

Дыхательная гимнастика

В старшем дошкольном возрасте необходимо продолжать работу по развитию речевого дыхания. Это связано с тем, что в речи ребенка появляются более сложные конструкции предложений (сложносочиненные и сложноподчиненные), при произнесении которых требуется более продолжительная воздушная струя.

Упражнения на развитие речевого дыхания способствуют развитию способности произносить длинные фразы и являются профилактикой физиологического заикания.

Основные дыхательные упражнения.

1. Ребенка обучают, не надувая щеки, сквозь сближенные и слегка выдвинутые вперед губы, сдувать поднесенный ко рту любой легкий предмет (бумажный шарик, бабочка, дождевая капля или снежинка, перышко и т. д.).

Сдуваемый предмет может находиться на ладони или на твердом поле (картонный цветок, листок и т. п.). Можно использовать для поддувания предмет, привязанный за нитку к штативу или твердому полю. Твердой основой могут быть вырезанные из картона цветок, облако (туча), лист дерева и т. п.

2. Исходная позиция для поддувания та же, но ребенку предлагается для перемещения более сложный предмет, например карандаш. Причем сначала используется круглый карандаш, а затем ребристый. Карандаш кладут на гладкую поверхность стола, и ребенок дует на него так, чтобы он докатился до определенной границы (кубика, книги и т. п.). Данное упражнение можно проводить в парах.
3. С детьми отдельно отрабатывается холодный и теплый выдох, сильная и плавная воздушная струя. В упражнении используется любое пособие для поддувания (жучок на листике, пчела на цветке и т.п.). Выдох должен быть более сильным, а струя - более длительной.
4. Детей продолжают учить на одном выдохе произносить 4 -6 отдельных слогов (гав – гав – гав – гав, цып – цып – цып – цып и т. п.); слова, состоящие из 3 – 5 слогов (машина, сковорода, велосипед, электричество, настроение и т. п.).
5. Детей продолжают учить слитно произносить фразу из 3 4, 4 – 5, 5 – 6 слов с коротким вдохом и длительным выдохом.
6. Продолжается работа над дифференцированным дыханием:
вдох ртом, выдох ртом;
вдох ртом, выдох носом;
вдох носом, выдох ртом;
вдох носом, выдох носом.

Дыхательные упражнения необходимо проводить систематически; их следует включать в комплексы артикуляционной гимнастики, повседневную жизнь, занятия по разным видам деятельности.

Советы родителям по работе над правильным речевым дыханием

Своевременное овладение правильной речью имеет важное значение для формирования личности ребенка.

Для того чтобы правильно научиться произносить звуки, нужно подготовить артикуляционный аппарат, тренировать не только язык, губы, но и дыхание, и голос.

В системе русского языка есть звуки, которые произносятся без участия голоса, другие - с голосоподачей.

| Без участия голоса | С голосоподачей |
|---|--|
| П – Пь, С – Сь, Ц, К – Кь, Х – Хь, Ш, Щ, Ч, Ф - Фь, Т - Ть | М – Мь, Б – Бь, Й, З – Зь, Г – Гь, Ж, В – Вь, Д – Дь, Р – Рь, Л – Ль, Н – Нь А, Ы, Э, О, У, Я, И, Е, Ю |

Упражнения на развитие речевого дыхания

Чтобы научиться выговаривать такие звуки, как «С», «З», «Ш», «Ж», «Р» ребенок должен уметь делать достаточно сильный вдох. Также эти упражнения помогут в профилактике заикания, «глотания» звуков и слов.

«Кораблик»

Кораблики могут быть самодельными. Набираем воздух через нос (животик надувается), выдыхаем через рот (животик сдувается). Дуем на кораблик, чтобы он поплыл по блюдецке с водой.

«Игрушки»

Разнообразные дудочки, трубочки помогают формировать сильную струю воздуха.

«Султанчик», «Сдуй ватку», «Забей гол»

Эти упражнения могут выполняться с высунутым и сложенным в трубочку языком, чтобы воздух проходил по середине язычка. Дыхание остается прежним: вдыхаем через нос - выдох делаем через рот, не поднимая плеч.

«Чайник закипел», Шторм в стакане»

В ненавязчивой игровой форме проводятся интересные и полезные упражнения. В стакан налейте 150 граммов воды и вставьте в воду трубочку для коктейлей. Сначала потихоньку выдыхаем воздух в трубочку – чайник закипает. Усиливаем

выдох – он кипит, еще усиливаем выдох – вода бурлит. Не забываем - плечи не поднимать!

«ФУТБОЛ»

(материал: два карандаша-ворота, вата).

Взрослый предлагает подуть на вату так, чтобы забить «гол». Обычно ребенок справляется за 3-4 раза.

«СНЕЖИНКИ»

(материал: несколько кусочков ваты или маленькие бумажные снежинки, кусочки салфеток)

Взрослый показывает, как сдуть «снежинки» с раскрытой ладони, ребенок повторяет. Упражнение повторить 2-3 раза.

«БАБОЧКА, ЛЕТИ!»

(материал: 2-3 яркие бумажные бабочки, каждая подвешена на нитке к чему-либо на уровне лица ребенка)

Задача ребенка – дуть на бабочек, чтобы они «летели». Дуть не более 10 секунд, с паузами, чтобы не закружилась голова.