**Картотека игр на развитие речевого дыхания**

**Игры на развитие диафрагмального дыхания.**

**Дышим попеременно**

И.п.: стоя (сидя на стуле). 1 — вдох и выдох через нос; 2 — вдох через нос, выдох через рот; 3 — вдох через рот, выдох через нос; 4 — вдох и выдох через левую половину носа, затем через правую (попеременно); 5 вдох через одну половину носа, выдох через другую (попеременно); 6 — вдох через нос, удлиненный выдох через нос с усилением в конце; 7 — вдох через нос, выдох через неплотно сжатые губы; 8 — вдох через нос, выдох через нос толчками (диафрагмальный).

**Послушаем свое дыхание**

И.п.: стоя (сидя, лежа). Мышцы туловища расслаблены. В полной тишине дети прислушиваются к собственному дыханию и определяют:

— куда попадает воздушная струя воздуха и откуда выходит;

— какая часть тела приходит в движение при вдохе и выдохе;

— какое дыхание: поверхностное или глубокое;

— какова частота дыхания: часто происходит вдох-выдох или спокойно, с определенным интервалом (паузой);

— дыхание тихое, неслышное или шумное.

**Дышим тихо, спокойно и плавно**

И.п.: стоя (сидя, лежа). Если сидя, спина ровная, глаза закрыты. 1 — медленный вдох через нос. Когда грудная клетка начнет расширяться, прекратить вдох и сделать паузу, кто сколько сможет; 2 — плавный выдох через нос. Повторить 5—10 раз. Упражнение выполнять бесшумно, плавно, так, чтобы подставленная ладонь не ощущала струю воздуха.

**Подыши одной ноздрей**

И.п.: сидя (стоя, туловище выпрямлено, но не напряжено). 1 — правую ноздрю закрыть указательным пальцем правой руки; 2 — левой ноздрей сделать тихий продолжительный вдох; 3 — как только вдох окончен, открыть правую ноздрю, а левую закрыть указательным пальцем левой руки — через правую ноздрю делать тихий продолжительный выдох с максимальным освобождением легких и подтягиванием диафрагмы максимально вверх, чтобы в животе образовалась «ямка». Повторить 3—4 раза.

**Воздушный шар**

И.п.: лежа на спине, ноги свободно вытянуты, туловище расслаблено, глаза закрыты. 1 — ладони лежат на животе; 2 — медленный плавный вдох, без каких-либо усилий живот медленно поднимается вверх и раздувается, как воздушный шар; 3 — медленный плавный выдох, живот медленно втягивается к спине. Повторить 4—10 раз.

Вот мы шарик надуваем,

А рукою проверяем:

Шарик лопнул – выдыхаем,

Наши мышцы расслабляем.

**Воздушный шар поднимается вверх**

И.п.: лежа (сидя, стоя). 1 — одну руку положить между ключицами и сконцентрировать внимание на них и плечах; 2 — выполнить вдох и выдох со спокойным и плавным поднятием и опусканием ключиц и плечей. Повторить 4—8 раз.

**Ветер**

И.п.: лежа (сидя, стоя). Туловище расслаблено. 1 — сделать полный вдох, выпячивая живот и ребра грудной клетки; 2 — задержать дыхание на 3—4 с; 3 — сквозь сжатые губы с силой выпустить воздух несколькими отрывистыми выдохами. Повторить 3—4 раза.

**Маятник**

И. п.: сесть по-турецки, руки на затылке. 1 – спокойно вдохнуть – пауза 3 сек. 2 – наклониться вперед – выдох, возвратиться в исходное положение.

**Охота**

Дети закрывают глаза. Перед ними выкладывается апельсин (яблоко, лимон, варенье, духи). Необходимо глубоко, с закрытыми глазами, вдохнуть и по запаху определить, что за предмет перед ними.

**Ёжик по лесу идет**

И. п.: стоя, руки на поясе, ноги на ширине плеч. 1 – вдох с одновременным поворотом головы вправо и отведением правой руки в сторону. 2 – и.п. затем повторяется с поворотом влево.

**Душистая роза**

И. п.: стоя, внимание сосредоточено на ребрах. Положить ладони на ребра по обе стороны грудной клетки. Представить, что вы нюхаете душистую розу. Медленно вдохните через нос – заметим, как ребра грудной клетки раздвинулись. Вы это почувствовали ладонями, а теперь выдохните ребра опустились и ладони тоже. Живот и плечи при этом остаются неподвижными. Помните, что все внимание – только на ребрах, так как вы хотите натренировать межреберные мышцы. Вдохи должны быть неглубокими, но полными. Повторите 3-4 раза.

**Выдох – вдох**

И. п.: стоя или сидя на стуле. После энергичного выдоха на «п-ффф…» поднять руки, завести их за голову и отклониться назад, делая вдох, затем, делая наклон вперед, достать пол и считать до 15 – это вдох.

**Поющие звуки**

Таблица: и, э, а, о, у, ы, е, я, ё, ю. Повторять эту таблицу несколько раз, каждый раз на одном выдохе, сначала перед зеркалом и беззвучно, потом шепотом, затем без зеркала вслух, но на силу голоса не нажимать.

**Птица**

И. п.: стоя, ноги вместе, руки вдоль туловища. На счет раз поднять руки через стороны вверх – вдох, задержать дыхание на один счет, после этого медленно опустить руки через стороны – выдох на протяжном звуке «п-ф-ф-ф». Повторение 2 раза.

**Весёлые шаги**

Ходьба по комнате или на свежем воздухе. Делаем на один шаг вдох, задержка на один счет, на 4 шага выдох. Через каждые 2-3 дня увеличивайте продолжительность выдоха на 1 счет.

**Обнимашки**

И. п.: стоя, руки перед собой. 1 – руки в стороны, вдох; 2 – ребенок обхватывает свои плечи руками, выдох.

**Хомячок**

Предлагается изобразить хомячка: надуть щеки и пройтись так 10 шагов. После этого, повернуться и хлопнуть себя по щекам, таким образом выпустив воздух. Затем пройти еще несколько шагов, дыша носом, как бы вынюхивая новую еду для наполнения щечек. Повторить несколько раз.

**Пружинка**

И. п.: лежа на спине, ноги прямые, руки вдоль туловища. Поднять ноги и согнуть их в коленях, прижать к груди (выдох). Вернуться в и.п. (вдох). Повторить 6-8 раз.

**Аист**

Стоя прямо, развести руки в стороны, а одну ногу согнув в колене, вынести вперед. Зафиксировать положение на несколько секунд. Держать равновесие. На выдохе опустить ногу и руки, произнося: «ш-ш-ш». повторить 6-7 раз.

**Бегемотик**

И.п.: лежа или сидя. Ребенок кладетладонь на область диафрагмы и глубоко дышит. Вдох и выдох производится через нос. Упражнение в положении сидя может сопровождаться рифмовкой:

Сели бегемотики, потрогали животики.

То животик поднимается (вдох),

То животик опускается (выдох).

**Курочка**

И.п.: стоя прямо, слегка расставив ноги, руки опущены. Развести руки широко в стороны, как крылья – вдох; на выдохе наклониться, опустив голову и свободно свесив руки, произнести: «тах-тах-тах», одновременно похлопывая себя по коленям.

**Жук**

И.п.: сидя или стоя, скрестив руки на груди. Развести руки в стороны, поднимая голову – вдох, скрестить руки на груди, опуская голову – выдох: «жу-у-у – сказал крылатый жук, посижу и пожужжу».

**Игры на развитие речевого дыхания**

**Листопад**

*Оборудование:* вырезанные из тонкой двухсторонней цветной бумаги желтые, красные, оранжевые листочки; ведерко.

\* \* \*

Логопед выкладывает на столе листочки, напоминает детям про осень.

*Логопед*. Представьте, что сейчас осень. Красные, желтые, оранжевые листья падают с деревьев. Подул ветер — разбросал все листья по земле! Давайте сделаем ветер — подуем на листья!

Логопед вместе с детьми дует на листья, пока все листочки не окажутся на полу. При этом необходимо следить за правильностью осуществления ротового выдоха, а также за тем, чтобы дети не переутомлялись.

Все листики на земле... Давайте соберем листочки в ведерко.

Логопед и дети собирают листочки. Затем игра повторяется снова.

**Чей одуванчик раньше улетит?**

\* \* \*

Игра проводится на воздухе. Логопед предлагает сорвать по отцветшему одуванчику и по очереди подуть на цветок. Дети дуют на одуванчик так, чтобы слетели все пушинки. Сдуть с одуванчика все пушинки нужно за 3—4 раза.

**Осенние листочки**

*Оборудование:* несколько сухих разноцветных листьев деревьев.

\* \* \*

На уровне рта ребенка подвешены на ниточках сухие разноцветные листья деревьев. Дети стоят напротив листочков.

*Инструкция.* По команде логопеда медленно набирать воздух через нос. Следить, чтобы не поднимались плечи. Вытягивать губы трубочкой. Дуть на листочки, не раздувая щек. Повторить 3—5 раз.

**Лети, бабочка**

*Оборудование:* 2—3 яркие бумажные бабочки.

\* \* \*

Перед началом занятия к каждой бабочке нужно привязать нитку длиной 20—40 см, прикрепить их к шнуру на некотором расстоянии друг от друга. Шнур натянуть так, чтобы бабочки висели на уровне лица стоящего ребенка.

*Инструкция: Все последующие инструкции как из упражнения «Осенние листочки».*

**Рыбки**

*Оборудование:* 2—3 яркие бумажные рыбки.

\* \* \*

На уровне рта ребенка подвесить на ниточках разноцветные рыбки. Дети стоят напротив рыбок.

*Логопед*. Давайте сделаем так, чтобы наши рыбки начали весело играть. Смотрите, я дую на них, и они плывут. Попробуйте и вы.

Логопед показывает, как дуть на рыбок, дети повторяют.

*Инструкция.*

**Ветерок**

*Оборудование:* бумажные султанчики (метелки).

\* \* \*

Перед началом необходимо подготовить метелки. Для этого нужно прикрепить полоски цветной бумаги к деревянной палочке. Можно использовать тонкую папиросную бумагу или елочное украшение «дождик».

Логопед предлагает поиграть с метелочкой. Показывает, как можно подуть на бумажные полоски, потом предлагает подуть ребенку.

*Инструкция.*

**Снег идет!**

*Оборудование:* кусочки ваты.

\* \* \*

Логопед раскладывает на столе кусочки ваты, напоминает детям про зиму.

*Логопед*. Представьте, что сейчас зима. На улице падает снежок. Давайте подуем на снежинки!

Логопед показывает, как дуть на вату, дети повторяют.

*Инструкция.*

**Дождик**

*Оборудование:* новогодний дождик, бумажная туча.

\* \* \*

Ребенок перед собой держит бумажную тучу, к которой прикреплен новогодний дождик.

*Логопед*. Давай сделаем так, чтобы из тучи пошел дождь. Смотри, я дую на дождинки, они колышутся, очень похоже на настоящий дождь. Попробуй и ты,,

Логопед показывает, как правильно дуть, чтобы колыхались дождинки, дети повторяют.

*Инструкция.*

**Самолеты летят**

*Оборудование:* 2—3 бумажных самолета.

\* \* \*

На уровне рта ребенка на ниточках подвешены бумажные самолетики.

*Логопед*. Давай сделаем так, чтобы самолетика полетели. Подуй на них вот так.

Логопед показывает, как правильно дуть, чтобы «полетели» самолетики, дети повторяют.

*Инструкция.*

**В гости к Мухе-цокотухе**

*Оборудование:* 2—3 бумажных насекомых.

\* \* \*

Перед ребенком на ниточках висят бумажные насекомые.

*Логопед*. Пчела, шмель, бабочка очень спешат в гости к Мухе-цокотухе. Давай поможем им. Подуйте на них, и они полетят быстрее.

Логопед показывает, как правильно дуть на насекомых, дети повторяют.

*Инструкция.*

**Фигуристка**

*Оборудование:* вырезанная из бумаги фигуристка.

\* \* \*

Перед ребенком на ниточке висит вырезанная из бумаги фигуристка.

*Логопед*. Наша фигуристка очень любит вращаться. Подуй на нее вот так, и она начнет вращение.

Логопед показывает, как правильно дуть на фигуристку, дети повторяют.

*Инструкция.*

**Шаловливый ветерок**

*Оборудование:* узкие атласные ленточки одного или разного цвета.

\* \* \*

Перед ребенком на ниточке висят атласные ленточки — «занавески».

*Логопед*. Маленький ветерок очень любит играть. Сегодня он прилетел к окну. Ему очень понравились эти занавески. Он подул на них, они стали колыхаться и играть с ветерком. Смотри, вот так.

Логопед показывает, как правильно дуть на ленточки-«занавески», дети повторяют.

*Инструкция.*

**Травушка-муравушка**

*Оборудование:* узкие атласные ленты зеленого цвета.

\* \* \*

Перед ребенком висят несколько узких ленточек зеленого цвета — «трава».

*Логопед*. Это травушка. Ветра нет, она неподвижна. Но вот налетел ветерок, он колышет нашу травушку-муравушку. Смотри, вот так.

Логопед показывает, как правильно дуть на ленточки-«травушку», дети повторяют.

*Инструкция.*

**Веселые обезьянки**

*Оборудование:* 2—3 бумажные обезьянки.

\* \* \*

На уровне рта ребенка подвешены на ниточках обезьянки. Дети стоят напротив них.

*Логопед*. Веселые обезьянки очень любят играть, прыгать по деревьям, качаться на них. Смотри, я дую на них, и они качаются. Попробуй и ты.

Логопед показывает, как дуть на обезьянок, дети повторяют.

*Инструкция.*

**Летите, птички!**

*Оборудование:* 2—3 разноцветные птички, сложенные из бумаги (оригами).

\* \* \*

Ребенок сидит за столом. На стол напротив ребенка кладут одну птичку. Логопед предлагает ребенку подуть на птичку, чтобы она улетела как можно дальше (дуть можно один раз).

В ходе групповой игры можно устроить соревнование между двумя-тремя детьми: каждый дует на свою птичку. Побеждает тот, чья птица улетела дальше.

*Инструкция.*

**Бумажные флажки**

*Оборудование:* гирлянда из бумажных флажков.

\* \* \*

На уровне рта ребенка подвешена гирлянда из бумажных флажков.

*Логопед*. Флажки полощутся на ветру!

По команде логопеда ребенок набирает воздух через нос и начинает плавно и медленно дуть на флажки.

*Инструкция.*

**Лыжники**

*Оборудование:* бумажные фигурки лыжников.

\* \* \*

Фигурки лыжников (вырезанные из тонкого картона) стоят на краю стола. Вызываются попарно дети. Каждый ребенок садится напротив лыжника. По команде логопеда ребенок набирает воздух через нос и начинает медленно и плавно дуть на лыжника. Продвигать лыжника можно лишь на одном выдохе, дуть несколько раз подряд нельзя. Остальные дети следят, чей лыжник дальше уедет — «проскользит по столу». Игра может проводиться как индивидуально, так и в группе детей.

*Инструкция.*

**Шевелились у цветка все четыре лепестка**

*Оборудование:* вырезанный из картона цветок, такого же цвета бумажная бабочка.

\* \* \*

На столе лежит цветок, на нем бумажная бабочка. Логопед читает загадку.

*Логопед*

Шевелились у цветка

Все четыре лепестка.

Я сорвать его хотел,

Он вспорхнул и улетел.

*(Бабочка.)*

По команде логопеда ребенок набирает воздух через нос и начинает медленно и плавно дуть на цветок с бабочкой. Бабочка должна улететь с цветка. Игра может проводиться как индивидуально, так и в группе.

*Инструкция.*

**Солнышко**

*Оборудование:* картинка с нарисованные белыми облаками, вырезанное из бумаги солнышко.

\* \* \*

На уровне рта ребенок держит картинку с облаками, на которой у края лежит солнышко.

*Логопед*. Подуй на солнышко так, чтобы оно поднялось высоко и обогрело всех своим теплом.

По команде логопеда ребенок набирает воздух через нос и начинает плавно и медленно дуть на солнышко. Солнышко медленно передвигается к верхнему краю картинки. Игра может проводиться как индивидуально, так и в группе.

*Инструкция.*

**Луна**

*Оборудование:* картинка с изображение ночного звездного неба, вырезанная из бумаги луна.

\* \* \*

На столе лежит картинка с изображением ночного неба, на которой у края лежит луна.

*Логопед*. Луна ночью передвигается по звездному небу; смотри, вот так.

Логопед показывает, как правильно дуть на луну, чтобы она медленно передвигалась по ночному небу. По команде ребенок набирает воздух через нос и начинает плавно и медленно дуть на луну.

*Инструкция.*

**Колобок**

*Оборудование:* сюжетная картинка из сказки «Колобок» с изображение лисы; вырезанный из бумаги Колобок.

\* \* \*

На столе лежит сюжетная картинка. На нос лисы положить бумажного Колобка.

*Логопед*. Давай попробуем спасти Колобка. Подуй на него, и он убежит от лисы.

По команде логопеда ребенок набирает воздух через нос и начинает плавно и медленно дуть на Колобка, тот «убегает» от лисы.

*Инструкция.*

**Хоккей**

*Оборудование:* картинка, на которой нарисован каток и ворота на льду; вырезанная из бумаги шайба.

\* \* \*

На столе лежит картинка с изображением хоккейных ворот. У края картинки лежит шайба.

*Логопед*. Попробуй забить шайбу в ворота.

По команде логопеда ребенок набирает воздух через нос и начинает плавно и медленно дуть целенаправленно на шайбу.

*Инструкция.*

**Катание со снежной горки**

*Оборудование:* картинка с изображением горки, вырезанные из бумаги санки с детьми.

\* \* \*

На столе лежит картинка с изображением снежной горки. На верхней части горки нарисованы санки с детьми.

*Логопед*. А теперь подуй на санки так, чтобы они скатились с горки. Посмотри, как я это сделаю.

Логопед показывает, как правильно дуть на санки, чтобы они медленно спускались с горки. По команде ребенок набирает воздух через нос и начинает плавно и медленно дуть на санки.

*Инструкция.*

**Игра в снежки**

*Оборудование:* картинка с изображением детей, играющих в снежки, маленькие ватные шарики.

\* \* \*

На столе лежит картинка с изображением детей, играющих в снежки. На ней лежат ватные шарики. По обе стороны картинки, напротив друг друга сидят дети.

*Логопед*. Ребята, вспомните, как зимой вы играли в снежки. Дуть нужно по очереди.

По команде логопеда первый ребенок набирает воздух через нос и начинает плавно и медленно дуть целенаправленно на ватные шарики. Посчитать, сколько шариков долетело до второго ребенка. Затем дует второй ребенок. Выигрывает тот, у кого больше шариков долетело до цели.

*Инструкция.*

**Праздничный салют**

*Оборудование:* картинка с изображением праздничного салюта; разноцветные новогодние дождинки, разрезанные на маленькие кусочки.

\* \* \*

На столе лежит картинка с изображением праздничного салюта, на ней лежат разноцветные маленькие дождинки.

*Логопед*. Давай устроим праздничный салют. Подуй на «салютики», и они вспыхнут праздничными огоньками. Посмотри, как получилось у меня, попробуй и ты.

Логопед показывает, как правильно дуть на салют. По команде ребенок набирает воздух через нос и начинает плавно и медленно дуть на «салютики».

*Инструкция.*

**Чайник**

*Оборудование:* картинка с изображением чайника, крышка у чайника вырезана и накладывается сверху.

\* \* \*

На столе перед ребенком картинка с изображение чайника с вырезанной крышкой.

*Логопед*. Чайник начал закипать, и крышка стала приподниматься вот так. Я плавно дую на крышку, и она подпрыгивает, как у настоящего чайника. Попробуй и ты.

По команде логопеда ребенок набирает воздух через нос и начинает плавно и медленно дуть на крышку чайника, и та медленно передвигается вверх.

*Инструкция.*

**Надоедливые мухи**

*Оборудование:* картинка с изображением вазы с вареньем, 3— 4 вырезанные из бумаги маленькие мухи.

\* \* \*

На столе перед ребенком картинка с изображением вазы с вареньем. На края вазы логопед кладет вырезанных из бумаги маленьких мух.

*Логопед*. Посмотри, сколько мух хочет попробовать наше вкусное варенье. Давай их прогоним. Нужно подуть на мух и они улетят. Попробуй подуть.

По команде логопеда ребенок набирает воздух через нос и начинает плавно и медленно дуть на мух. Мухи «улетают» от варенья.

*Инструкция.*

**Кто живет в лесу?**

*Оборудование:* сюжетная картинка с изображение животных в лесу, непрозрачная калька.

\* \* \*

На столе лежит сюжетная картинка. На нее наклеена разрезанная на тоненькие полоски калька, которая закрывает картинку.

*Логопед*. Хочешь узнать, кто живет в этом лесу? Подуй на полоски вот так и увидишь лесных жителей.

Логопед показывает, как нужно правильно дуть. По команде ребенок набирает воздух через нос и начинает плавно и медленно дуть на полоски бумаги. Полоски поднимаются вверх и видны обитатели леса.

*Инструкция.*

**Веселые горошинки**

*Оборудование:* картинка с изображением стручка гороха, вырезанные из зеленой бумаги 5—6 горошин.

\* \* \*

На столе лежит картинка с изображением стручка гороха, вырезанные из зеленой бумаги горошины, положенные поверх стручка.

*Логопед*. Когда горох поспевает, у него лопаются стручки и горошинки друг за другом выкатываются из него. Помоги горошинкам оказаться на воле.

Логопед показывает, как нужно правильно дуть. По команде ребенок набирает воздух через нос и начинает плавно и медленно дуть на горошинки.

*Инструкция.*

**Футбол**

*Оборудование:* легкий пластмассовый шарик, 2 кубика.

\* \* \*

На столе, на небольшом расстоянии друг от друга, стоят два кубика— это «ворота».

*Логопед*. Попробуй забить в ворота гол. Посмотри, как я это сделаю.

Логопед показывает, как дуть целенаправленно на шарик, чтобы он попал в ворота.

*Инструкция.*

**Плыви, кораблик!**

*Оборудование:* пластмассовые кораблики, таз с водой.

\* \* \*

На невысокий стол логопед ставит таз с водой, в котором плавают пластмассовые кораблики. Необходимо, чтобы парус кораблика находился на уровне рта ребенка. По команде логопеда дети набирают воздух через нос и начинают плавно и медленно дуть на парус своего кораблика.

*Инструкция.*

**Уточки**

*Оборудование:* резиновая уточка с утятами (набор для купания), другие легкие резиновые или пластмассовые игрушки, плавающие на воде.

\* \* \*

На невысоком столе поставить таз с водой, в котором плавают пластмассовые утка с утятами.

*Логопед*. Представьте, что это озеро. Пришла на озеро утка с утятами. Вот как плавает утка.

По команде логопеда дети набирают воздух через нос и начинают медленно и плавно дуть на утку.

Посмотри: утята уплыли далеко от мамы. Утка зовет утят к себе. Давай поможем утятам поскорее приплыть к маме-утке!

В этом случае струя воздуха во время ротового выдоха должна быть не только сильной, но и направленной.

*Инструкция.*