

# Консультация для родителей

## ДЫХАТЕЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

Подготовила учитель-логопед МАДОУ №38  
Маркова Екатерина Владимировна

### «Буря в стакане»

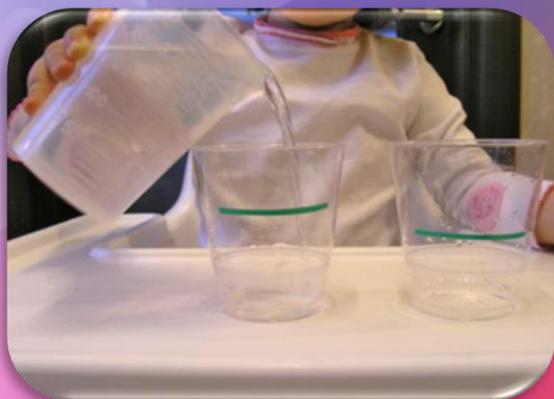
При выполнении этого упражнения левой рукой также осуществляется контроль правильного дыхания. Вдох делается через нос и слегка приоткрытые в улыбке губы. Выдох совершается через трубочку для коктейля, конец которой опущен в наполовину заполненный водой стакан. Необходимо следить, чтобы губы были при этом неподвижны, а щеки не надуты.

Аналогично предыдущим упражнениям можно дуть на кусочек ваты, полоску бумаги, вертушку, перо, выпускать мыльные пузыри и т.п.



### «Буль-бульки»

Возьмите два пластмассовых прозрачных стаканчика. В один налейте много воды, почти до краев, а в другой налейте чуть-чуть. Предложите ребенку поиграть в "буль-бульки" с помощью трубочек для коктейля. Для этого в стаканчик, где много воды нужно дуть через трубочку слабо, а в стаканчик, где мало воды - можно дуть сильно. Задача ребенка так играть в "Буль-бульки", чтобы не пролить воду. Обязательно обратите внимание ребенка на слова: слабо, сильно, много, мало.



### «Футбол»

Соорудите из конструктора или другого материала ворота, возьмите шарик от пинг-понга или любой другой легкий шарик. И поиграйте с ребенком в футбол. Ребенок должен дуть на шарик, стараясь загнать его в ворота. Можно взять два шарика и поиграть в игру "Кто быстрее".



### «Сова летит»

Вдох - поднять руки до горизонтального уровня.  
Выдох с произношением «шшш» - опустить руки.



### «Пчелка»

Вдох - поднять согнутые руки на уровень плеч.  
Выдох с произношением «ззз» - опускать локти вниз.



### Игра на дудочках, свистульках

Вдох через нос, не отрывая дудочку ото рта. На выдохе - извлечение звука.

Обязательно обратите внимание ребенка на слова: *слабо, сильно, тихо, громко.*

### «Волшебные пузырьки»

Предложите ребенку поиграть с мыльными пузырями. Он может сам выдувать мыльные пузыри, если же у него не получается дуть или он не хочет заниматься, то выдувайте пузыри Вы, направляя их в ребенка. Это стимулирует ребенка дуть на пузыри, чтобы они не попали в него.

Техника выполнения упражнения:

- 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.



### «Свеча»

Исходное положение – сидя за столом. Представьте, что перед вами стоит большая свеча. Сделайте глубокий вдох и постарайтесь одним выдохом задуть свечу. А теперь представьте перед собой 5 маленьких свечек. Сделайте глубокий вдох и задуйте эти свечи маленькими порциями выдоха.

