

УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РЕЧЕВОГО ДЫХАНИЯ

ФУТБОЛ

Скатать ватный шарик и поставить два кубика в качестве ворот. Ребенок должен, дуя на шарик, загнать его в ворота.

ВЕТРЯНАЯ МЕЛЬНИЦА

Ребенок дует на лопасти игрушки-вертушки или мельницы из песочного набора.

СНЕГОПАД

Сделать снежинки из ваты (рыхлые комочки). Объяснить ребенку, что такое снегопад и предложить ребенку сдувать "снежинки" с ладони.

ЛИСТОПАД

Вырезать из цветной бумаги различные осенние листья и объяснить ребенку, что такое листопад. Предложить ребенку подуть на листья, так, чтобы они полетели. Попутно можно рассказать, какие листочки с какого дерева упали.

БАБОЧКА

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).

КОРАБЛИК

Дуть плавно и длительно на бумажный кораблик.

ОДУВАНЧИК

Предложите ребенку подуть на отцветший одуванчик (следите за правильностью выдоха).

ШТОРМ В СТАКАНЕ

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

Техника выполнения упражнений:

воздух набирать через нос

плечи не поднимать

выдох должен быть длительным и плавным

необходимо следить, за тем, чтобы не надувались щеки (для начала их можно придерживать руками)

нельзя много раз подряд повторять упражнения, так как это может привести к головокружению

УТРО С КОТИКОМ МУЗИКОМ

**Котик Музик утром встал,
Чистить зубки побежал.
Вправо-влево, вправо-влево
Чистим зубки мы умело.
Пополощем ротик,
Как чистюля Котик.**



*Дети потягиваются.
В улыбке открыть рот и кончиком языка
сильно «почистить» за нижними зубами
5-6 раз, затем за верхними зубами 5-6 раз.
Имитация полоскания рта.*

Музик наш расческу взял,
И причесываться стал.
Мы за ним не отстаем;
Всё покажем язычком.

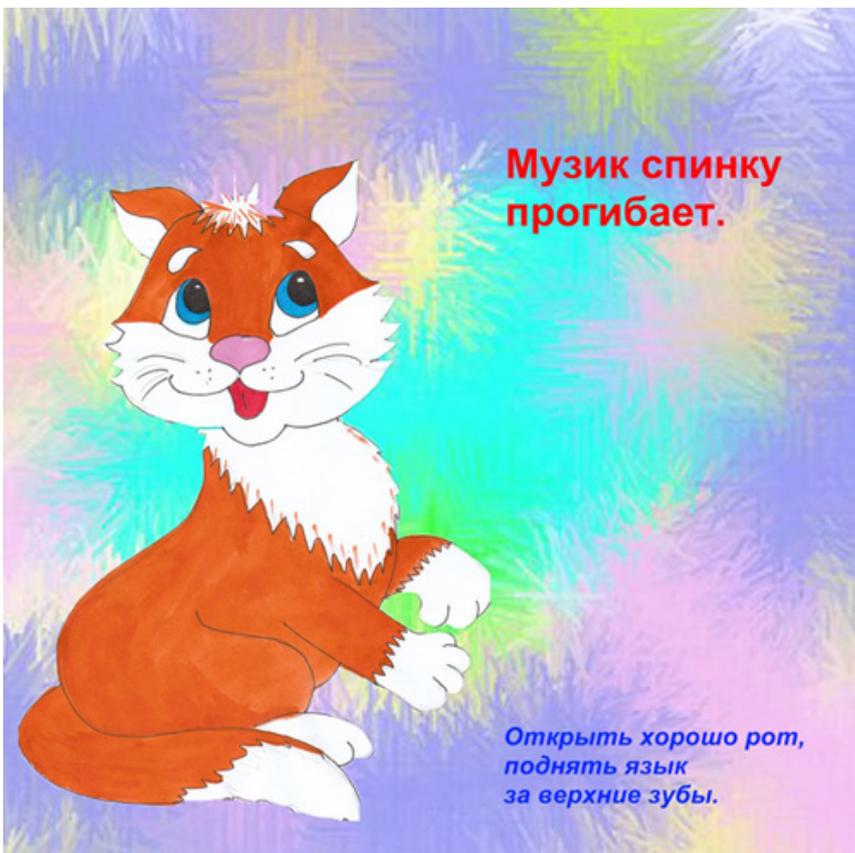
*В улыбке закусить
язык зубами,
«протаскивать» язык
между зубами
вперед-назад;*



Дальше по порядку
Делаем зарядку!
Музик спинку выгибает.

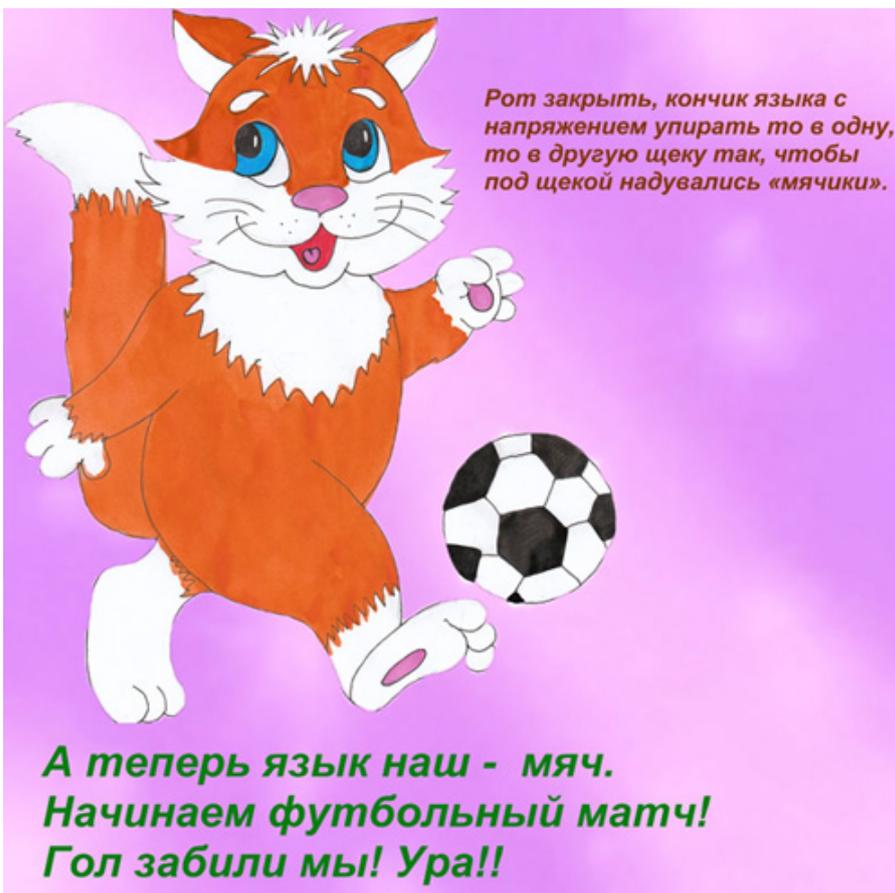


*Улыбка, открыть рот,
кончик языка упереть
за нижние зубы,
«спинку» выгнуть,
удерживать под счет до 8-ми.*



**Музык спинку
прогибает.**

*Открыть хорошо рот,
поднять язык
за верхние зубы.*



*Рот закрыть, кончик языка с
напряжением упирать то в одну,
то в другую щеку так, чтобы
под щекой надувались «мячики».*

**А теперь язык наш - мяч.
Начинаем футбольный матч!
Гол забили мы! Ура!!**

**Вот и завтракать пора:
Котик нам напек блины,
Со сметаной они.**



*Улыбнуться, открыть рот,
положить широкий
язык на нижнюю
губу и удерживать
под счет до 5-ти.*

**Как сметану любит Котик?
Оближи скорее ротик.**

*Улыбнуться, открыть рот,
облизать языком верхнюю,
затем нижнюю губу.*





УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ВЕРХНИХ ДЫХАТЕЛЬНЫХ ПУТЕЙ

Весёлое лесное путешествие



Паровоз привез нас в лес.
Чух-чух-чух! Чух-чух-чух!
(ходьба с согнутыми в локтях руками)

Там полным-полно чудес.
(удивленно произносить «м-м-м» на выдохе,
одновременно постукивая пальцами по крыльям
носа)

Тренируем язычок!

Вот идет сердитый еж:
П-ф-ф-ф, п-ф-ф-ф, п-ф-ф-ф!
(низко наклониться, обхватив руками грудь -
свернувшийся в клубок ежик)



Где же носик? Не поймешь.

Ф-ф-р! Ф-ф-р! Ф-ф-р!



Вот веселая пчела детям меда принесла.

З-з-з! З-з-з!

Села нам на локоток,

З-з-з! З-з-з!

Полетела на носок.

З-з-з! З-з-з!

(звук и взгляд направлять по тексту)

Пчёлку ослик испугал:

Й-а-а! Й-а-а! Й-а-а!

На весь лес он закричал:

Й-а-а! Й-а-а! Й-а-а!

(укрепление связок гортани, профилактика храпа)



Гуси по небу летят,

Гуси ослику гудят:

Г-у-у! Г-у-у! Г-у-у! Г-у-у!

Г-у-у! Г-у-у! Г-у-у! Г-у-у!

(медленная ходьба, руки-крылья

поднимать на вдохе, опускать со звуком)

Устали? Нужно отдыхать,

Сесть и сладко позевать.

(дети садятся на ковер и несколько раз зевают, стимулируя тем самым гортанно-глоточный аппарат и деятельность головного мозга)