

Произнести на одном выдохе
длительно:

Аи
Ои
Уи
Ии



Произнести
на одном выдохе
сочетания из двух
гласных звуков:

Ау, уА, АО, ОА,
Аи, УИ, ИУ

Произнести на одном выдохе
сочетания из трёх гласных

звуков:

**АНИ, АИУ,
УАИ, УИА, АОИ,
АИО, ОАИ, ОИА**

Произнести на одном выдохе
одинаковые слоги:

1. МА-МА

БА-БА

2. МА-МА-МА

3. МА-МА

↔ МА-МА-МА

Произнести
на одном выдохе слоги
с разными гласными:

1. **МА – МО – МИ**
ПУ – ПА – ПО

2. **МО – МИ – МА – МУ**
ПА – ПО – ПУ – ПИ

Произнести на одном выдохе
одинаковые слоги с ударением:

МА́ – МА – МА

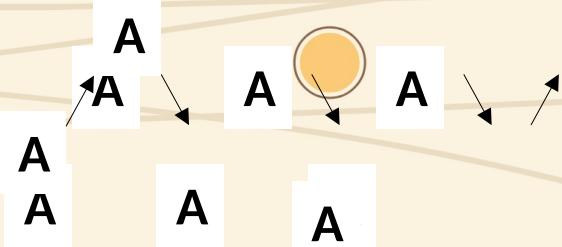
МА – МА́ – МА

МА – МА – МА́



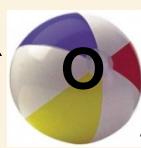
«Покачать» звук

А/, У/, И/ О/



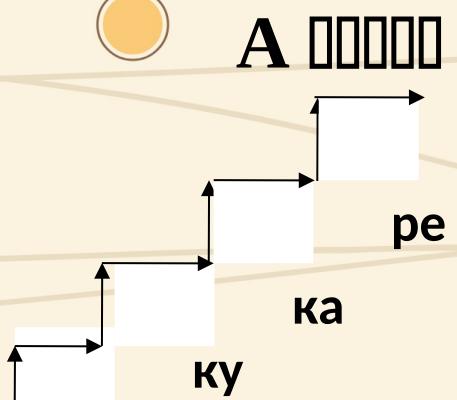
Поиграть звуком, как в мяч:

А ə о ə у ə и



Произнести на звуки слога

сначала **высоко (↑)**,
затем **низко (↓)** и наоборот:



Произнести на одном выдохе:

Мама мыла Милу.

У мамы лимон.

На мели налим.



Понижение и повышение голоса.

Сначала звучит низкий тон:
вввуулл вввуулл вввуулл,
для контроля одну руку держат на грудине и
ощущают вибрацию ладонью,
пальцами другой —
интенсивность ротового выдоха.

Затем надо перенести звучание «наверх»:

вввилл вввилл вввилл,

наконец, следует
объединить оба звучания в среднее:

вввэлл вввэлл вввэлл

вввалл вввалл вввалл.

Произнести звук
то громко (□), то тихо (△):

A□ A△ — A — A — A — A

O□ A△

I□ A△

«Погреем ладошки»

Руки сомкнуты в локтях,
ладони впереди
на расстоянии 15-20 см от рта,
дуть тёплым воздухом на ладони.



«Прокатай карандаш»

Сделать вдох через нос и,
выдыхая через рот,
прокатить по столу
карандаш.



Следить за тем, чтобы ребёнок не
поднимал плечи, излишне не напрягал
мышцы дыхательного аппарата.

«Снежинки летят»

На ниточке прикрепляются лёгкие кусочки ваты или вырезанные из тонкой бумаги снежинки. Ребёнку предлагается длительно подуть на них по сигналу «Снежинки летят».

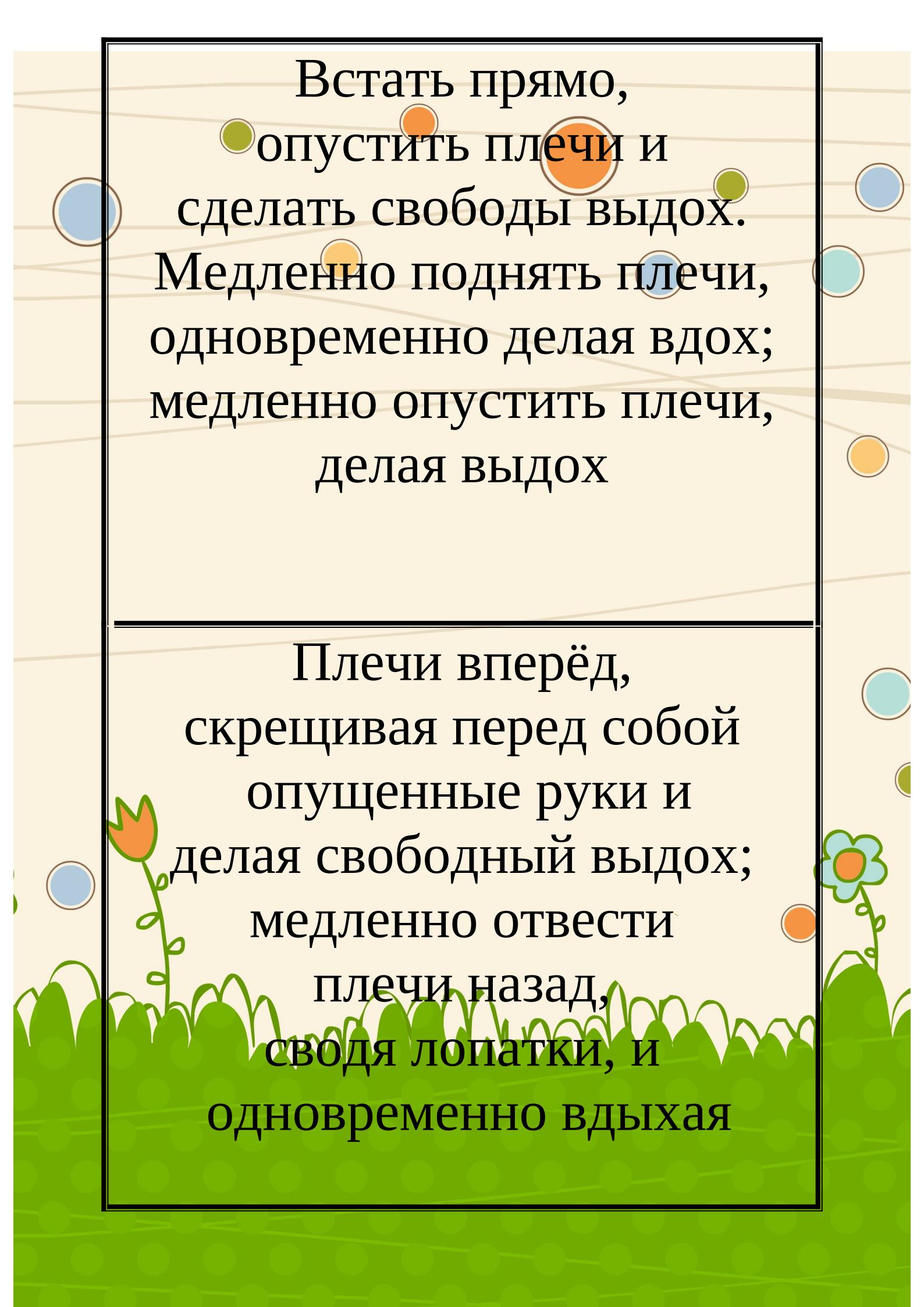


«Заморозим подбородок»

Втянуть нижнюю губу под верхнюю и длительно подуть холодным воздухом вниз по подбородку, выполняя молча и на одном выдохе.

Встать прямо,
• опустить плечи и
сделать свободы выдох.
Медленно поднять плечи,
одновременно делая вдох;
медленно опустить плечи,
делая выдох

Плечи вперёд,
скрещивая перед собой
опущенные руки и
делая свободный выдох;
медленно отвести
плечи назад,
сводя лопатки, и
одновременно вдыхая



«Дровосек»

Руки поднять вверх и
сомкнуть в замок –
сделать вдох,
во время выдоха
выполнить наклон вперёд

Руки на поясе,
сделать наклон
вперёд – вдох,
во время выдоха
медленно выпрямляться,
произнося длительно:
«П-П-П»

«Чайник закипел»

Взять пузырёк с узким горлышком диаметром 1 – 1,5 см.

По сигналу «У ... (имя ребёнка) чайник закипел» ребёнок дует в отверстие пузырька, чтобы получился свист.

Для этого нужно, чтобы нижняя губа касалась края горлышка, а струя воздуха была сильной



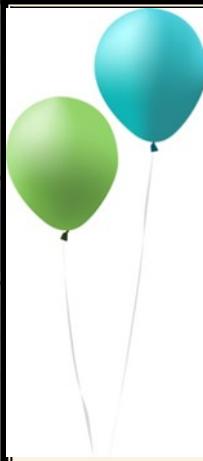
«Футбол»

Из кусочка ватки сделать шарик, а из трёх карандашей выложить «ворота».

Ребёнок дует на ватный шарик так, чтобы тот закатился в «ворота»



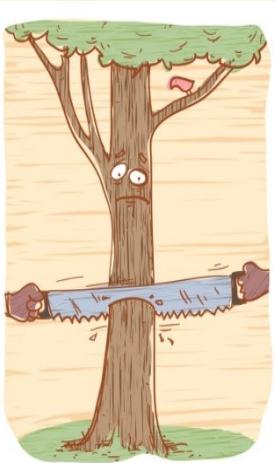
«Надуть игрушку»



Ребёнку предлагается надуть резиновую игрушку, воздушный шарик, набирая воздух через нос и медленно выдыхая его через рот в отверстие игрушки.

Следить за тем,
чтобы выдох был плавным,
постепенным, длительным

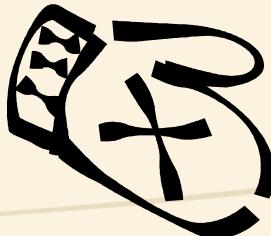
«Пилка дров»



Ребёнок и взрослый становятся друг против друга, берутся за руки и имитируют пилку дров: руки на себя – вдох, руки от себя – выдох.

«Заморозим ладошку»

Растянуть сомкнутые губы,
тыльную сторону ладони
подставить под подбородок,
длительно дуть
на одном выдохе по подбородку
на тыльную сторону ладони.



Выработка диафрагмального дыхания

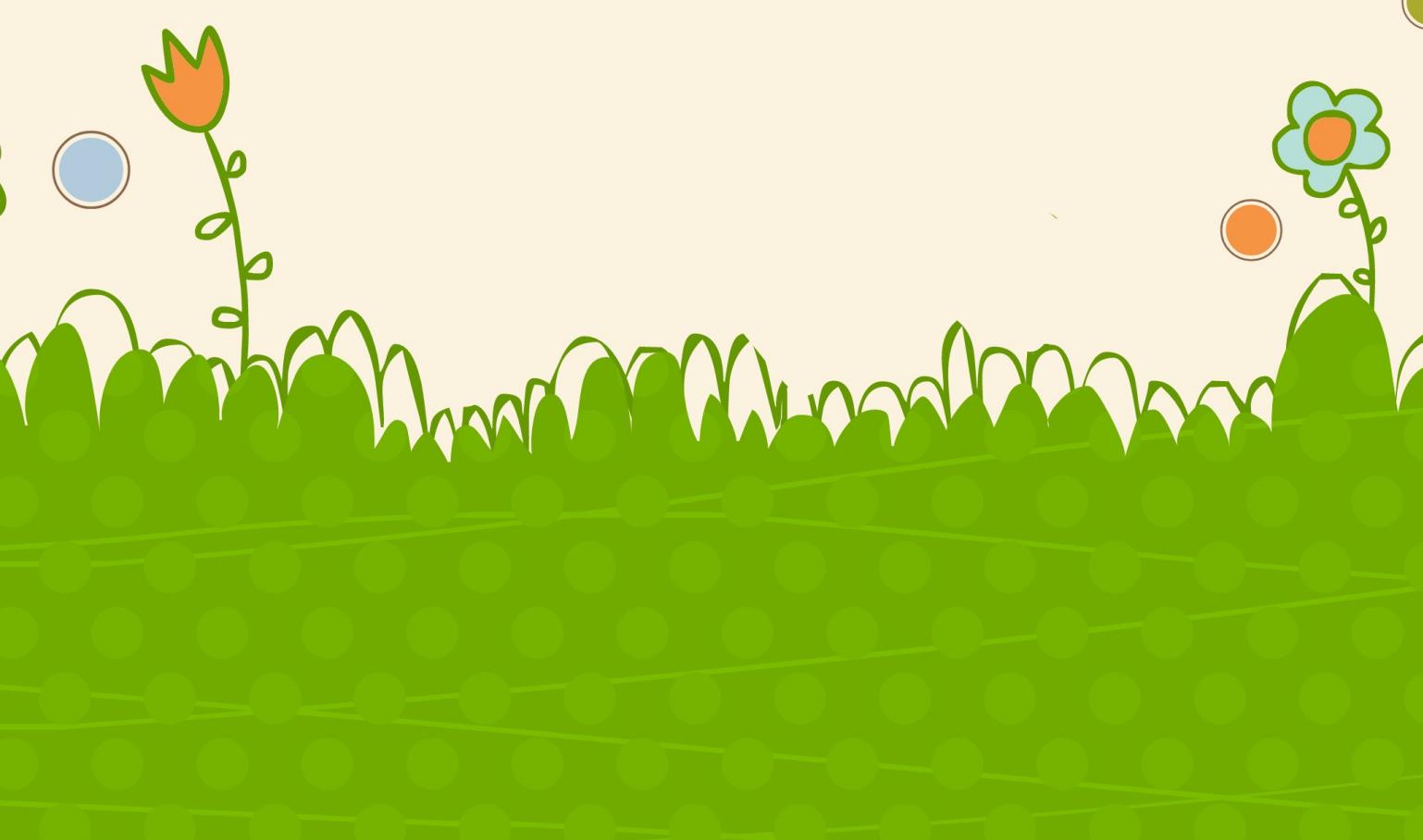
1. Сделать вдох через одну половинку носа, а выдох через другую.
2. Сделать вдох через одну половинку носа, а выдох через неё же.
3. Сделать вдох через одну половинку носа, а выдох через рот – трубочку.
4. Сделать вдох через нос, а выдох через рот – трубочку.
5. Сделать вдох через нос, а выдох через рот – трубочку порциями.

Выработка диафрагмального дыхания

Положить руки на область диафрагмы.
Сделать вдох носом
(брюшная **стенка** при этом выпячивается
вперёд),
затем выдохнуть через рот
(область диафрагмы при этом втягивается).

Примечание.

Упражнение можно выполнять
лёжа, сидя, стоя перед зеркалом.



КАРТОТЕКА

ДЫХАТЕЛЬНЫХ

УПРАЖНЕНИЙ