

## Речевое дыхание

Приступая к развитию у ребенка речевого дыхания, необходимо прежде всего сформировать сильный плавный ротовой выдох.

### Параметры плавного ротового выдоха:

- выдоху предшествует сильный вдох через нос - "набираем полную грудь воздуха";
- выдох происходит плавно, а не толчками;
- во время выдоха губы складываются трубочкой, не следует сжимать губы, надувать щеки;
- во время выдоха воздух выходит через рот, нельзя допускать выхода воздуха через нос (если ребенок выдыхает через нос, можно зажать ему ноздри, чтобы он ощутил, как должен выходить воздух);
- выдыхать следует, пока не закончится воздух.

При проведении игр, направленных на развитие у ребенка дыхания, необходимо иметь в виду, что дыхательные упражнения быстро утомляют ребенка, даже могут вызвать головокружение.

Поэтому такие игры необходимо ограничивать по времени (можно использовать песочные часы) и обязательно чередовать с другими упражнениями.

## Игры и упражнения для развития плавного ротового выдоха

1. **Лети, бабочка!** Дуть на одном выдохе, не добирая воздух, не надувая щеки, а губы слегка выдвигая вперед.
2. Покажите ребенку, как дышит собачка, когда ей жарко: высунув язычок, шумно, быстро.
3. Научите малыша дуть на горячее, свечку, а также греть ручки: пусть вдыхает носом, а выдыхает ртом, согревая поднесенные к губам руки.
4. Научите ребенка нюхать цветочки (нужно сделать вдох носом, а потом выдохнуть со звуком "а-а").



5. **Дуть в трубочку** (соломинку или макаронину). Опустив ее в воду, можно сделать "настоящую бурю".

Артикуляционный аппарат ребенка ещё несовершенен, развивается постепенно, в процессе речевой деятельности.

Но этот процесс можно немного активизировать с помощью артикуляционной гимнастики.

Муниципальное учреждение культуры  
муниципального образования  
"Город Архангельск"  
"Централизованная библиотечная система"

# Зарядка для язычка



Зачем тренировать  
язык?

Архангельск, 2014

Гимнастика для рук, ног - дело нам привычное и знакомое. Понятно ведь, для чего мы тренируем мышцы: чтобы они стали ловкими, сильными, подвижными.

### А вот зачем язык тренировать?

Оказывается, язык - главная мышца органов речи. И для него, как и для всякой мышцы, гимнастика просто необходима.

До 3-4 лет в речи ребенка можно считать допустимыми (физиологическими) следующие неправильности, искажения в произнесении звуков:

- **смягченность** (ребенок говорит "масинька" вместо "машинка", "носька" вместо ножка и т.д.).
- **Отсутствие и замена шипящих звуков "ш", "щ", "ч", "ж"** ("косетька" вместо "кошечка", "лосядка" вместо "лошадка" и т.д.).
- **Отсутствие звука "р", его замена на звуки "л", "ль", "в", "й"** ("каова" вместо "корова", "от" вместо "рот", "лак" вместо "рак", "лямаска" вместо "ромашка", "йыба" вместо "рыба").
- **Замена звуков "к" и "г" на звуки "т" и "д"** ("тапля" вместо "капля", "дусь" вместо "гусь").
- **Замена звонких звуков глухими** ("сайка" вместо "зайка" и т.п.).
- **Смягчение произнесения звука "л", его замена на "й"** ("кайбаска" вместо "колбаска", "стуй" вместо "стул" и т.п.).

- Пропуск трудных звуков при сочетании согласных ("мачик" вместо "мальчик" и т.п.).
- Сокращение длинных незнакомых слов ("ампитура" вместо "температура" и т.п.).
- Перестановка звуков или целых слогов ("пыселос" вместо "пылесос" и т.п.).

### Артикуляционная гимнастика

**Цель** - выработка полноценных движений и определенных положений органов артикуляционного аппарата, необходимых для правильного произношения звуков.

#### Для развития подвижности губ и щек

- **«Непослушные губки».** Покусывание сначала верхней, потом нижней губы зубами.
- **«Улыбка-трубочка».** Вытянуть вперед губы трубочкой, затем растянуть губы в улыбку.
- **«Паровозик».** Погудите: "у-у-у", губы трубочкой.
- **«Недовольная лошадка».** Поток выдыхаемого воздуха легко и активно посылать к губам, пока они не станут вибрировать (фырканье лошади).
- **«Губки спрятались».** Губы втягиваются внутрь рта, плотно прижимаясь к зубам.
- **«Щечки замерзли».** Похлопывание и растирание щек.
- **«Хомячок» или «Толстушка».** Надуть обе щеки, потом надувать щеки поочередно.



### Для мышц языка

- **Облизать тарелочку,** как это делает киска.
- **Перекатывать орешки:** с закрытым ртом кончик языка поочередно с напряжением упирается в щеки, на щеках образуются твердые шарики - "орешки".
- **Поиграть в лошадку:** поцокать языком, потом пофыркать (можете при этом играть с игрушечной лошадкой).
- **«Часики».** Покажите ребенку часы с маятником, пусть малыш изобразит, как он работает, точно так же подвигайте языком: вправо-влево, в уголки рта.
- **«Накажем непослушный язычок».** Губы в улыбке, легко покусывая, помассировать зубами всю поверхность языка, медленно высовывая и втягивая его в рот.
- **«Трубочка».** Высунуть язык и сделать трубочку.
- Тянуться языком к носу и к подбородку.

