



**упражнения на три  
основных типа выдоха**



## Упражнения на три основных типа выдоха:

### 1. Упражнение «Свеча»

- Кладем пламя свечи на 5/8 счетов;
- Кладем пламя свечи и на последний счет задуваем пламя (выдыхаем остатки воздуха);
- Играем пламенем свечи (или надуваем длинный шарик);

### 2. Упражнение «Снежки» (со звуком С)

- На первые 5-8 счетов лепим снежок;
- На вторые 5-8 счетов кидаем снежок;

### 3. Упражнение «Ловим комара» (со звуком З)

- На вдох поставили ладони параллельно друг другу (приготовились ловить комара);
- На выдох (со звуком З) сближаем ладони;
- И на последний счет «убиваем» комара;



### 4. Упражнение «Насос» (упражнение проводится в парах)

- Один - надувная кукла, из которой выпущен воздух, лежит совершенно расслаблено на полу. Другой - «накачивает» куклу воздухом с помощью насоса: ритмично наклоняясь вперед, произносит звук «С» на выдохе (на первые 5-8 счетов);
- После этого куклу «сдувают», вынимая из нее насос (на вторые 5-8 счетов со звуком «С»). Воздух постепенно выходит из куклы, она «опадает».

Это прекрасное упражнение на расслабление-напряжение, а также на парное взаимодействие;

### 5. Упражнение «Пилим дрова» (со звуком «Ш») – упражнение выполняется в парах.

### 6. Упражнение «Лыжи» (со звуком «Ш»)

- На первый счет поднимаемся в горку (короткий,

прерывистый выдох);

- На второй счет набираем скорость (со сдерживаемой силой);
- На третий счет катимся с горки (медленный, спокойный, ровный);

### 7. Упражнение «Мотоцикл» (со звуком «Р»)

- На первый счет заводим мотоцикл;
- На второй счет едем спокойно, ровно;

### 8. Упражнение «Сдутый мяч» (со звуком «С»);

### 9. Упражнение «Коньки» (со звуком «С»);

### 10. Упражнение «Муха» (со звуком «Ж»);



*Желаю успехов!*

*Учитель – логопед*

*Галина Борисовна Питаренко  
МБДОУ «детский сад № 68»*