

# Порада для батьків з логоритміки, вправи для розвитку мовленнєвого дихання

Для формування повноцінного мовлення у дітей важливе значення має постановка правильного мовленнєвого дихання. Плавне мовленнєве дихання формується на основі фізіологічного дихання. У деяких дітей можуть спостерігатися порушення правильного фізіологічного дихання, тобто недостатнє збагачення легких киснем. Тому так важливо навчити дитину дихати правильно.

Дорослим слід навчити малюка правильно користуватись диханням під час мовлення. Логопедичні дихальні вправи використовуються з метою вироблення цілеспрямованого струменя повітря, необхідного для вимови звуків.

Перед початком дихальної гімнастики необхідно провітрити приміщення. Під час виконання логопедичних дихальних вправ потрібно стежити, щоб дитина дихала діафрагмально. Під час вдиху живіт випинається вперед, плечі не піднімаються. Під час видиху живіт втягується.

## Вправи для розвитку мовленнєвого дихання

### ЗАБИЙ М'ЯЧ

Ми пограємо в футбол —  
Заб'ємо в ворота гол!  
(Взяти важку кульку і покласти перед імпровізованими футбольними воротами. Покласти широкий розслаблений язик на нижню губу. Плавно дути на кульку, намагаючись влучити у ворота.)



### ПАРАШУТИК

«Що це? Що це? — всі кричать.  
Парасольки он летять!»  
(Покласти на кінчик носа шматок ватки, язик «притиснути» до верхньої губи і зробити повільний довгий видих, здуваючи ватку з носа.)



### КВІТИ

Як духмяно пахнуть квіти!  
Задоволені всі діти.  
Кожен з них відчути рад  
Цей чудовий аромат.  
(Глибоко вдихнути через ніс, видихнути, промовляючи слова: “Чудово!”, “Який аромат!”)



### КУЛЬБАБА

Бубоніла діду баба:  
-Ой, не дмухай на кульбабу,  
Бо із неї полетять  
сто малих кульбабенят.  
(Сісти рівно. Плечі розправлені, розслаблені й опущені. Вдихнути через ніс і легенько видихнути через складені “трубочкою” губи.)



## Вправи для розвитку мовленнєвого дихання

### АКВАЛАНГІСТ

Тамуємо свій подих... і пірнаємо:  
Раз-два-три-чотири-п'ять.  
І через рот повільно видихаємо.  
(Набрати через ніс повітря,  
ненадовго затримати його й повільно  
видихнути через рот.)



### МОРОЗЕЦЬ

На морозі змерзли руки?  
Швидше ти на них похукай!  
(Зігріти долоні, вдихаючи й  
видихаючи ротом: Х-х-х!)



### БУЛЬБАШКИ

Через трубочку подую,  
Мильну бульбашку надую. (Зробити  
губи трубочкою й обережно дути через  
них, наче пускаєш мильні бульбашки.)



### ПАХОЦІ

У Карлсона, у Карлсона  
Настрій пречудовий!  
Почув він запах на даху:  
Вже кексики готові.  
І смажаться млинці,  
Печуться пиріжки.  
Всього потроху з'їсть він  
Зараз залюбки.



(Повільний глибокий вдих через ніс-затримка  
дихання (діти ніби відгадують запах)-плавний  
тривалий видих через рот.)

Підключайте фантазію, намагайтеся залучити малюка в гру. Адже розвиваючи мовленнєве дихання, ви робите неоціненний внесок у мовленнєвий розвиток дитини.