

# Картотека упражнений для развития правильного речевого дыхания



Подготовила:  
учитель-логопед  
Кологривкина Н.Ю.



## «Хомячок»

Предложите ребенку изобразить хомячка, надув щеки и пройтись так 10 шагов. После чего, повернуться и хлопнуть себя по щекам, таким образом выпустив воздух. А потом пройти еще несколько шагов, дыша носом, как бы вынюхивая новую еду для наполненных щечек. Повторите несколько раз. Смех и веселье - гарантировано.



## «Листопад»

*Цель:* выработать более глубокий вдох и более длительный выдох.

*Оборудование:* листочки из тонкой бумаги.

Вырезать листочки из тонкой цветной бумаги и предложить ребенку «устроить листопад» - сдувать листочки с ладони.





## «Бегемотик»

*Цель:* улучшить функцию внешнего дыхания, освоить первичные приемы дыхательной гимнастики.

Ребенок, находящийся в положении лежа, кладет ладонь на область диафрагмы. Взрослый произносит рифмовку:

*Бегемотики лежали,*

*Бегемотики дышали.*

*То животик поднимается (вдох),*

*То животик опускается (выдох).*

Упражнение может выполняться в положении с сопровождаться рифмовкой:

*Сели бегемотики, потрогали животики.*

*То животик поднимается (вдох),*

*То животик опускается (выдох).*



## «Ножницы»

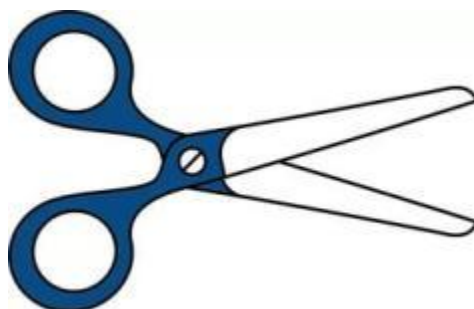
*Цель:* формирование дыхательного аппарата.

И.п. - то же. Прямые руки вытянуты вперед или в стороны на уровне плеч, ладони смотрят вниз.

С вдохом левая рука поднимается вверх, правая опускается вниз.

С выдохом - левая рука вниз, правая вверх.

После освоения ребенком этого упражнения можно его изменить: двигаются не руки от плеча, а только кисти рук.



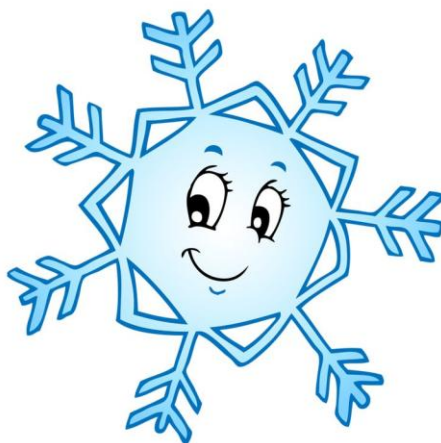


## «Снежинка»

*Цель:* выработать более глубокий вдох и более длительный выдох.

*Оборудование:* «снежинки» из бумажных салфеток.

Вырезать из салфеток – «снежинки», положить ребенку на ладонь и предложить «устроить снегопад» - сдуть снежинки с ладони.



## «Насос»

*Цель:* укреплять физиологическое дыхание у детей.

*И.п.:* ноги на ширине плеч, руки опущены вдоль туловища.

Глубоко вдохнуть и на выдохе медленно наклониться вправо (правая рука скользит вдоль туловища к колену, левая - вверх до уровня груди).

На вдохе вернуться в и.п.; то же влево. 4-5 раз в каждую сторону.





## «Воздушный шарик»

*Цель:* укреплять физиологическое дыхание у детей.

*И.п:* Лежа на полу, ребенок кладет руки на живот.

Делая медленный глубокий вдох, надувает живот, одновременно представляя, что в животе надувается воздушный шарик.

Задерживает дыхание на 5 секунд. Делает медленный выдох, живот сдувается. Задерживает дыхание на 5 секунд.

Выполняется 5 раз подряд



## «Фокус»

На кончик носа положить ватку широким языком в форме «чашечки», прижатым к верхней губе, сдуть ватку с носа вверх:

С вами в цирке побывали,

За фокусами наблюдали,

Но и сами мы с усами,

Фокусы покажем маме.





## «Загони мяч в ворота»

*Цель:* выработать более глубокий вдох и более длительный выдох.

*Оборудование:* «мячи» из ваты, кубики.

Из кусочков ваты скатать шарик - «мяч». Ворота - 2 кубика. Ребенок дует на «мяч», пытаюсь «забить гол» - вата должна оказаться между кубиками.

Немного поупражнявшись, можно проводить состязания с одним ватным шариком по принципу игры в футбол.



## «Подуй на бабочку»

*Цель:* развитие плавного, длительного выдоха.

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.





## «Мыльные пузыри»

*Цель:* развитие сильного плавного выдоха; активизация губных мышц.

*Оборудование:* пузырек с мыльным раствором, рамка для выдувания пузырей, трубочки различного диаметра - коктейльные, из плотной бумаги, пластиковая бутылка с отрезанным дном.

Поиграйте с ребенком в мыльные пузыри: сначала взрослый выдувает пузыри, а ребенок наблюдает и ловит их. Затем предложите ребенку выдуть пузыри самостоятельно.



## «Вертушка»

*Цель:* развитие длительного плавного выдоха; активизация губных мышц.

*Оборудование:* игрушка-вертушка.

Перед началом игры подготовьте игрушку-вертушку. Можно изготовить ее самостоятельно при помощи бумаги и деревянной палочки.





## «Одуванчик»

*Цель:* развитие плавного длительного выдоха через рот; активизация губных мышц.

Игру проводят на воздухе - на полянке, где растут одуванчики. Взрослый предлагает детям найти среди желтых одуванчиков уже отцветшие и сорвать их. Затем показывает, как можно подуть на одуванчик, чтобы слетели все пушинки. После этого предлагает детям подуть на свои одуванчики.



## «Свистульки»

*Цель:* развитие сильного плавного выдоха; активизация губных мышц.

*Оборудование:* детские керамические, деревянные или пластмассовые свистульки в виде различных птиц и животных.

Перед началом занятия следует подготовить свистульки. Раздайте детям свистульки и предложите подуть в них.

