, лежащие на блюде. Взрослый делает надрез, а ребенок нюхает и запоминает запах овощей, фруктов. Взрослый предлагает ребенку с завязанными глазами, понюхать и отгадать по запаху предложенный ему овощ, фрукт.

«Буря»

Предложите ребенку сделать вдох носом и выдохнуть в трубочку, конец которой находится в мисочке, наполовину наполненной водой, (можно добавить в воду «Fairу»).

«Футболисты»

Поочередно, взрослый и ребенок, дуют на теннисный (ватный) шарик (каучуковый мячик), стараясь забить гол в ворота (карандаши, кубики). Следить, чтобы вдох производился через нос, а выдох был плавным и сильным, губы «трубочкой», или используется коктейльная трубочка.

«Кто дальше загонит мяч?»

Игроки кладут ватный шарик или диск на край стола, делают вдох и длинный плавный выдох. Побеждает тот, чей шарик улетит дальше.

«Снежинка», «Листочек»

Предложите ребенку легким, длительным выдохом сдуть с ладони (на уровне рта ребенка) снежинку, листочек из бумаги.

«Подуй на цветочек» (игрушки-вертушки)

Предложите ребенку легким, длительным выдохом раскрутить лепестки цветка. Щеки не надувать.

«Кораблики»

Предложите ребёнку подуть на кораблики из бумаги (пенопласта), которые плавают, в тазу с водой, - то плавно, то быстрее – и проследить за движением корабликов.

«Фокус»

Улыбнуться, приоткрыть рот, положить широкий передний край языка на верхнюю губу так, чтобы боковые края его были прижаты, а посередине языка был желобок, и сдуть ватку (бумажную полоску), положенную на кончик носа. Воздух при этом должен идти посередине языка, тогда ватка (полоска) полетит вверх.

«Пароход гудит»

Предложить ребёнку подуть в пузырёк (как гудит пароход). Улыбнуться, положить широкий язык на нижнюю губу, кончик языка касается края горлышка пузырька. Пузырёк касается подбородка. Струя воздуха должна быть сильной и идти посередине языка.

«Что спряталось на картинке?»

Сюжетная картинка (на любую тему) «спрятана» под разрезанной на мелкие полоски гофрированной бумагой. Ребенок делает вдох и длинный, плавный выдох, стараясь разглядеть, что нарисовано на картинке.

«Перенеси шарики»

Ребенку предлагается сделать вдох через коктейльную трубочку, прижатую к ватному шарик, задержать дыхание и перенести шарик в мисочку. Можно использовать вырезанные из бумаги листочки, рыбки и другие предметы.

«Снег идёт»

Приготовим небольшие шарики из ваты. Затем подбрасываем по одному и стараемся успеть подуть на каждый шарик, как бы сдувая снег.

«Ветер»

Из бумаги нарезаем полоски 15-20 сантиметров. Обвязываем их небольшой верёвочкой. Получается, что-то наподобие дерева. Ветер дует, на листочки и они шевелятся. Глубокий вдох, на выдохе дуем на полоски из бумаги.

«Задуй свечу»

Для упражнения нам понадобится свеча. Вам необходимо сделать глубокий, шумный короткий вдох носом. По сигналу «Тихий ветерок» медленно выдохнуть на пламя свечи, так чтобы оно отклонилось, но не гасло. По сигналу «Сильный ветер» задуть свечу резким, но длинным выдохом.

«Прокати карандаш»

Необходимо сделать правильный вдох носом, и выдыхая через рот, прокатить по гладкой поверхности круглый карандаш. А для усложнения, когда ребёнок овладеет круглым карандашом можно предложить карандаш с гранями.

Ребёнок не должен делать судорожных, резких вдохов с поднятием плеч и с напряжением. Вдох должен быть спокойным. Кроме того, упражнения на дыхание утомляют ребёнка, поэтому не следует заниматься ими долго, достаточно несколько минут, т.к. длительное дутьё и длительный фиксированный выдох могут вызвать головокружение.