

**ДЫШИМ  
ПРАВИЛЬНО!**



## **Идеи «воздушных» игр с детьми раннего возраста для развития силы дыхания**

До поступления в детский сад, ребёнку предстоит многому научиться, а родителям – научить его, даже правильно дышать!

Зачем тренировать речевое дыхание?

Дыхание – простой физиологический процесс, которому груднички учатся в первые секунды своей жизни. Но дыхание человеку нужно не только для того, чтобы наполнять легкие кислородом. Человеческая речь основана на правильном дыхании, так как каждая фраза произносится на выдохе. Маленькие дети не умеют тянуть выдох, как бы дозировать выходящий воздух. Иногда они даже произносят слова на вдохе, что делает их речь совсем непонятной. Речевое дыхание отличается от неречевого именно продолжительностью выдоха.

Правильное речевое дыхание формирует:

- ✚ чёткое различие звуков
- ✚ громкость речи
- ✚ соблюдение пауз
- ✚ интонацию

При слабом речевом дыхании дети сталкиваются с такими проблемами:

- ✚ «добирают» воздух на середине фразы
- ✚ не говорят длинными предложениями
- ✚ сходят на шепот в конце фразы
- ✚ торопятся, глотая окончания слов
- ✚ неправильно интонируют

***Основная задача тренировок дыхания – сформировать сильный и плавный выдох, а также научить ребёнка контролировать расход воздуха и направлять поток воздуха губами.***

Поэтому уже в раннем возрасте, у детей важно развивать силу дыхания и продолжительность выдоха. Показать, чем отличается носовое дыхание от вдохов и выдохов через рот, научить малыша складывать губы «трубочкой», чтобы дуть. В повседневной жизни в этом могут помочь простые действия: на прогулке подуть на яркую вертушку, как ветер, надуть мыльные пузыри, сдуть с одуванчика семена.

Встретив летом на улице божью коровку, не забудьте рассказать стишок и помочь ей улететь, подув на неё вместе с ребёнком. А дома можно поиграть в незамысловатые, но полезные игры.

### ***Игра «Аромат»***

Покажите ребёнку цветок – как он вкусно пахнет! Покажите на своём примере, как нужно нюхать цветок, а затем потяните звук «м-м-м», будто получаете удовольствие от аромата. Предложите ребёнку понюхать цветок, духи, мыло, свежую выпечку, конфету, следите за тем, чтобы при этом у него был закрыт рот, вдох должен получиться через нос.

Потренируйтесь морщить нос на выдохе, если предмет пахнет плохо, резко. Например, чеснок или лук.

### ***Устройте «Шторм в стакане воды».***

Наполните три стакана водой. Во всех должен быть разный уровень воды. Предложите ребёнку с помощью трубочки устроить шторм, но так, чтобы вода не перетекала через края стаканов. Для этого ему потребуется контролировать силу выдоха: где воды много, нужно дуть слабее, а где её мало, можно дуть сильно.

Чередуйте виды дыхания, играйте со звукоподражаниями.

Малыши с удовольствием будут показывать, как фыркает ёжик, как гудит паровоз, как свистит чайник. Выбирайте те звукоподражания, которые направлены, в первую очередь, на «вытягивание» гласных.

Подойдут такие простые задания:

Как девочка плачет? А-а-а.

Как гудит паровоз? У-у-у.

Как фыркает ёж? Ф-ф-ф.

Как жужжит пчела? Ж-ж-ж.

Как сердится медведь? Э-э-э.

Как поют дети? О-о-о.

### **Сила дыхания – это основа для устной речи!**

От того, насколько правильно ребёнок делает вдохи и выдохи, зависит чёткость произношения звуков, громкость голоса и правильное интонирование в будущем.



Материал подготовила  
учитель-логопед  
Утемова Тамара Николаевна

