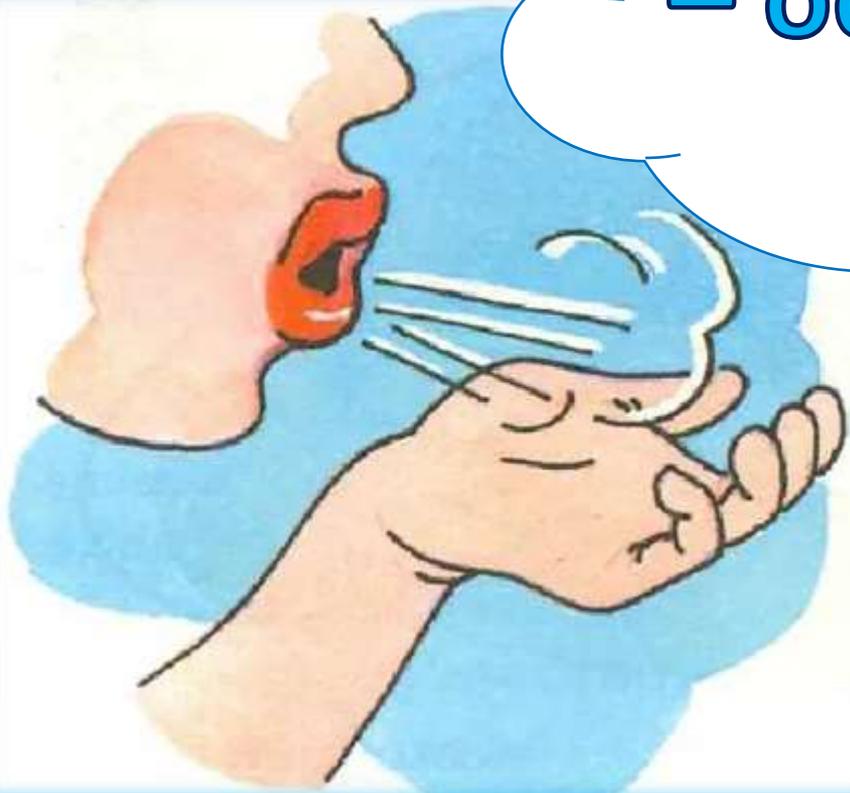


**МАДОУ «Детский сад 1»**

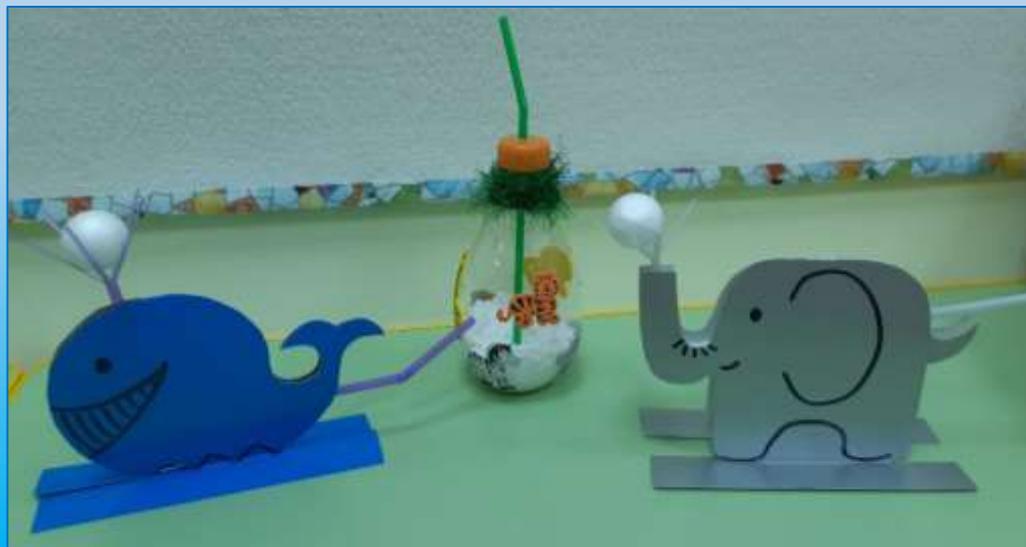
**Правильное дыхание  
– основа красивой  
речи**



**Подготовила:  
учитель-логопед  
Соколова ЮЮ.**

Правильное речевое дыхание обеспечивает нормальное звукообразование, создает условия для поддержания нормальной громкости речи, четкого соблюдения пауз, сохранения плавности речи и интонационной выразительности.

Воздушная струя является энергетической основой звука, слога, слова, фразы. Без сильной длительной воздушной струи нарушается не только звукопроизношение, но и общее звучание речи: речь «взахлёб», не проговаривание окончаний слов, «смазанность» конца фразы. Развитие речевого дыхания — один из первых и очень важных этапов коррекционного воздействия на дошкольников с речевыми нарушениями.

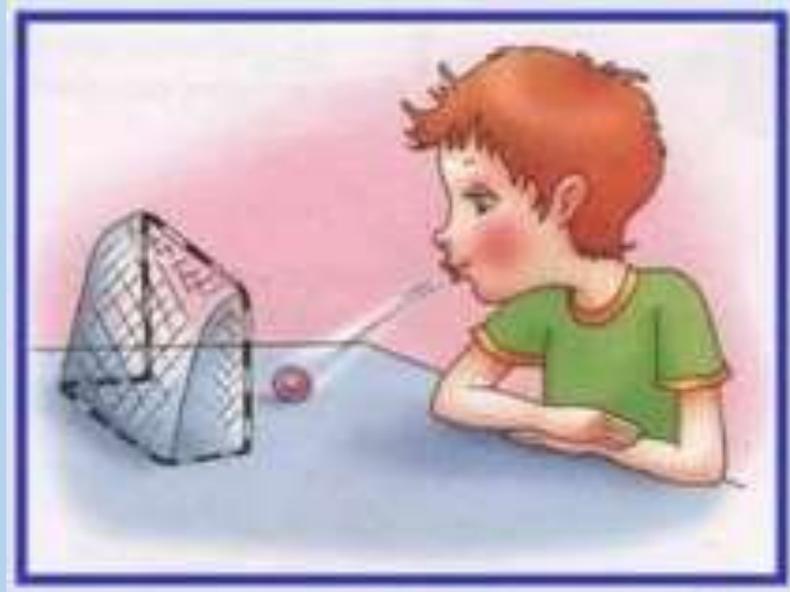


## Рекомендации по выполнению дыхательной гимнастики:

- проводить дыхательные упражнения в хорошо проветренном помещении или при открытой форточке;
- коррекционно-развивающую деятельность проводить до еды;
- заниматься в свободной, не стесняющей движения одежде;
- воздух необходимо набирать через нос, плечи не поднимать;
- выдох должен быть длительным, плавным;
- необходимо следить, чтобы не надувались щеки (на начальном этапе можно прижимать их ладонями);
- в процессе речевого дыхания не напрягать мышцы в области шеи, рук, груди, живота;
- дыхательные упражнения можно выполнять как в положении сидя, так и стоя;
- достаточно трех-пяти повторений.

Многократное выполнение дыхательных упражнений может привести к гипервентиляции!

«Загнать мяч в ворота» (выработка длительной, направленной воздушной струи). Вытянуть губы вперед трубочкой и длительно дуть на ватный шарик, стараясь, чтобы он пролетел между двумя кубиками.



«Кто дальше загонит мяч» (выработка плавной, непрерывной струи, идущей посередине языка). Улыбнуться, положить широкий передний край языка на нижнюю губу. Подуть длительно так, что бы воздушная струя шла посередине языка, и сдуть ватку на противоположный край стола.

«Паровозик свистит» (выработка плавной, непрерывной струи). Взять чистый пузырек и поднести его ко рту. Кончик языка слегка высунуть так, чтобы он касался только края горлышка. Выдыхать воздух плавно в пузырек. Если свист не получился, не надо расстраиваться, значит, не выполнено какое-то правило игры. Следует начать сначала.



«Фокус» (направление воздушной струи посередине языка). Рот приоткрыть, язык «чашечкой» выдвинуть вперед и приподнять, плавно выдохнуть на ватку, лежащую на кончике носа, или на челочку.



«Фасолевые гонки» (выработка сильной, непрерывной струи, идущей посередине языка). Коробка из-под конфет оборудована, как дорожки для бегунов-«фасолинок», а начинают они бег при помощи «ветра» из трубочек для коктейлей. Победит тот, кто быстрее догонит своего «бегуна» до финиша.





**Попробуй поиграть в  
дыхательные игры!  
Они помогут тебе  
говорить правильно и красиво!**