



**Дыхательная гимнастика** - это упражнения, которые способствуют координации дыхания и артикуляции, благотворно влияют на развитие звукопроизводительных возможностей ребенка.

Основные правила выполнения дыхательных упражнений:

- Проводятся в хорошо проветренном помещении, до еды.
- Заниматься следует в свободной, не стесняющей движения одежде.
- Воздух необходимо набирать через нос, плечи не поднимать.
- Выдох должен быть длительным, плавным, достаточно сильным.
- Следить, чтобы не надувались щёки (на начальном этапе можно прижимать их ладошками).
- После каждого упражнения давайте ребёнку отдохнуть.
- Следить за тем, чтобы во время выполнения упражнений не напрягались мышцы рук, шеи, груди.
- Нельзя много раз повторять упражнения, это может привести к головокружению!

## ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ



**Артикуляционная гимнастика** — упражнения для тренировки органов артикуляции, необходимые для правильного звукопроизношения.

**Артикуляционная гимнастика** — это комплекс упражнений, одни из которых помогают улучшить подвижность органов артикуляции, другие помогают увеличить объём и силу движений, третьи вырабатывают точность позы губ, языка, необходимую для произнесения того или иного звука.

Основные правила выполнения артикуляционной гимнастики:

- Заниматься следует ежедневно 5 – 10 минут.
- Артикуляционную гимнастику выполнять лучше сидя, у ребёнка должна быть прямая спина, тело не напряжено, руки и ноги находятся в спокойном положении.
- Все упражнения проводятся перед зеркалом.
- Каждое упражнение повторяем не менее 5 раз.
- Необходимо следить, чтобы движения каждого органа артикуляции выполнялись симметрично по отношению к правой и левой стороне лица.
- Все упражнения проводятся в виде игры.
- Не забывайте о создании положительного эмоционального настроения у ребенка.

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №24 комбинированного вида Василеостровского района Санкт-Петербурга

БУКЛЕТ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

## «Весёлая артикуляционно-дыхательная гимнастика»



Составитель буклета:  
**Петрова М.А.,**  
учитель-логопед ГБДОУ №24

## Игровые упражнения для развития физиологического и речевого дыхания:



### «Кораблики»

Ребёнку предлагается широкая ёмкость с водой, а в ней—бумажные «кораблики», которыми могут быть просто кусочки бумаги. Ребёнок, медленно вдыхая, направляет воздушную струю на «кораблик», подгоняя его к другому «берегу».



### «Сдуй листочек с ладошки»

Ребёнку предлагается улыбнуться, положить широкий кончик языка на нижнюю губу; сделать вдох и, как бы произнося долгий звук [Ф], сдуть бумажный листочек или «снежинку» (ватный комочек) с ладони.



### «Шторм в стакане»

Ребёнку предлагается подуть через коктейльную трубочку, конец которой опущен в наполовину заполненный водой стакан. Щеки не надуваются, губы неподвижны. Вода в стакане бурлит.



### «Фокус»

Это упражнение с кусочком ваты подготавливает к произнесению звука [Р]. Ватный комочек кладётся на кончик носа. Ребёнку предлагается вытянуть язык, загнуть его кончик вверх и подуть на ватку, чтобы сдуть её с носа.

## НАША ИГРОТЕКА



### «Ветерок»

Ребёнку предлагается подуть на ладошку, контролируя свой выдох её тыльной стороной. Это упражнение используем при работе над свистящими и шипящими звуками. Ребёнок ладошкой контролирует правильность своего произношения. Если «ветерок» холодный, «зимний», значит звук [С] произносится правильно. При произнесении звука [Ш] «ветерок» тёплый, «летний», ладошки согреваются.

### Артикуляционные сказки по лексическим темам

- вызывают интерес у дошкольников, повышая мотивацию, делают занятия с детьми увлекательными и эмоциональными, позволяют в новой форме закрепить знакомые уже упражнения, способствуют развитию пассивно-активного словаря.

#### Тема: «ЯГОДЫ»

**Я пойду по ягоды в лесок,**

(Покусывание язычка зубками)

**Подарил мне дедушка кузовок.**

(«Чашечка»)

**Я найду поляночку в лесу, («Лопаточка»)**

**Много земляники наберу. («Качели»)**

**А еще малину соберу («Часики»)**

**И в подарок дедушке отнесу.**

(«Чашечка» и покусывание язычка)



## «Чтобы красиво говорить, надо с губками и язычком дружить»



### «Улыбочка» («Лягушка»)

Наши губки тянем к ушкам, Как весёлые лягушки.



### «Блинчик»

Испекла нам бабушка блины, Как они вкусны и горячи. Язычок, как блинчик, положи И его немного остуди.



### «Иголочка» («Ёжик»)

У ежа иголки, Очень они колкие. Язычок в иголочку превращаю, Его тяну вперёд и напрягаю.



### «Часики»

Язычок мой, как часы: Вправо-влево, посмотри. Язычок работать рад, Вправо-влево и опять. Словно стрелка, он скользит: Вправо-влево, не спешит.



### «Грибок»

Шляпка, ножка у гриба, У гриба боровика. Язычок свой поднимаю И в грибочек превращаю.