

Уважаемые родители!
Ознакомьтесь с консультацией на тему:
«Дыхательная гимнастика. Примеры упражнений»

Дыхательные упражнения для детей 2-3 лет



Игра «Подуй на предмет»

Цель игры: научить ребенка сильному и направленному выдоху.

Оборудование: легкие пластмассовые предметы, например, ручка, катушка, киндер-машинки и мелкие игрушки. Также можно предложить малышу выдувать мыльные пузыри.

Ход игры. Взрослый кладет предмет на стол, а ребенок, сделав глубокий вдох носом, должен подуть на него.

Игра «Буря в стакане»

Цель игры: помочь развить сильный и целенаправленный выдох. **Оборудование:** трубочка и стакан с водой.

Ход игры. Взрослый ставит перед ребенком стакан с водой и опускает в него трубочку. Потом предлагает ему глубоко вдохнуть через нос, вытянуть губы и сильно подуть в трубочку так, чтобы вода забурилась.



Игра «Листья»

Цель игры: помочь ребенку развить плавный и направленный выдох.

Оборудование: сухие листья и нитка.

Ход игры. Подвесить на уровне рта ребенка сухие листья, потом предложить ему определить их цвет и подуть на них через трубочку, не раздувая щек. Можно устроить небольшое соревнование, кто сильнее подует на листья.

Игра «Попади в ворота»

Цель игры: научить ребенка целенаправленно менять силу выдоха.

Оборудование: кубики и кусочек ваты.

Ход игры. Взрослый помогает ребенку построить из кубиков ворота, на некотором расстоянии от которых кладется вата, и просит его подуть на нее так, чтобы она попала в ворота. Игру можно проводить как вдвоем, так и с несколькими детьми, устраивая соревнование, кто дальше задует свою вату.



Игра «Путешествие»

Цель игры: научить ребенка менять силу и направление выдоха.

Оборудование: таз водой, бумажная лодочка.

Ход игры. Ребенок садится рядом с тазом с лодочкой. Чтобы лодочка смогла закончить свое путешествие, необходим попутный ветер. Попросите малыша, чтобы он помог кораблику добраться до берега. Взрослый должен следить за тем, чтобы губы ребенка во время выдоха были растянуты как для произнесения звука [ф]. Выдох должен быть плавным.

Дыхательная гимнастика на начальном этапе отрабатывается с помощью простых упражнений и игр. Тренировка проводится постепенно.

Дыхательные упражнения для детей 4-5 лет

Игра «Трубочка»



Цель игры: научить ребенка в течение длительного времени направлять воздушную струю посередине языка.

Оборудование: специального оборудования не требуется.

Ход игры. Взрослый должен попросить ребенка сделать глубокий вдох носом и задержать дыхание. Губы он должен вытянуть в трубочку, а язык просунуть между ними, свернуть его и подуть в получившуюся трубочку. Чтобы ребенку было интересно, можно попросить его подуть на занавеску, полоску бумаги, прикрепленную к чему-либо.

Взрослый должен следить, чтобы выдох малыш делал плавно.

Игра «Фрукт или овощ?»

Цель игры: научить ребенка глубоко вдыхать носом и различать запахи.

Оборудование: овощи и фрукты, которые имеют ярко выраженный запах, например, чеснок, лук, апельсин, мандарин и пр.

Ход игры. Взрослый предлагает ребенку внимательно рассмотреть овощи и фрукты, понюхать их. Далее нужно попросить малыша закрыть глаза и попытаться определить запах. Взрослый должен смотреть за тем, чтобы вдох через нос был плавным и глубоким.

Игра «Гудок»

Цель игры: научить ребенка длительному и целенаправленному выдоху.

Оборудование: стеклянные пузырьки, с горлышком, диаметр которых примерно 1 см.

Ход игры. Взрослый должен показать ребенку, как нужно гудеть с помощью пузырька: кончик языка касается горлышка, а сам флакончик — подбородка. Потом нужно глубоко вдохнуть носом и сильно выдохнуть на язык. Пусть ребенок попробует выполнить это самостоятельно. Если у него хорошо получается, можно погудеть дуэтом.

Игра «Самолетики»

Цель игры: развить у ребенка длительный и целенаправленный выдох.

Оборудование: бумага

Ход игры. Вместе с ребенком из бумаги нужно изготовить самолетики. Взрослый и ребенок ставят самолетик на край стола и садятся напротив друг друга. По сигналу, который дает взрослый, они на одном выдохе стараются продвинуть самолетик по столу как можно дальше.

Игра «Дуй сильнее»

Цель игры: научить ребенка сильному выдоху

Оборудование: бумажная, потом пластмассовая вертушка.

Ход игры. Взрослый просит ребенка сделать глубокий вдох носом, а потом сильный выдох ртом на вертушку, чтобы она начала вращаться. Пусть ребенок сначала потренируется на бумажной, так как она легче. Если у малыша получилось все сделать с первого раза, то можно вручить ему поощрительный приз.



Для того чтобы занятия с ребенком 4-5 лет проходили интересно, родители могут вместе с ним придумать и изготовить необходимый

Упражнения для развития дыхания нужно выполнять в течение 5 мин. В положении сидя или стоя. Поза должна быть удобной для ребенка.

Упражнения для детей 6-7 лет

Игра «Аромат»

Цель игры: научить ребенка плавно вдыхать и выдыхать воздух.

Оборудование: специального оборудования не требуется.

Ход игры. Взрослый предлагает ребенку представить, что он нюхает знакомый ему цветок. Малышу нужно глубоко втянуть носом воздух и плавно выдохнуть через рот. Перед началом игры взрослый должен показать ребенку, что нужно делать.

Игра «Под водой»

Цель игры: научить ребенка плавно вдыхать и выдыхать воздух.

Оборудование: специального оборудования не требуется.

Ход игры. Взрослый предлагает ребенку представить себя под водой. Для этого он должен глубоко вдохнуть через нос и задержать дыхание на 1—2 с, а потом плавно выдохнуть через рот. Перед началом игры взрослый показывает, как нужно делать.



Игра «Фокус»

Цель игры: отработать с ребенком длительную, направленную посередине языка, воздушную струю.

Оборудование: кусочек ваты.

Ход игры. Взрослый предлагает ребенку положить кусочек ваты на нос, улыбнуться, высунуть язык и прижать его к верхней губе, вдохнуть носом и подуть на ватку. Взрослый должен следить за тем, чтобы малыш выдыхал на язык. Можно провести соревнование: у

кого получится сдуть вату с носика, тот и победил.

Игра «Переведи дыхание»

Цель игры: развивать у ребенка диафрагмальное дыхание.

Оборудование: специального оборудования не требуется.

Ход игры. Взрослый предлагает ребенку левую руку положить на живот, правую — на грудь. Потом по команде вдохнуть глубоко носом, чтобы поднялась грудная клетка, а потом не выдыхая перевести его в живот так, чтобы тот выпятился. Если у ребенка все получается, его можно

поощрить, например, дать любимое лакомство.

Консультация подготовлена по материалам книги Логопедические игры «Обучение с пеленок» Гаврилова А.С., Шанина С. А.

ПОМНИТЕ! Дыхательная гимнастика подготовит речевой аппарат вашего ребёнка к правильному произношению звуков, окажет положительное влияние на дыхательную, нервную и сердечно-сосудистую системы ребенка!

Консультирование родителей
ВТОРНИК – с 17.30 до 18.30

С уважением, учитель-логопед
Александрова О.В.

Выполнение
дыхательной гимнастики
учит детей правильно
вдыхать и равномерно
распределять воздух в
процессе разговора,
соблюдать темп и др. Как
правило, уже в конце
занятий общее звучание
речи и её внятность
улучшается.

Для того, чтобы развить у
ребенка правильное
физиологическое и речевое
дыхание рекомендуется
ежедневно проводить с ним
дыхательные упражнения.