**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение**

**«Детский сад № 5 «Журавлик»**

Перспективное планирование

по развитию речевого дыхания детей 6-7 лет

Картотека игр и упражнений

Подготовил: учитель-логопед Бушуева Марина Юрьевна

г. Коряжма

Архангельская область

**Комплексы упражнений по развитию дыхания**

(Подготовительная группа)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Д/недели** | **Название упражнения** |
| **Сентябрь** | пн | Летят мячи |
| вт | Насос  |
| ср | Цветы  |
| чт | Сдуй шарик |
| пт | В лесу |
| **Октябрь** | пн | Комары |
| вт | Ёж |
| ср | Жук |
| чт | Гуси |
| пт | Змейка |
| **Ноябрь** | пн | Ушки |
| вт | Кулачки |
| ср | Плечики |
| чт | Дотянись до пола |
| пт | Отдых  |
| **Декабрь** | пн | Громко-тихо |
| вт | Погрейся  |
| ср | Снеговик  |
| чт | Сдуй снежинку  |
| пт | Снег идёт |
| **Январь** | пн | Дуйбол  |
| вт | Футбол  |
| ср | Бочкобол  |
| чт | Весёлый карандаш |
| пт | Весёлые шарики |
| **Февраль** | пн | Поднимаем кирпичи |
| вт | Клеим обои |
| ср | Белим потолок |
| чт | Красим полы |
| пт | Отдых  |
| **Март** | пн | Горячий чай |
| вт | Занавесочки  |
| ср | Воздушный поцелуй |
| чт | Ветерок  |
| пт | Бульки  |
| **Апрель** | пн | У кого длиннее звук? |
| вт | У кого длиннее слог? |
| ср | Назови картинки |
| чт | Повтори слова |
| пт | Повтори предложение |
| **Май**  | пн | Отгадай по запаху |
| вт | Капелька  |
| ср | Расти, пена! |
| чт | Ароматные цветы |
| пт | Одуванчик  |

**ПРИЛОЖЕНИЕ**

**Упражнения по развитию дыхания**

(Подготовительная группа)

1. **Летят мячи.** Стоя, руки с мячом подняты вверх. Бросить мяч от груди вперёд, произнести при выдохе длительное «ух-х-х».
2. **Насос.** Взрослый предлагает детям поиграть в насосы. Игра проводится на полу и сопровождается движениями, имитирующими накачивание колеса при помощи насоса. *«Кто из вас любит кататься на велосипеде? Все любят. Но иногда колёса прокалываются и сдуваются. Давайте возьмем насосы и накачаем колёса - вот так! «С-С-С» - работают насосы!»* Взрослый показывает движения насоса и объясняет, что следует вдохнуть воздух больше обычного. Пока насос работает, постепенно плавно выдыхать воздух, произнося звук С. Добирать воздух во время произнесения звука нельзя. Насос может продолжать работать после паузы, когда ребенок сделает следующий вдох. Необходимо следить, чтобы во время игры дети не перенапрягались во избежание возникновения головокружения.
3. **Цветы.** Дети стоят по кругу. Педагог читает им стихи:

 *Каждый бутончик склониться бы рад - Направо, налево, вперёд и назад.*

 *От ветра и зноя бутончики эти Спрятались живо в цветочном букете.*

 *(Е. Антоновой-Чалой)*

 По команде педагога дети ритмично под чтение стиха поворачивают голову («бутончики») направо, налево, наклоняют её вперёд, отводят назад, чередуя вдох и выдох. При чтении последней строки стиха дети поднимают руки вверх, склоняя кисти над головой: «бутончики» (головы) спрятались. Упражнение повторить 6-8 раз.

4. **Сдуй шарик.** и.п.: стоя на ковре, расставить руки широко в стороны, изображая надутый шар, затем произнести длительно звук Ф, одновременно сводя руки перед собой – «шарик сдувается». В конце обнять себя за плечи – «шарик сдулся». *«Давайте поиграем в шарики! Разведите руки в стороны - вот так! Вот какие большие шары получились. Вдруг в шарике образовалась маленькая дырочка, и он стал сдуваться... Воздух выходит из шарика: Ф-Ф-Ф! Сдулся шарик!»* Напомните детям, что следует вдохнуть больше воздуха, затем постепенно плавно выдыхать его, произнося звук Ф. Добирать воздух нельзя.

1. **В лесу.** Представить, что вы заблудились в густом лесу. Сделав вдох, на выдохе произнесите «ау». Меняйте интонацию и громкость, поворачивайтесь то влево, то вправо. Повторите 5-6 раз.
2. **Комары.** Дети хлёстко бьют себя по спине встречным движением рук-плетей, при этом делая на удар резкий выдох ртом.
3. **Ёж.** и.п.: лежа на спине, руки прямые, вытянуты за голову. В этом положении по команде педагога дети делают глубокий вдох через нос при чтении двустишия: *Вот свернулся ёж в клубок, Потому что он продрог.* Дети руками обхватывают колени и прижимают согнутые ноги к груди, делая полный, глубокий выдох при чтении стиха: *Лучик ёжика коснулся, Ёжик сладко потянулся*. Дети принимают исходное положение и потягиваются, как ёжик, становятся «большими, вырастают», а затем, расслабляясь, делают спокойный вдох и выдох через нос. Повторить 4-6 раз.
4. **Жук.** Дети сидят, скрестив руки на груди. Опустить голову. Ритмично сжимать обеими руками грудную клетку, произнося «жжж…» - выдох. Развести руки в стороны, расправив плечи, голову держать прямо – вдох. Повторить упражнение 4-5 раз: «*Жж-у, - сказал крылатый жук, Посижу и пожужжу».*
5. **Гуси.** и.п.: сидя на полу, кисти согнутых рук прижаты к плечам. Сделать быстрый вдох, затем медленно наклонить туловище вниз, отвезти локти назад, на длительном выдохе произнести: «гааа..». Голову держать прямо. Возвратиться в и.п. - вдох. На выдохе произнести «*го, гы».*
6. **Змейка.** Игра проводится на ковре:  *«Давайте превратимся в змей! Вылезли змейки из нор и греются на солнышке. Змеи шипят: «Ш-Ш-Ш!»* Напомнить детям, что следует вдохнуть больше воздуха и шипеть долго, добирать воздух во время произнесения звука нельзя.
7. **Ушки.** Покачивая головой вправо – влево, выполнять сильные вдохи. Плечи остаются неподвижными, но при наклоне головы вправо – влево уши как можно ближе к плечам. Следить, чтобы туловище при наклоне головы не поворачивалось. Вдохи выполняются с напряжением мышц всей носоглотки. Выдох произвольный.
8. **Кулачки.** и.п.: стоя, ноги врозь, руки опустить. Присесть и 3 раза постучать кулачками о пол, приговаривая: «Тук-тук-тук». Повторить в среднем темпе 2-3 раза.
9. **Плечики.** и.п.: стоя, ноги слегка расставлены, руки опущены. Вдох. Выдох – поворачивает голову направо и, сделав губы трубочкой, дует на плечо. Голова прямо - вдох носом. Голову влево – выдох; голова прямо – вдох. Приговариваем в это время: *«Подуем на плечо, Подуем на другое, На солнце горячо Пекло дневной порой».* Ребенок опускает голову, подбородком касаясь груди, снова делает спокойный выдох, голова прямо - вдох носом. Поднимает лицо кверху - выдох через губы, сложенные трубочкой. Взрослый приговаривает: *«Подуем на живот, Как трубка, станет рот, Ну, а теперь - на облака И остановимся пока».*
10. **Дотянись до пола.** и.п.: стоя, ноги врозь, руки вперёд. Наклониться вперёд и достать ладонями пол со словами: «Бак». Повторить медленно 2-4-раза.
11. **Отдых.** Дети ложатся на спину и выполняют упражнение на расслабление: под спокойную музыку они как бы засыпают – дышат спокойно, живот мерно поднимается и опускается. Когда музыка становиться громче, потягиваются и не спеша встают на ноги.
12. **Громко-тихо.** Пропеть песенки с разной высотой голоса: ААА-ааа, ооо-ООО… (ориентир смены голоса – рука педагога, меняющая положение «вверх-вниз»).
13. **Погрейся.** и.п.: встать прямо, ноги врозь, руки поднять в стороны. Быстро скрещивать руки перед грудью, хлопать ладонями по плечам, произнося: «Ух-х-х!». Разводить руки в стороны – назад. Повторить 8-10 раз.
14. **Снеговик.** и.п.: стоя, ноги вместе, руки на поясе. Вдохнуть, после чего сделать прыжок двумя ногами с одновременным выдохом, произнося: «Ха!». Повторить 6-8 раз.
15. **Сдуй снежинку.** Сдуть с варежки снежинку на веревочке.
16. **Снег идёт.** Педагог раскладывает на столе кусочки ваты, напоминает детям про зиму. «Представьте, что сейчас зима. На улице снежок падает. Давайте подуем на него!» Взрослый показывает, как дуть на вату, дети повторяют. Затем все поднимают вату, и игра повторяется снова.
17. **Дуйбол.** Сдуть теннисный шарикс места как можно дальше.
18. **Футбол.** Используя бумажный или выполненный из ваты (из фольги, цветной бумаги) «мячик», ребенок и взрослый попеременно дуют на него, перекатывая по столу или коробке – «имитации» футбольного поля.
19. **Бочкобол.** Перекатывание бочонка (картонная втулка от туалетной бумаги, обклеенная яркой плёнкой-самоклейкой) с одного края поверхности на другой.
20. **Весёлый карандаш.** Участники игры (2 человека) передувают друг другукарандаш (гладкий) с одного края стола на другой.
21. **Весёлые шарики.** Прочертите на столе линию. Затем возьмите шарик и положите на середину стола (на линии). Двое детей сидят за столом напротив друг друга, по разные стороны шарика на линии. «Надо дуть на шарик так, чтобы он укатился на противоположную сторону стола. А тебе нужно постараться, чтобы шарик не попал на твою часть стола. Дуть нужно сильнее».
22. **Поднимаем кирпичи.** и.п.: стоя, ноги врозь, руки опущены, пальцы расставлены. 1 – вдох; 2 –выдох, наклон туловища вперёд, пальцы в кулак: «Ух!»; 3 – вдох; 4 – вернуться в и.п. Повторить 5-6 раз.
23. **Белим потолок.** и.п.: стоя, ноги врозь, руки опущены. 1 – вдох, поднять правую руку вверх и назад; 2 – выдох, опустить правую руку; 3 – вдох, поднять левую руку вверх и назад; 4 – выдох, опустить левую руку. Повторить 5-6 раз.
24. **Клеим обои.** и.п.: стоя, руки согнуты в локтях на уровне пояса. 1 – вдох; 2 – выдох, подняться на носки, прямые руки вверх; 3 – вдох; 4 – выдох, вернуться в и.п. Повторить 5-6 раз.
25. **Красим полы.** и.п.: стоя на коленях, руки согнуты в локтях, кисть в кулак. 1 – вдох; 2 – выдох, туловище слегка наклонить вперёд, руки вытянуть вперёд, пальцы врозь: «Жик!»; 3 – вдох; 4 – выдох, вернуться в и.п. Повторить 5-6 раз.
26. **Отдых.** Дети ложатся на спину и выполняют упражнение на расслабление: под спокойную музыку они как бы засыпают – дышат спокойно, живот мерно поднимается и опускается. Когда музыка становиться громче, потягиваются и не спеша встают на ноги.
27. **Горячий чай.** Взрослый предлагает ребенку подуть на горячий чай (суп) в чашке (тарелке), чтобы он быстрее остыл. (Чашка вырезается из цветного картона, пар изображается папиросной бумагой). Ребенок дует на «пар». Если правильно дует, то «пар» устремляется вверх.
28. **Занавесочки.** Ребенок дует на занавеску-бахрому домика, выполненную из папиросной бумаги, аудиоленты.
29. **Воздушный поцелуй.** Сдуть воображаемый поцелуй с ладошки в адрес кого-либо из окружающих
30. **Ветерок.** Взрослый предлагает ребенку подуть на какой-нибудь предмет, сопровождая действия стихотворным текстом: *Очень жаркий день-денечек. Дунь-подунь, наш ветерочек. Ветерочек, ветерок, Дунь-подунь, наш ветерок.*
31. **Бульки.** В стакан, наполовину наполненный водой, опустите коктейльную трубочку и подуйте в нее - пузыри с громким бульканьем будут подниматься на поверхность. Затем дайте трубочку ребенку и предложите подуть. «Давай сделаем веселые бульки! Возьми трубочку и подуй в стакан воды. Если дуть слабо - получаются маленькие бульки. А если подуть сильно, то получается целая буря!»
32. **У кого длиннее звук?** Дети произносят на одном выдохе заданный звук (кто дольше).
33. **У кого длиннее слог?** Дети произносят на одном выдохе заданный слог (кто дольше).
34. **Назови картинки.** Взрослый раскладывает перед ребенком 3-5 картинок и предлагает их назвать на одном выдохе. Взрослый раскладывает перед ребенком 3-5 картинок и предлагает их назвать на одном выдохе, затем убирает их и просит ребенка назвать картинки по памяти на одном выдохе.
35. **Повтори слова.** Взрослый называет 3-5 слов и просит ребенка повторить слова на одном выдохе.
36. **Повтори предложение.** Взрослый произносит предложение, пословицу (поговорку), ребенок на одном выдохе старается повторить.
37. **Отгадай по запаху.** Оборудование: шесть коробочек от киндер-сюрпризов с проделанными в них множеством отверстий: 2 коробочки наполнены апельсиновыми корками, 2 коробочки наполнены листьями сухой мяты, 2 коробочки наполнены пакетиками с ванильным сахаром.

 «Парные коробочки»: ребенок последовательно нюхает каждую коробочку из своего набора и подбирает с аналогичным запахом из набора взрослого.

1. **Капелька.** Взрослый капает краской на лист бумаги и предлагает ребенку подуть на нее через соломинку, капелька «бежит» и оставляет за собой след.
2. **Расти, пена!** Оборудование: стакан с водой, коктейльные трубочки разного диаметра, жидкость для мытья посуды. Ход игры: Эту игру можно предложить ребенку после того, как он научится хорошо дуть через трубочку в стакан с водой (не пьет воду, не перегибает трубочку). Добавьте в воду немного жидкости для мытья посуды, затем возьмите трубочку и подуйте в воду - с громким бульканьем на глазах у ребенка вырастет облако переливающихся пузырей. Затем предложите подуть ребенку. Когда пены станет много, можно подуть на нее.
3. **Ароматные цветы.** Встать, положить ладони себе на грудь. Сделать медленный вдох через нос, стараясь не поднимать плечи. Задержать дыхание и медленно выдохнуть, произнося: «А-а-ах!».
4. **Одуванчик.** Делает глубокий вдох носом, затем длинный выдох через рот, как будто хочет сдуть с одуванчика пух.