

ДЫХАТЕЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

Источником образования звуков речи является воздушная струя, выходящая из легких через гортань, глотку, полость рта или носа наружу. Правильное речевое дыхание обеспечивает нормальное звукообразование, создает условия для поддержания нормальной громкости речи, четкого соблюдения пауз, сохранения плавности речи и интонационной выразительности.

Такие несовершенства речевого дыхания, как неумение рационально использовать выдох, речь на вдохе, неполное возобновление запаса воздуха и др., отрицательно влияющие на развитие речи детей, могут быть обусловлены неправильным воспитанием, недостаточным вниманием взрослых к речи детей. Малыши, имеющие ослабленный вдох и выдох, как правило, говорят тихо и затрудняются в произнесении длинных фраз. При нерациональном расходовании воздуха нарушается плавность речи, так как дети на середине фразы вынуждены добирать воздух. Часто такие дети не договаривают слова и нередко в конце фразы произносят их шепотом. Иногда, чтобы закончить длинную фразу, они вынуждены говорить на вдохе, отчего речь становится нечеткой, судорожной, с захлебыванием. Укороченный выдох вынуждает говорить фразы в ускоренном темпе, без соблюдения логических пауз.

Приступая к развитию у ребенка речевого дыхания, необходимо прежде всего сформировать сильный плавный ротовой выдох. При этом надо научить ребенка контролировать время выдоха, расходовать воздух экономно. Дополнительно у ребенка развивается способность направлять воздушную струю в нужном направлении.

Свою работу по развитию речевого дыхания я начинаю с игр и упражнений без участия речи, а помогают мне в этом сделанные своими руками дидактические пособия: «Утка-модница», «Веселая гусеница», «Барашек на облаке», «Осеннее дерево», «Дует ветер», «Бабочки».

Цель дыхательных упражнений:

Увеличить объем дыхания, нормализовать его ритм

Выработать плавный, длительный, экономный выдох

Активизировать работу мышц губ

Во время проведения описанных игр и упражнений необходим постоянный контроль педагога за правильностью дыхания.

Параметры правильного ротового выдоха:

- выдоху предшествует сильный вдох через нос - "набираем полную грудь воздуха";
- выдох происходит плавно, а не толчками;
- во время выдоха губы складываются трубочкой, не следует сжимать губы, надувать щеки;
- во время выдоха воздух выходит через рот, нельзя допускать выхода воздуха через нос (если ребенок выдыхает через нос, можно зажать ему ноздри, чтобы он ощутил, как должен выходить воздух) ;
- выдыхать следует, пока не закончится воздух;
- во время пения или разговора нельзя добирать воздух при помощи частых коротких вдохов.

Правила проведения игр:

При проведении игр, направленных на развитие у ребенка дыхания, необходимо иметь в виду, что дыхательные упражнения быстро утомляют ребенка, даже могут вызвать головокружение. Дуть можно не более 10 секунд с паузами, чтобы не закружилась голова. Поэтому такие игры необходимо ограничивать по времени (можно использовать песочные часы) и обязательно чередовать с другими упражнениями. Во время проведения игр и упражнений необходимо следить, чтобы ребенок стоял прямо, при выдохе не поднимал плечи, дул на одном выдохе, не добирая воздух, не надувал щеки, а губы слегка выдвигал вперед.

Перечисленные ниже игры и упражнения помогут научить ребенка плавно выдыхать через рот сильную направленную струю воздуха.

ОПИСАНИЕ ДЫХАТЕЛЬНЫХ ИГР И УПРАЖНЕНИЙ БЕЗ УЧАСТИЯ РЕЧИ

«Утка-модница»



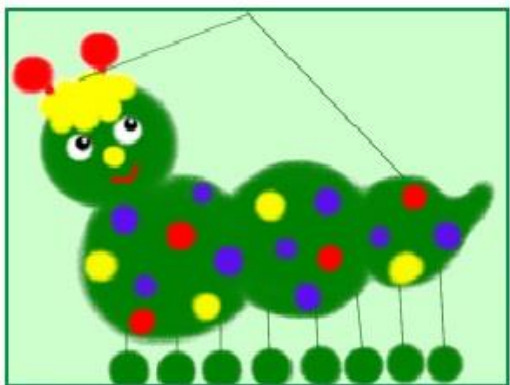
Цель: развитие длительного непрерывного ротового выдоха; активизация губных мышц.

Оборудование: яркая бумажная фигурка утки с подвесными лапками и двухцветной сумочкой.

Ход игры: Фигурка подвешивается на нитки на уровне лица ребенка. Педагог обращает внимание ребенка на утку:

- Посмотри на Утку-модницу. Она идет по дорожке сначала медленно, а потом быстро. Педагог дует на лапки, они качаются.
- А теперь попробуй, ты. Дует ребенок.
- От быстрой ходьбы колыхнется её сумочка. С одной стороны она красная, а с другой золотистая. Хочешь проверить? Ребенок снова дует.
- Вот такая Утка-модница!

«Весёлая гусеница»



Цель: увеличение объема дыхания, нормализация его ритма, развитие длительного непрерывного ротового выдоха; активизация губных мышц.

Оборудование: яркая бумажная фигурка гусеницы с подвесными лапками.

Ход игры: Фигурка подвешивается на нитки на уровне лица ребенка. Педагог обращает внимание ребенка на гусеницу:

- Веселая гусеница отправилась на прогулку и начала перебирать своими лапками. Педагог дует на подвесные лапки, одновременно поворачивая голы влево - вправо, чтобы привести в движение все лапки.
- Попробуй, ты. Дует ребенок.
- У неё на пути горка, он взбирается на неё очень медленно. Ребенок дует плавно.
- Гусеница устала, пусть немного отдохнет. Ребенок тоже отдыхает.
- А теперь она побежала с горки, и быстро-быстро перебирает ножками. Ребенок дует более интенсивно.
- Гусеница устала бежать, пусть немного отдохнет. Ребенок тоже отдыхает.

«Барашек на облаке»



Цель: развитие длительного непрерывного ротового выдоха; активизация губных мышц.

Оборудование: яркие бумажная фигурка сидящего на облаке барашка и маленького облачка внизу.

Ход игры: Фигурка подвешивается на нитки на уровне лица ребенка. Педагог обращает внимание ребенка на барашка:

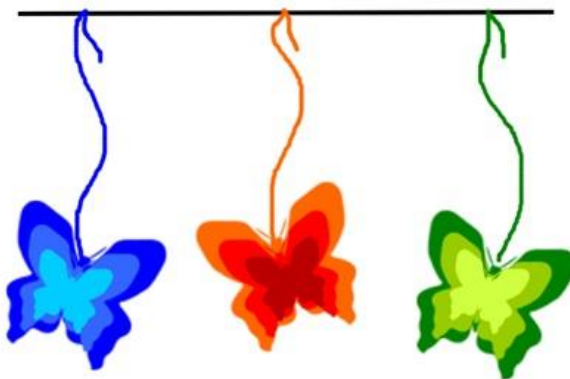
- Однажды Барашек решил прокатиться на облачке. Он подпрыгнул и сел на него верхом. Подул легкий ветерок. Педагог дует на фигурку, она медленно качается.

- А потом ветер усилился. Облако стало качаться и крутиться. Педагог дует немного интенсивнее.

- А теперь попробуй, ты. Дует ребенок.

Общий вид игр в групповой комнате

«Бабочки»



Цель: развитие длительного непрерывного ротового выдоха; активизация губных мышц.

Оборудование: 2-3 яркие бумажные или тряпичные бабочки.

Ход игры: Перед началом занятия к каждой бабочке привязывается нитка длиной 20-40 см, нитки крепятся к шнуру или деревянной реечке на некотором расстоянии друг от друга. Шнур натяните так, чтобы бабочки висели на уровне лица стоящего ребенка.

Педагог показывает ребенку бабочек и предлагает поиграть с ними.

- Смотри, какие красивые разноцветные бабочки! Посмотрим, умеют ли они летать.

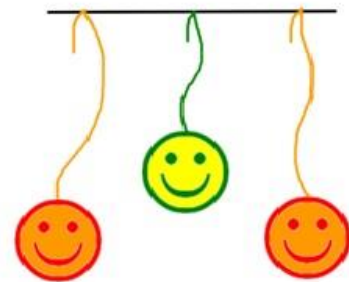
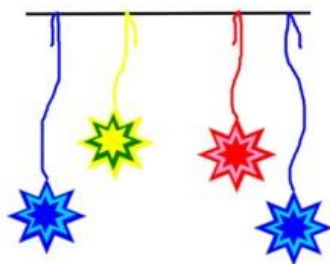
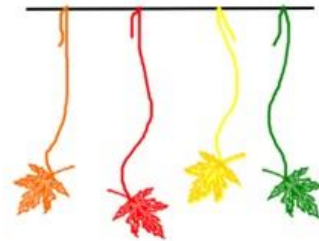
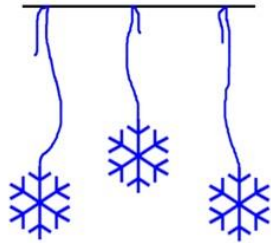
Педагог дует на бабочек.

- Смотри, полетели! Как живые! Теперь ты попробуй подуть. Какая бабочка улетит дальше?

Ребенок встает возле бабочек и дует на них. Необходимо следить, чтобы ребенок стоял прямо, при выдохе не поднимал плечи, дул на одном выдохе.

Примечание: По этому же принципу можно сделать другие игры в зависимости от тематики и времени года, например:

«Снежинки», «Листочки», «Звезды», «Хорошее настроение».



«Дует ветерок»



Цель: развитие сильного плавного ротового выдоха; активизация губных мышц.

Оборудование: Султанчики сделаны из узкой тесьмы и закреплены на цветной карандаш (метёлочки).

Ход игры: Перед началом игры необходимо подготовить метёлочки. Для этого полоски цветной тесьмы прикрепляются к цветному карандашу. Можно использовать тонкую папиросную бумагу, или елочное украшение "дождик".

Педагог предлагает поиграть с метёлочкой. Показывает, как можно подуть на полоски, потом предлагает подуть ребенку.

- Представь, что это волшебное дерево. Подул ветерок - и зашелестели на дереве листочки! Вот так! А теперь ты подуй!

Игра может проводиться как индивидуально, так и в группе детей. Во втором случае дети дуют на свои метёлочки одновременно.

«Осеннее дерево» 1-й вариант



Цель: обучение плавному свободному выдоху; активизация губных мышц.

Оборудование: макет осеннего дерева, сделанного из плотного цветного картона, которое крепится на подставку виде травы. На крону дерева подвешиваются на ниточки яблочки, обклеенные цветной бумагой с двух сторон (зеленой и красной).

Ход игры: Педагог обращает внимание на осеннее дерево, напоминает о времени года – осени. Яблочки на дереве повернуты зеленой стороной.

- Наступила осень, яблочки поспели и стали румяные, наливные. Предлагает подуть на листья.

«Осеннее дерево» 2- вариант



Цель: обучение плавному свободному выдоху; активизация губных мышц.

Оборудование: макет осеннего дерева, сделанного из плотного цветного картона, которое крепится на подставку виде травы. На крону дерева подвешиваются на ниточки кленовые листочки, обклеенные цветной бумагой разного цвета с двух сторон. Вместо листьев можно прикрепить цветы, бабочек, птиц, снежинки в зависимости от тематики. Дерево также может быть летним, зимним.

Ход игры: Педагог обращает внимание на осеннее дерево, напоминает о времени года – осени. Листья повернуты зеленой стороной.

- Все лето листья на дереве были зеленые, но пришла осень и раскрасила их в разные цвета: красной, желтой, оранжевой. Деревьев в лесу много, поэтому и работы у осени тоже много. Давай поможем осени, подует на листья!

Можно предложить посчитать, сколько желтых, красных, оранжевых листьев? Каких больше?

Другие варианты деревьев

