**Упражнения на развитие речевого дыхания.**

Правильное речевое дыхание обеспечивает нормальное звукообразование, создаёт условия для поддержания нормальной громкости речи, чёткого соблюдения пауз, сохранения плавности речи и интонационной выразительности.  
Нарушения речевого дыхания могут быть следствием общей ослабленности, аденоидных разращений, различных сердечно-сосудистых заболеваний и т. д.

Малыши, имеющие ослабленный вдох и выдох, как правило, говорят тихо и затрудняются в произнесении длинных фраз. При нерациональном расходовании воздуха нарушается плавность речи, так как дети на середине фразы вынуждены добирать воздух. Часто такие дети недоговаривают слова и нередко в конце фразы произносят их шёпотом. Иногда, чтобы закончить длинную фразу, они вынуждены говорить на вдохе, отчего речь становится нечёткой, судорожной, с захлёбыванием. Укороченный выдох вынуждает говорить фразы в ускоренном темпе, без соблюдения логических пауз.

**Правила выполнения упражнений на развитие речевого дыхания.**

* Выполняйте упражнения в проветренном помещении или на улице (в теплое время года).
* Вдох надо делать через нос, плечи не поднимать.
* Следить, чтобы, выдыхая воздух, ребёнок не надувал щёки. (Если это происходит, взрослый может придерживать их пальцами.)
* Выдох должен быть длительным, плавным.
* Важно, чтобы ребёнок дул с силой (а не просто выдыхал).
* Воздушная струя должна быть узкая, холодная. Если воздушная струя тёплая, рассеянная и слышится звук, похожий на [X], значит, ребёнок дует неправильно.
* Не переусердствуйте! Достаточно 3—5 повторений.
* Многократное выполнение дыхательных упражнений может привести к головокружению.
* После каждого упражнения давайте ребёнку отдохнуть.

Регулярное выполнение дыхательных упражнений позволит предупредить возникновение простудных заболеваний!

**Свисток.**

Ребенку предлагается поиграть на дудочке или подуть в свисток с разной силой, для получения звучания разной силы.

**Загони мяч.**  
Вытянуть губы трубочкой и с силой подуть на ватный шарик на столе, стараясь загнать его в «ворота» (между двумя карандашами).

**Фокус.**  
1. Сделать «чашку» (боковые края языка прижми к верхней губе, посередине остается желобок).  
2.Положить маленький кусочек ватки на кончик носа.  
3.Сделать вдох через нос.  
4.Сильно подуть через рот на ватку, чтобы она полетела вверх.

**Одуванчик.**

*Ветер дул на одуванчик —*

*Разлетелся сарафанчик.*Вытянуть губы вперёд трубочкой и длительно дуть на ватный шарик, зафиксированный на ниточке.

**Снежинка.**

*Снег, снег кружится,  
Белая вся улица!  
Собрались мы в кружок,  
Завертелись как снежок.*

Улыбнуться, немного высунуть язык и положить его широкий край на нижнюю губу. Сделать вдох через нос и, как бы произнося долго Ф-Ф-Ф, сдуть ватный шарик — «снежинку» с ладони. Повторить три-четыре раза, следя, чтобы не надувались щёки. (Главное, чтобы ребёнок произносил звук, похожий на [Ф], а не на [X], т. е. воздушная струя должна быть узкая, а не рассеянная).

**Вертушка**.

*Дуют дети на вертушку  
Очень славная игрушка!  
Крутится, вращается,  
Детишкам очень нравится!*

Длительно произносить звукосочетание «ФУУУУУУ».

**Кораблик.**

*По волнам корабль плывёт.  
Ты вдохни, надуй живот.  
А теперь ты выдыхай.*

*И кораблик опускай.*

Руки положить на область диафрагмы. Плавно и неторопливо вдохнуть носом и ртом так, чтобы верхняя передняя стенка живота выпятилась вперёд, поднимая руки. Выдох производится через рот плавно и по возможности полнее. При этом живот опускается и в конце выдоха втягивается. Для контроля ротового выдоха рекомендуется произносить звуки «шшшш...» или «ффф...».  
**Мыльные пузыри.**

*Взял соломку Игорёк,  
Надул мыльный пузырёк.*

Имитировать длительный выдох через узкую трубочку. Для формирования навыка ротового выдоха полезно надувать мыльные пузыри.

**Бабочка.**  
*Бабочка-коробочка,  
Полети на облачко,  
Там твои детки –  
На березовой ветке.*

Вырежьте из бумаги несколько бабочек. К каждой бабочке привяжите нитку на уровнелица ребенка.

**Шторм в стакане.**

Предложите ребенку подуть через соломинку в стакан с водой (нужно следить, чтобы щеки не надувались, а губы были неподвижными).

**Гуси шипят.**

Встать, ноги врозь на ширине плеч, руки на пояс. «Раз, два, три, четыре» — наклониться вперед и, вытягивая шею, произнести на удлиненном выдохе: «Ш-ш-ш-ш». Повторить 4—5 раз в медленном темпе.

**Надуй шар.**

Встать, ноги врозь, держа в руках воображаемый шар. На счет «раз, два» — сделать глубокий вдох через рот. На счет «три, четыре» — усиленный выдох через рот, имитируя движениями рук увеличивающийся шар. Повторить 3—4 раза в медленном темпе.