

## Картотека игр на развитие физиологического и речевого дыхания

**Развитие дыхания** – один из первых и очень важных этапов коррекционного воздействия детей с речевыми нарушениями.

**Цель** дыхательных упражнений – способствовать выработке правильного диафрагмального дыхания, продолжительности выдоха, его силы и постепенности. У большинства детей наблюдается слабое поверхностное дыхание. А для произнесения многих звуков необходимо наличие сильной направленной воздушной струи, поэтому перед педагогом встает задача формирования у детей, сначала физиологического (неречевого), а затем на его основе речевого дыхания.

**Игра «Султанчик»**, взрослый предлагает ребёнку подуть вместе с ним, обращая внимание, как красиво разлетаются полоски.

**Игра «Шарик»** - на формирование произвольного ротового выдоха, подуть на лёгкий шарик для пинг-понга, который находится в тазике с водой.

**Игра «Пёрышко»**, сдувать с ладони взрослого пёрышко, лёгкий ватный шарик.

**Игра «Бабочка, лети»** - на продолжительность ротового выдоха, дуть на бумажную бабочку, закреплённую по центру ниткой. Взрослый «сажает» бабочку на руку ребёнку, побуждая его подуть.

Бабочка летала,  
Над Машенькой порхала,  
Маша не боится,  
Бабочка садится.

**Игра «Загони мяч в ворота»**, на небольшой «мячик» (из фольги, ваты) ребёнок и взрослый попеременно дуют, перекачивая по столу.

**Игра «Угадай по запаху»** - на формирование носового вдоха.

**Игра «Пузырьки»** - формирование предпосылок комбинированного типа дыхания (*вдох носом, выдох ртом*). Используется стакан, до половины наполненный водой и соломинка для коктейля. Ребёнок учится контролировать силу выдоха.

**Игра «Капелька»** - активизировать целенаправленный ротовой выдох. Взрослый капает краской на лист бумаги и предлагает ребёнку подуть на неё через соломинку, капелька «бежит» и оставляет след на бумаге.

**Игра «Мой сад»** - контролировать силу воздушной струи. В плотный картон ввинчиваются пружинки с цветочками. От воздушной струи пружинки качаются.

**Игра «Катись, карандаш»** - развитие длительного плавного выдоха, активизация губных мышц. Дуть на карандаш, находящийся на столе.

**Игра «Срываем яблоки»**, дети тянутся на носочках вверх – вдох через нос, «кладем яблоки в корзину» - выдох через рот.

**Игра «Задуй свечу»**, взрослый по очереди подносит детям зажжённую свечу. По сигналу «тихий ветерок» дети медленно выдыхают так, чтобы пламя свечи отклонялось, но не гасло. По сигналу «сильный ветер» дети стараются на одном выдохе задуть свечу. Вместо настоящей свечи можно предложить макет свечи с «огоньком» из тонкой красной бумаги.

**Игра «Пилка дров»**, дети становятся друг против друга парами, берутся за руки и имитируют пилку дров: руки на себя – вдох, руки от себя – выдох.

**Игра «Погреться на морозе»**, дети вдыхают через нос и дуют на «озябшие» руки, плавно выдыхая через рот, как бы согревая руки.

**Игра «Надуй игрушку»**, детям предлагается надуть резиновые надувные игрушки, воздушные шары, набирая воздух через рот и медленно выдыхая его через рот в отверстие игрушки.

**Игра «Листья шелестят»**, предлагаются полоски тонкой зеленой бумаги, вырезанные в виде листиков и прикрепленные к «ветке». По сигналу «подул ветерок» дети плавно дуют на листики так, чтобы они отклонились и шелестели.

**Игра «Покачай карандаш»**, детям предлагается вдохнуть через нос и, выдыхая через рот, прокатить по столу круглый карандаш.

**Игра «Бабочки»**, перед детьми раскладывают «зеленые полянки» с разноцветными бабочками, вырезанными из тонкой бумаги. Бабочки прикреплены тонкими нитками к «полянке». Взрослый предупреждает, что дуть на бабочку можно только при одном выдохе. По сигналу «красная бабочка полетела» дети дуют на бабочек красного цвета и т. д.

**Игра «Чайник закипел»**, у каждого ребенка пузырек с узким горлышком диаметром 1 – 1,5 см. По сигналу «у Саши чайник закипел» один из детей (*Саша*) дует в отверстие пузырька, чтобы получился свист. Для этого нужно, чтобы нижняя губа касалась края горлышка, а струя воздуха была сильной.

**Игра «Снежинки летят»**, на ниточки прикрепляются легкие кусочки ваты или вырезанные из тонкой бумаги снежинки. Детям предлагается длительно подуть на них по сигналу «снежинки летят».

### **Игра «Поиграем животиками»**

Вариант 1. В положении лежа на спине, дети кладут руки на живот, глубоко вдыхают – при этом животик поднимается. Чтобы упражнение стало еще интереснее, можно положить на живот какую-либо небольшую игрушку. Когда ребенок вдохнет, игрушка вместе с животом поднимется вверх, а на выдохе, наоборот, опустится вниз – как будто она качается на качелях.

Вариант 2. В положении стоя дети выполняют глубокий вдох, не поднимая плеч, а затем выдох, контролируя движения живота руками.

**Игра «Попутный ветер»**, взрослый предлагает детям посоревноваться – чей бумажный кораблик «доплывет» до противоположного края стола. Взрослый демонстрирует детям различные приемы дутья. Можно дуть, не торопясь, сложив губы, как для произнесения звука «Ф», - тогда кораблик поплывет плавно спокойно. А можно изобразить резкий порыв ветра. Для этого губы следует сложить, как для произнесения звука «П», и подуть быстро и сильно – бумажный кораблик стремительно продвинется вперед или потерпит крушение в «бурном» море.

**Игра «Фокус»**, улыбнуться, положить широкий язык на нижнюю губу, сдуть ватку с ладони (*или с кончика носа*)

### **Игра «Веточка»**

**Инструкция:** «Станьте прямо (*или сядьте*) прямо, опустите руки вдоль тела. Медленно поднимайте руки вверх, делая при этом глубокий вдох через нос. Потянитесь вверх к солнцу – задержите дыхание. Сделайте медленный выдох, наклоняясь вправо и держа прямые руки над головой. Снова задержите дыхание. Медленный вдох через нос и выпрямитесь. Снова задержите дыхание. Наклоняясь влево, медленно выдохните через рот. Снова задержите дыхание».

### **Игра «Сова»**

**Инструкция:** «Сожмите правой рукой левое плечо. Голову поверните влево и посмотрите назад через плечо. Разведите с силой плечи. Сделайте глубокий вдох через нос, задержите дыхание, медленно с силой выдохните через рот. Посмотрите назад через правое плечо, снова с силой разведите плечи, сделайте вдох, задержите дыхание и выдохните медленно с силой через рот. Опустите руки, уроните голову на грудь. Сделайте вдох и выдох в свободном режиме. Повторите упражнение, держа левой рукой правое плечо».

### **Игра «Фасолевы гонки»**

Коробка из-под конфет оборудована, как дорожки для бегунов – «фасолинок», а начинают они бег при помощи «ветра» из трубочек для коктейлей. Победит тот, кто быстрее догонит своего «бегуна» до финиша.

### **Игра «Дровосек»**

**Исходная позиция:** ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища.

Поднять сцепленные руки вверх – вдох,

Опустить вниз – медленный выдох с произнесением «уфффф», «ухххх».

**Игра «Лопнула шина»**, ребенок изображает разведенными в стороны руками «шину». Делается легкий вдох, а затем медленный выдох с произнесением звука «Ш-Ш-Ш». Руки в процессе выдоха скрещиваются так, что левая рука лежит на правом плече, а правая рука – на левом плече. При этом слегка сжимается грудная клетка.

**Игра «Накачиваем шину»**, нужно накачать лопнувшую шину. Сжав руки в кулаки, ребенок поднимает их перед собой, как бы держа воображаемый насос. Медленно наклоняясь вперед, ребенок на выдохе произносит «С-С-С».

**Игра «Игра в зверей»**, если вы занимаетесь с одним ребенком, то игра будет заключаться в звукоподражании ребенка называемому вами дикому или домашнему животному (*мяуканье кошки, рев медведя*). Если детей много, стоит заранее распределить роли. Взрослый называет животного - ребенок откликается звукоподражанием.

**Игра «Ворона»**, из положения стоя с поднятыми руками (*вдох*) ребенок медленно приседает, опуская руки вниз (*выдох*). На выдохе произносится «к-а-а-р». Вдох делается непроизвольно при возвращении в исходное положение.

**Игра «Звуковая ниточка»**, дети соединяют пальцы рук, собранные в щепоть, перед грудью (как будто держат за концы короткую ниточку, а затем начинают разводить руки в стороны, одновременно пропевая какой-либо гласный звук (*тянут длинную нить*). Вдох производится до начала движения рук.

**Игра «Намотай клубочек»**, дети вращают одна вокруг другой руки перед грудью и в это время длительно пропевают гласный звук – как будто наматывают на клубок длинную звуковую ниточку. Можно посоревноваться, чья ниточка окажется длиннее.

**Игра «Назови по порядку»**, детям предлагается сосчитать свои пальчики, игрушки (один, два, перечислить по порядку времена года, дни недели на одном выдохе.

**Игра «Выставка»**, взрослый показывает ребенку какую-либо игрушку или картинку и спрашивает: «Что это?». Ребенок отвечает на одном выдохе: «Это собака» и т. д.

**Игра «Петушок»**, встать прямо, ноги слегка расставить, руки опустить. Поднять руки в стороны (*вдох*, затем хлопнуть ими по бедрам со словом «ку-ка-ре-ку» (*выдох*).

**Игра «Паровозик»**, ходить по группе, делая попеременные движения руками и приговаривая «чух-чух-чух».

**Игра «Часики»**, встать прямо, ноги слегка расставить, руки опустить. Размахивая руками вперед и назад произносить «тик – так».

**Игра «Звуковые дорожки»**, детям предлагается найти глазами нижнюю (*или верхнюю*) точку на рисунке, мысленно (*в воздухе*) поставить на неё указательный палец и произнести, не прерываясь, определенный звук на одном дыхании, сопровождая это движением указательного пальца в воздухе в умеренном темпе по «звуковой дорожке» до верхней (*или нижней*) точки.

**Жил-был смелый мальчик**. Однажды у него заболело горло. Повела мама мальчика к врачу. Доктор попросил мальчика открыть рот и сказать: а-а-а... Мальчик не испугался, открыл хорошо рот и сказал: а-а-а...

**Подарили** Славе самокат. Он часто катался на самокате во дворе с друзьями. Но однажды колесо самоката начало сдуваться: с-с-с. Достал Слава насос, начал накачивать колесо: с-с-с. Починил Слава самокат. Рады его друзья, рад и Слава.

**В одном улье** жили пчелы. Каждое утро они вылетали искать сладкий нектар. И вот однажды одна пчелка нашла такой красивый цветок, что сразу громко позвала подруг-пчелок: з-з-з. Услышала её подруг-пчелка, громко ей ответила: з-з-з – полетела.

**Нашел медведь** на поляне колоду с медом. Сам полакомился и детям в лес понес. Идет, громко песню поет: э-э-э, а эхо из леса ему тихо отвечает: э-э-э.

**Подарили** мальчику Боре барабан, красивый, новый, блестящий. Боря взял в руки барабанные палочки и стал барабанить. То громко: б-б-б, то тихо: б-б-б

**Пошли** дети гулять в лес. Слышат, будто кто-то по дереву стучит: д-д-д. Подняли глаза и увидели: высоко сидит птичка в красной шапочке и клювом дерево долбит: д-д-д. Прислушались дети, посмотрели внимательно и увидели ниже точно такую же красивую птичку. Она тоже стучала клювом по дереву: д-д-д. Эта птичка – дятел. Дятел червячков ищет, деревья лечит.

**Игра «Кто дольше пропойт?»**, взрослый устраивает между детьми соревнование: кто из них дольше пропоет. По его команде дети начинают тянуть какой-нибудь гласный звук. Выигрывает тот, кто протянет этот гласный дольше всех на одном выдохе.

### **Игра «Певец»**

**Инструкция:** «Сделайте глубокий вдох, руки при этом медленно поднимите через стороны вверх. Задержите дыхание. Выдохните с открытым сильным звуком А-А-А-А, медленно при этом опуская руки. Снова задержите дыхание. Сделайте глубокий вдох, поднимая руки до уровня плеч через стороны. Задержите дыхание. Во время выдоха поете О-О-О-О, обнимая себя за плечи и опуская голову на грудь. Задержите дыхание на выдохе. Сделайте глубокий вдох. Руки при этом поднимите до уровня груди и снова задержите дыхание. Медленно выдохните с сильным звуком У-У-У-У, опуская при этом руки вниз, а голову на грудь.

### **Игра «Воздушный шарик»**

**Инструкция:** «Сделайте медленный глубокий вдох через нос, руки через стороны вверх («надуваем шар»). Задержите дыхание. «Сдуйте шарик», выдыхая воздух порциями (ХА-ХА-ХА, руки при этом опустите вниз рывками в такт выдоху. Задержите дыхание. Снова глубокий вдох, поднимите руки через стороны вверх («надуть шар»). Задержите дыхание. Выдохните резко одной порцией, опустив руки через стороны вниз (ХА)

**Игра «Звуки вокруг нас»,** в мире вокруг нас слышатся самые разные звуки.

Как малыш плачет? - а-а-а!

А как вздыхает медвежонок, когда у него зуб болит? - о-о-о!

Самолет в небе гудит. – у-у-у!

А пароход на реке гудит? - ы-ы-ы!»

Взрослый обращает внимание детей на то, что произносить каждый звук следует долго, на одном выдохе.

### **Игра «Змейка»**

«Давайте поиграем в змей! Вылезли змейки из нор и греются на солнышке. Змеи шипят: ш-ш-ш!»  
Напомнить детям, что следует вдохнуть побольше воздуха и шипеть долго. Во время длительного произнесения звука «ш» добирать воздух нельзя.

### **Игра «Веселая песенка»**

«Сегодня к нам в гости пришла кукла Катя. Кукла танцует и поет песенку: «Ля-ля-ля! Ля-ля!».  
Давайте споем вместе с Катей».

Во время пения следить, чтобы дети произносили подряд три слога на одном выдохе. Постепенно можно научиться петь на одном выдохе более длинные песенки – подряд 6-9 слогов.

**Игра «Большой – маленький»,** стоя прямо, на вдохе малыш поднимается на пальцы ног, тянется руками вверх и показывает какой он большой. Зафиксировать это положение на несколько секунд. На выдохе он должен опустить руки вниз, затем присесть, обхватив руками колени и одновременно произнеся «у – х», спрятать голову за коленями – показать, какой он маленький.

**Игра «Гуси летят»,** медленно и плавно ходите по комнате, взмахивая руками, как гуси. Руки-крылья при вдохе поднимать, при выдохе опускать, произнося «г-у-у» (8-10 раз).

### **Игра «Бабочка, лети!»**

Цель. Добиваться длительного, непрерывного ротового выдоха.

Подготовительная работа. Приготовить 5 бумажных ярко окрашенных бабочек. К каждой привязать нитку длиной 50 см и прикрепить их к шнуру на расстоянии 35 см друг от друга. Шнур натянуть между двумя стойками так, чтобы бабочки висели на уровне лица стоящего ребенка.

**Краткое описание:**

Дети сидят на стульях. Взрослый говорит: «Дети, посмотрите, какие красивые бабочки: синие, желтые, красные! Как их много! Они как живые! Посмотрим, могут ли они летать. (Дует на них.) Смотрите, полетели. Попробуйте и вы подуть. У кого дальше полетит?» Взрослый предлагает детям встать по одному возле каждой бабочки. Дети дуют на бабочек.

**Методические указания.** Игру повторяют несколько раз, каждый раз - с новой группой детей. Нужно следить, чтобы дети стояли прямо, при вдохе не поднимали плечи. Дуть следует только на одном выдохе, не добывая воздуха. Щеки не надувать, губы слегка выдвинуть вперед. Каждый ребенок может дуть не более десяти секунд с паузами, в противном случае у него может закружиться голова.

### **Игра «Чья птичка дальше улетит?»**

Цель. Добиваться от каждого ребенка умения делать длительный, непрерывный, направленный выдох. Воспитание длительного направленного ротового выдоха.

Подготовительная работа. Педагог вырезает из тонкой бумаги птичек и ярко раскрашивает.

Краткое описание:

На двух столах ставят птичек (*у самого края стола*) на расстоянии не менее 30 см друг от друга. Вызывают четверых детей, каждый садится напротив птички. По сигналу «птички полетели» дети дуют на фигурки, остальные следят, чья птичка дальше улетит.

Методические указания. Следить, чтобы дети не надували щеки, когда будут дуть на бумажных птичек. Продвигать фигурку можно лишь на одном выдохе. Сначала это показывает воспитатель, предупредив, что дуть на птичку несколько раз подряд нельзя.

### **Игра «Пускание корабликов»**

Цель. Добиваться от каждого ребенка умения длительно произносить звук ф на одном выдохе или многократно произносить звук п (*п-п-п*) на одном выдохе. Воспитание умения сочетать произнесение звука с началом выдоха.

Подготовительная работа. Взрослый готовит таз с водой и бумажные кораблики.

Краткое описание:

Дети сидят большим полукругом. В центре на маленьком столе стоит таз с водой. Вызванные дети, сидя на стульчиках, дуют на кораблики, произнося звук ф или п.

Педагог предлагает детям покататься на кораблике из одного города в другой, обозначив города значками на краях таза. Чтобы кораблик двигался, нужно дуть на него не торопясь, сложив губы, как для произнесения звука ф. Можно дуть, просто вытягивая губы трубочкой, но, не надувая щек. Кораблик при этом двигается плавно. Но вот налетает порывистый ветер. «П-п-п.» - дует ребенок. (*При повторении игры нужно пригнать кораблик к определенному месту.*)

Методические указания. Следить, чтобы при произнесении звука ф дети не надували щеки; чтобы дети произносили звук п на одном выдохе 2-3 раза и не надували при этом щеки.

**Игра «Цветочный магазин»**, мы в цветочном магазине. Воздух напоен разными ароматами. Запах какого-то цветка преобладает. Ищите запах, назовите этот цветок. Медленно, спокойно глубоко вдохнули. Как бесшумно через расширенные ноздри вливается воздух! Грудная клетка – расширена (*не поднята*). Плечи - «висят». Вдох. Задержка (*ищем, нашли запах*). Выдох.

**Игра «Дровосек»**, дети стоят. Ноги на ширине плеч, руки опущены и пальцы рук сцеплены «замком». Быстро поднять руки - вдох, наклониться вперед, медленно опуская «тяжелый топор», произнести - ух! - на длительном выдохе.

### **Игра «Бульбульки».**

Возьмите два пластмассовых прозрачных стаканчика. В один налейте много воды, почти до краев, а в другой налейте чуть-чуть. Предложите ребенку поиграть в «бульбульки» 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 «бульбульки», чтобы не пролить воду.

Обязательно обратите внимание ребенка на слова: слабо, сильно, много, мало. Эту игру можно также использовать для закрепления знания цветов. Для этого возьмите разноцветные стаканчики и трубочки и предложите ребенку подуть в зеленый стаканчик через зеленую трубочку и т. д.