

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 65 "Фестивальный"**

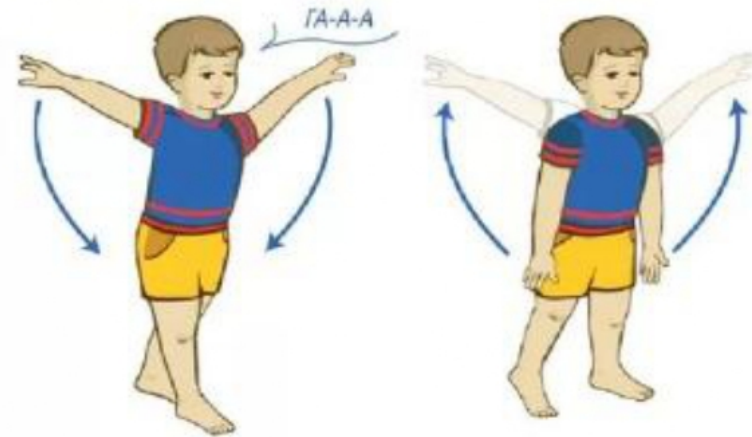
**Консультация для педагогов
"Дыхательная гимнастика как средство развития речи у детей
дошкольного возраста"**



**Сургут
2023**

«Гуси полетели»

Ребенок медленно и размеренно ходит по комнате, *на вдохе плавно поднимая руки*, как крылья, а *на выдохе резко опуская* и громко произнося «га-а-а».



«Кипящая каша»

Исходное положение:

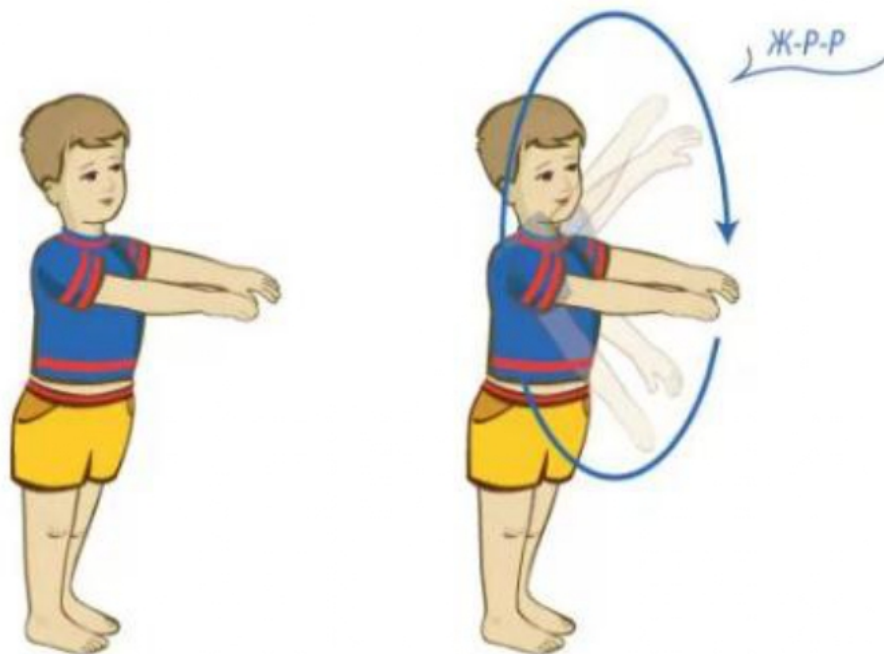
сидя, одна рука на груди, другая – на животе.

Вдох и на выдохе дополнительно продолжительно произносить «ф-ф-ф», изображая выход пара.

«Мельница»

Исходное положение: стоя, вытянуть вверх руки.

На длительном выдохе произносим «ж-ж-ж» и вращаем руками. Постепенно ускоряя движения, необходимо увеличивать громкость этих звуков.



Упражнение «Мышка и мишка»

У мишки дом большой, поэтому ребенок встает на носочки, *тянется руками вверх и делает вдох.*

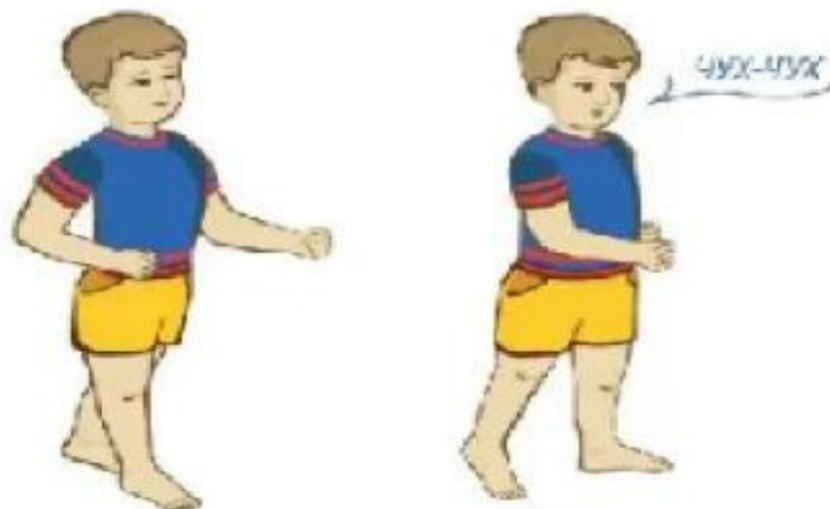
А у мышки домик маленький. Чтобы это изобразить, нужно сесть на корточки, опустить голову между колен и при этом *сделать выдох со звуком «ш-ш-ш».*



Упражнение «Чух-чух паровоз»

Ребенок ходит по комнате, имитируя согнутыми в локтях руками размашистые движения колес паровоза.

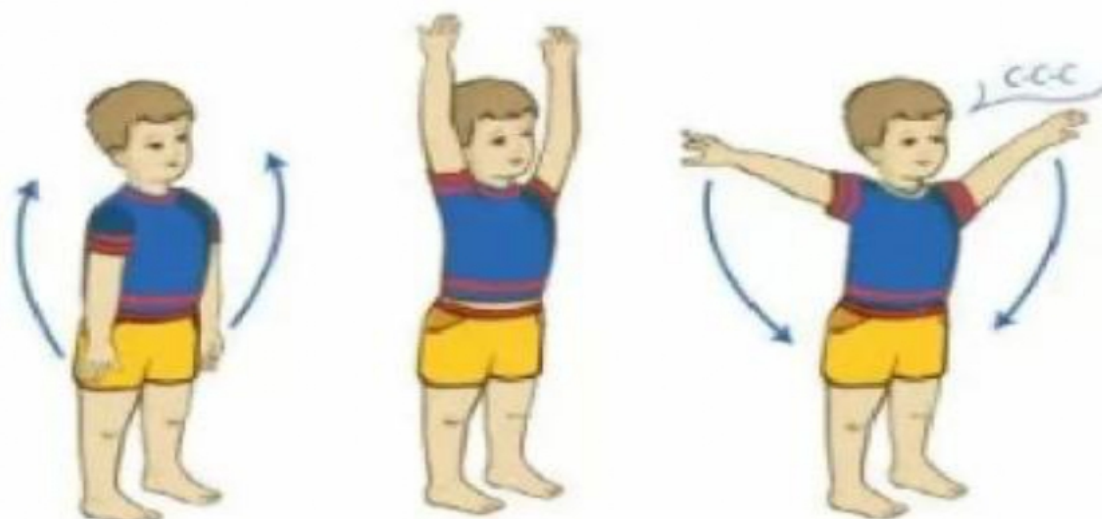
На выдохе произносим «чу-чух», старая максимально полно освободить легкие от воздуха, и потом делаем носом сильный вздох.



Упражнение «Насос»

Исходное положение: стоя с опущенными руками.

На вдохе руки поднимаются вверх, *на длинном выдохе произносится «с-с-с» и руки плавно опускаются вниз.*



«Насос»

Исходное положение: стоя с опущенными руками.

На вдохе руки поднимаются вверх, на длинном выдохе произносятся «с-с-с» и руки плавно опускаются.



«Сильный дровосек»

На вдохе поднять руки над головой и сложить их, будто держа топор.

На выдохе вытянутые руки резко опускаются вниз между ног, тело при этом наклоняется.

Ребенок будто бы рубит бревна, говоря на выдохе «бах».



Упражнение «Ходьба»

Начинать и завершать комплекс гимнастических упражнений можно ходьбой. При этом дыхание должно быть ритмичным, с полными вдохами через нос.

Ребенка просят ходить на носочках (одновременно вытягивая руки вверх), на пятках, на внешнем и внутреннем сводах стопы.

Обязательно нужно следить за осанкой, чтобы плечи были опущены и отведены назад, лопатки сближены. Такое положение разворачивает грудную клетку и заставляет диафрагму активно участвовать в дыхании.



Упражнение «Курочки»

Курочки спят- ребенок стоит, чуть наклонившись вперед, свесив расслабленные руки и голову.

Курочки хлопают крыльями- ребенок должен похлопывать себя по коленкам и на выдохе говорить «тах-тах-тах».

После этого поднимаем вверх руки и делаем глубокий вдох.



Упражнение «Пчелка»

Исходное положение: сесть на стул и прямо, опустить голову и обхватить свою грудную клетку, скрестив руки.

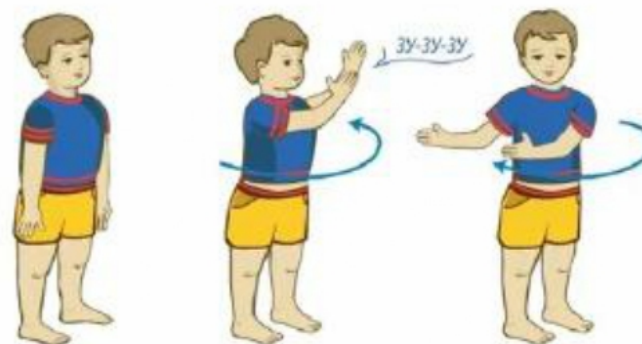
Пчелка жужжит- на продолжительном выдохе ребенок произносит «ж-ж-ж», сжимая скрещёнными руками свои ребра.

Пчелка летает- на вдохе через нос ребенок раскидывает выпрямленные руки в стороны и максимально расправляет плечи.



«Выйдем покосить траву»

Исходное положение – ноги на ширине плеч и руки опущены.
На вдохе он отводит руки вправо, скручивая тело и как бы замахиваясь косой.
На выдохе он машет руками влево, говоря «зу-зу-зу».



«Мышка и мишка»

У мишки дом большой, поэтому ребенок *встает на носочки, тянется руками вверх и делает вдох.*

А у мышки домик маленький. Чтобы это изобразить, нужно *сесть на корточки, опустить голову между колен и при этом сделать выдох со звуком «ш-ш-ш».*

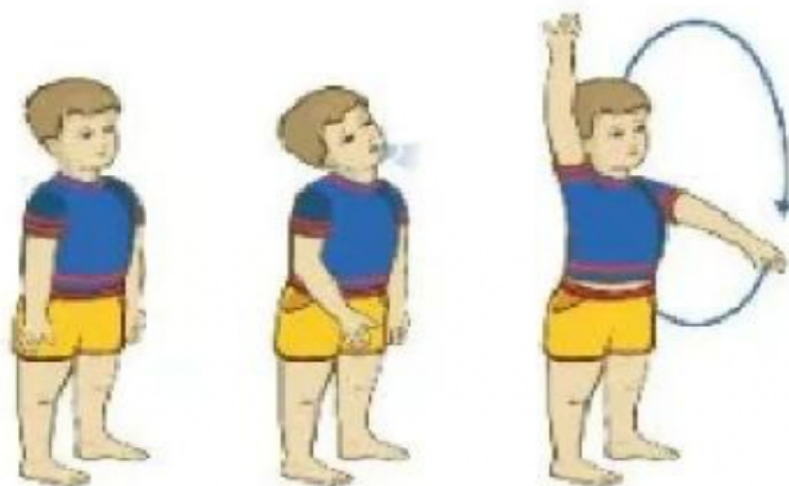


Упражнение «Ветер-ветерок»

Вдох делается через нос, стоя, голова прямо.

Сильный выдох осуществляется через сложенные трубочкой губы. При этом на каждый выдох лицо поворачивается в сторону, поднимается вверх или направляется вниз.

Эти движения чередуются с вращением руками, когда малыша просят разогнать тучи.



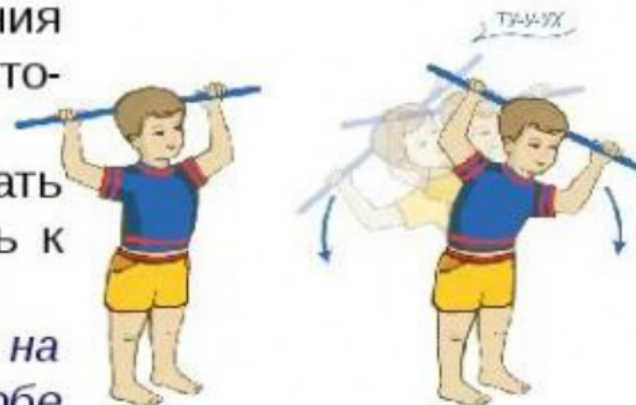
«Маятник»

Для выполнения этого упражнения *потребуется гимнастическая палка или что-нибудь ее заменяющее.*

Исходное положение: стоя, держать гимнастическую палку за головой и тянуть к плечам, сводя лопатки.

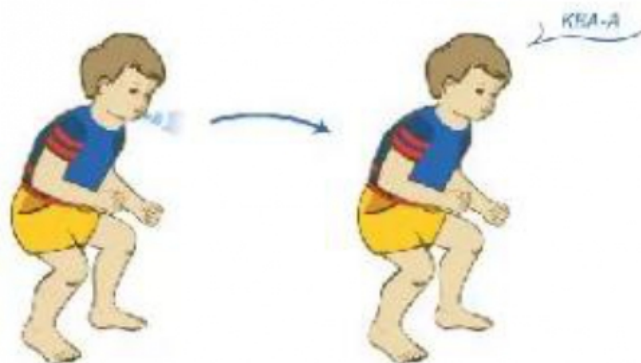
Из такого положения ребенок должен *на выдохе наклоняться поочередно в обе стороны*, произнося «ту-у-ух».

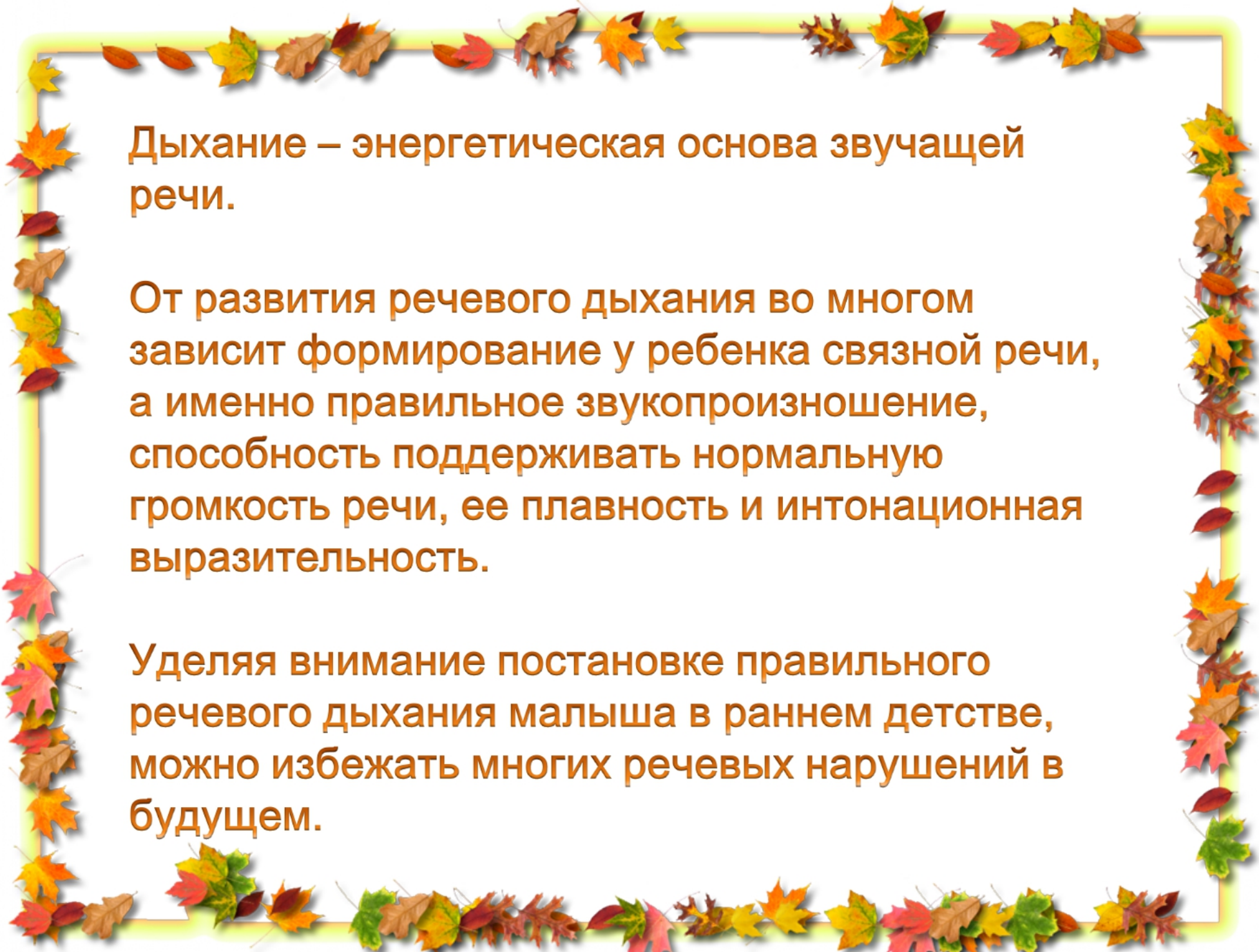
На вдохе принимаем исходное положение.



«Лягушонок»

Слегка присев и сделав при этом *вдох*, нужно прыгнуть вперед, будто бы на другую болотную кочку. Приземлившись, *на выдохе* ребенок должен громко и сильно квакнуть.



A decorative border of autumn leaves in various colors (yellow, orange, red, brown) is arranged around the perimeter of the page, framing the text.

Дыхание – энергетическая основа звучащей речи.

От развития речевого дыхания во многом зависит формирование у ребенка связной речи, а именно правильное звукопроизношение, способность поддерживать нормальную громкость речи, ее плавность и интонационная выразительность.

Уделяя внимание постановке правильного речевого дыхания малыша в раннем детстве, можно избежать многих речевых нарушений в будущем.