

Доктор

Горлышко свое мы
Мы доктору покажем.
Чтобы все увидел –
«А-а-а» ему мы скажем.

Во время выдоха широко раскрыть рот и, насколько возможно, высунуть язык, стараясь кончиком достать до подбородка, произнести «А-а-а» (5-6 раз).



Желаем Вам успехов.

Дышите Правильно

Дыхательная гимнастика в стихах

Как известно, произношение звуков тесно связано с дыханием. Правильное речевое дыхание обеспечивает нормальное звукообразование, создает условия для поддержания громкости речи, четкого соблюдения пауз, сохранения плавности речи и интонационной выразительности.

Формирование речевого дыхания у дошкольников – это база для правильного развития не только звукопроизношения, но и всей речи в целом. С огромным удовольствием дети выполняют полезную дыхательную гимнастику под четверостишия.

Дятел

Пестрый дятел тук да тук,
Слышим мы знакомый звук.
Это с той зеленой ели
Раздается громкий стук.

Погладить нос (боковые части носа) от кончика к переносице – сделать вдох. На выдохе постучать по крыльям носа указательными пальцем (5-6 раз).

Василек

Распустился наш цветок –
Ярко-синий василек.
Ну пойдем скорей гулять,
Аромат его вдыхать!

Сделать по 8-10 вдохов и выдохов через правую ноздрю, затем – через левую, по очереди закрывая отдыхающую указательным пальцем.

Бычок

Вышел на лужок бычок
С черным пятнышком бочок.
Ты уж не бодайся,
С нами занимайся!

Сделать вдох носом. На выдохе протяжно тянуть звук (М), одновременно постукивая пальцами по крыльям носа.

Замочек

Дверь с тобой мы закрываем,
На замочек запираем.
Не успели мы закрыться,
Кто-то в дверь уже стучится.

При вдохе оказывать сопротивление входящему воздуху, надавливая на крылья носа пальцами. Во время более продолжительного выдоха сопротивление должно быть переменным за счет постукивания по крыльям носа.

Гномик

Наш веселый добрый гном
Часто размышляет.
Звуки «ба-бо-бу» и «гм-м-м»
Вслух он повторяет.

Спокойный вдох через нос. На выдохе одновременно с постукиванием по крыльям носа произнести «ба-бо-бу» и «гм-м-м».

Шарик

Будто шариком играем:
Наш животик мы сдуваем.
Дружно все вздохнули:
Шарик наш надули.

Быстро втянуть внутрь живота брюшные мышцы, одновременно сделав резкий выдох через нос (3-4 раза).