

Альбом по развитию речевого дыхания



Введение

Дыхание - основа жизни. Правильное дыхание - основа здоровья и долголетия.

Представления о механизме дыхания и о правильном дыхании, в частности, накапливаются человечеством с древнейших времен. Ряд учений, систем, методик в этой области имеют в своей основе только эмпирические наблюдения. Однако многие из этих наблюдений современная наука смогла подтвердить, либо переосмыслить и представить в виде дыхательных упражнений.

Дыхание - один из компонентов речевой деятельности. Наряду с голосом и интонацией дыхание является базой мелодико-интонационной стороны речи. В норме, у ребенка одновременно с развитием речи вырабатывается правильное речевое дыхание.

Соматические патологии у детей в ряде случаев сопряжены с различными дефектами речи, в структуру некоторых из них входит синдром дыхательных расстройств. В настоящее время нет однозначного ответа на вопрос о том, каково влияние соматических патологий на речевой онтогенез.

Установлено также, что овладение оральным праксисом, то есть практическим, произвольным действием - умение по заданию подуть, например, составляет важную подготовительную фазу речевого развития и обеспечивает успех в освоении нормативной речи. Развитие ребенка в условиях соматической патологии сказывается на формировании его личности, особенностях взаимоотношений с родителями, сверстниками и возможности адаптации в целом

Вышеизложенные факты позволяют сделать вывод о необходимости проведения профилактических, коррекционных, а в некоторых случаях, реабилитационных мероприятий по нормализации физиологического и речевого дыхания у детей, в частности, в условиях дошкольного образовательного учреждения.

Данный факт требует поиска коррекционных средств комплексного, медико-психолого-педагогического характера.

Проблема состоит в недостаточной разработанности эффективных методов, отсутствии целостной, основанной на мультидисциплинарном подходе, системы работы по формированию правильного физиологического и речевого дыхания у детей дошкольного возраста с речевой патологией.

В рамках мультидисциплинарного подхода к решению актуальных проблем логопедической практики целенаправленное поэтапное формирование физиологического и речевого дыхания, построенное с учетом взаимосвязи физического, психологического и речевого развития, способствует повышению эффективности коррекционной работы при речевой патологии. Речевое дыхание является - источником

образования звука, голоса. Оно помогает верно соблюдать паузы, сохранять плавность речи, менять громкость, делать речь выразительной. Под речевым дыханием понимается способность человека в процессе высказывания своевременно производить короткий, достаточно глубокий вдох и рационально расходовать воздух при выдохе. Правильное речевое дыхание дает возможность при меньшей затрате мышечной энергии речевого аппарата добиваться максимума звучности, более экономно расходовать воздух.

Развитие речевого дыхания зависит от правильного функционирования физиологического дыхания, хотя последнее от речевого отличается тем, что в процессе высказывания после вдоха, который чаще всего осуществляется одновременно через рот и нос, следует пауза, а затем плавный выдох в основном через рот. При физиологическом дыхании после вдоха сразу следует выдох, а потом пауза. Вдох и выдох совершаются только через нос. Речевое дыхание осуществляется произвольно, неречевое - автоматически. При речевом дыхании выдох в зависимости от содержания высказывания может быть то короче, то длиннее; вдох осуществляется одним импульсом, выдох - несколькими и постоянно меняется по своей силе. Достаточная продолжительность выдоха обеспечивает нормальную длительность звучания голоса. Чтобы сохранить его плавность, легкость и длительность, необходимо не только рационально расходовать воздух в процессе высказывания, но и добирать его своевременно.

Дыхательная функция нуждается в тренировке. При этом решаются такие задачи, как нормализация ритма дыхания, увеличение силы дыхательных мышц, улучшение воздушной проводимости бронхолегочного аппарата. В процессе выполнения дыхательных упражнений происходит оптимизация функции дыхания, ее оздоровление, повышается общий уровень здоровья ребенка, что положительным образом сказывается и на речевом дыхании.

Решение комплекса основных задач логопедии происходит при разработке научно обоснованных методов и средств преодоления речевых расстройств.

Методики коррекционно-логопедической работы при нарушениях речи, в симптоматике которых выявляются различные недостатки физиологического и речевого дыхания обязательно включают в себя работу над дыханием.

Основанием для построения этих методик является положение о целостности функционирования всего речевого аппарата: дыхания, голосообразования и артикуляции; об их теснейшем взаимодействии и координировании этого взаимодействия корой головного мозга. О значении дыхания и артикуляции часто говорят специалисты в области фонологии. Так, профессор Работнов в одной из своих книг пишет: "Голосовая функция человека тесно связана с дыхательной, так как с анатомической стороны и та и другая выполняются одними и теми же органами". Кроме того, действие органов артикуляции облегчает работу гортани.

Работа по преодолению речевых нарушений у детей дошкольного возраста, осуществляемая в специализированном детском саду или группе, реализуется путем использования поэтапной системы формирования речи. Учитывая факт, что ряд речевых нарушений имеет в своей симптоматике синдром нарушения физиологического и речевого дыхания, эта работа носит комплексный характер и включает в себя "постановку" правильного физиологического и речевого дыхания. Для этого используются статические и динамические дыхательные

упражнения, направленные на выработку умения дышать носом, на развитие ротового выдоха, умения дифференцировать носовой и ротовой выдох, рационально использовать выдох в момент произнесения звуков, слогов, слов, фраз.

В рамках теории деятельности в логопедической работе широко используется игровой метод, который предполагает использование различных игр, упражнений игрового характера в сочетании с другими приемами: показом, пояснением, указаниями и вопросами.

Учеными Психологического института РАО было установлено, что дыхание - наиболее важный для жизнедеятельности организма физический фактор, тесно связан с психологическими факторами (эмоции, мотивация, самосознание).

Выполнение дыхательных упражнений в игровой форме вызывает у ребенка положительный эмоциональный настрой, снимает напряжение и способствует формированию практических умений. Ребенок, занимаясь дыхательной гимнастикой, попадет в особый микромир сказок, песен, игр, стихов.

Сказка - популярный и любимый детьми жанр. В современной педагогике и психологии сказка рассматривается, как многообразный по своим возможностям источник развития ребенка. Особое внимание обращается на тесную связь сказки с игрой. Через сказочные сюжеты и мотивы, ребенок легче включается в предлагаемый вид деятельности.

Стихи - короткие рифмованные строки (ряды), соотносимые и соизмеримые между собой. Стихи хорошо запоминаются и эмоционально воспринимаются детьми. Пояснения, относительно смысла упражнений, приемов их выполнения или правил игры лучше воспринимаются и запоминаются детьми, если предъявляются в форме стихотворений, коротких рифмовок. В самом стихотворении может содержаться какой-либо сказочный сюжет, призывающий к игре.

Вспомогательным средством, необходимым для создания позитивного эмоционального настроения, атмосферы творчества и фантазии является музыка. Помощь в подборе музыкального репертуара для сопровождения дыхательных игр и упражнений может оказать музыкальный руководитель.

Пение - форма дыхательной гимнастики, развивает голосовой аппарат, укрепляет голосовые связки, улучшает речь. Систематическое применение пения оказывает выраженную положительную динамику показателей функции внешнего дыхания. Наблюдается увеличение жизненной емкости легких, резервных объемов вдоха и выдоха, одновременное уменьшение частоты и минутного объема дыхания, а также снижение дыхательных энергозатрат.

Взаимосвязь музыки, слова и движения прекрасно представлена в хороводах.

Работа по формированию правильного физиологического и речевого дыхания у детей с речевой патологией, осуществляемая в условиях специализированной группы дошкольного образовательного учреждения, предполагает решение следующих **задач**:

1. Улучшить функцию внешнего (носового) дыхания.
2. Выбатывать более глубокий вдох и более длительный выдох.
3. Развивать фонационный (озвученный) выдох.
4. Развивать речевое дыхание.

5. Тренировать речевое дыхание в процессе произнесения текста.

Ребенок, освоивший правильное дыхание, нуждается в постоянном контроле и наблюдении за правильностью его дыхания. Отсюда необходимость постоянного повторения дыхательных упражнений для закрепления навыков правильного физиологического и речевого дыхания.

Вся работа по формированию физиологического и речевого дыхания, которая проводится в дошкольном образовательном учреждении, требует участия следующих специалистов: логопеда, воспитателя, музыкального руководителя, инструктора по физической культуре, психолога, медицинских работников. Виды этой работы:

1. Дыхательные пятиминутки перед завтраком, после дневного сна.
2. Звукодыхательные игры, как фрагмент логопедического занятия - 5 минут.
3. Звукодвигательные игры, дыхательные игры как фрагмент занятия по физкультуре и на прогулке - 5 минут.
4. Звукоречевые игры как фрагмент логопедического занятия - 5 минут.
5. Голосовые упражнения и исполнение песен на музыкальных занятиях.
6. Психологические тренинги.

Дополнительно применяются общие дыхательные упражнения, дутье на ватку и бумажные игрушки; игра на детских духовых инструментах.

При выполнении дыхательных упражнений необходимо соблюдать следующие **требования**:

1. не заниматься в пыльном, непроветренном, или сыром помещении;
2. температура воздуха должна быть на уровне 18-20 С;
3. одежда не должна стеснять движений;
4. не заниматься сразу после приема пищи;
5. не заниматься с ребенком, если у него заболевание органов дыхания в острой стадии.

Упражнения могут выполняться в исходном положении лежа, сидя, стоя, а также в сочетании с движениями и речью.

I этап.

Цель: улучшить функцию внешнего дыхания ребенка.

В процессе занятий дети получают знания о том, что:

1. дышать надо носом;
2. нельзя поднимать плечи при вдохе;
3. в дыхании должен активно участвовать живот.

Дети приобретают навыки носового дыхания, осваивают первичные приемы дыхательной гимнастики - происходит подготовка к развитию грудобрюшного типа дыхания.

На этом этапе проводятся следующие упражнения и игры: **"Бегемотик"**, **"Качели"**, **"Нырять за жемчугом"** (см. Приложение), рассматривание картинок, где изображены клювы (носы) разных животных и птиц.

Пример 1. Упражнение "Бегемотик". Ребенок, находящийся в положении сидя, кладет ладонь на область диафрагмы. Взрослый дает инструкцию: "Сядь, положи ладонь на живот и почувствуй, как он поднимается, когда ты вдыхаешь, и опускается, когда ты выдыхаешь" и сопровождает действия ребенка рифмовкой:

Сели бегемотики, потрогали животики,

То животик поднимается, то животик опускается.

Пример 2. Взрослый предлагает ребенку рассмотреть носы (клювы) у разных животных и птиц на картинках. Дает инструкцию: "Вдыхай через нос и выдыхай через нос" и сопровождает действия ребенка рифмовкой:

Носиком дышу свободно,

Тише - громче, как угодно.

Дышат птицы и цветы,

Дышим он и я, и ты.

Пример 3. Вовлечение в работу нижних конечностей, движений туловищем (наклоны, сгибание и разгибание, вращение) способствует укреплению мышц диафрагмы и вспомогательных мышц. Для того, чтобы детям было интересно выполнять эти упражнения, предлагается вспомнить героев сказок: Буратино, Чипполино, Мальвину и др. Показать рисунки, сказать, что сказочные герои решили заниматься гимнастикой и предлагают ребятам поддержать их.

Упражнения этого этапа выполняются столько, сколько необходимо для развития грудобрюшного типа дыхания.

Сформированность грудобрюшного типа дыхания определяется визуально и тактильно (с помощью ладони, положенной на область диафрагмы ребенка). Необходимо следить, чтобы вдох ребенка не был форсированным и его плечи не поднимались. Ребенок может также самостоятельно осуществлять зрительный контроль над правильностью дыхания, выполняя упражнения перед зеркалом.

II этап.

Цель: выработать у детей более глубокий вдох и более длительный выдох.

В процессе занятий дети получают знания об основных дыхательных процессах: вдох и выдох и о том, что силу выдоха можно тренировать.

Дети приобретают навыки плавного и длительного выдоха через рот, тренируют силу выдоха.

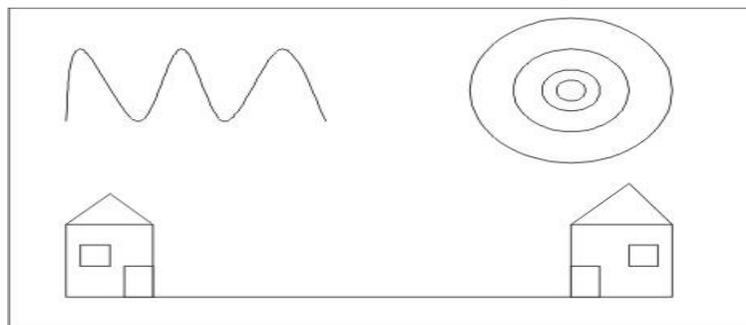
Рекомендуемые игры и упражнения: **надувание воздушного шарика, стрельба из воздушного ружья, игра на детских духовых инструментах (дудочка, свистулька, губная гармошка), "Воздушный футбол", "Листопад", "Снегопад", "Кораблик", "Лети, перышко", "Помоги герою сказки"** (см. Приложение).

Пример 1. Упражнение "Не потеряй пушинку". Ребенок кладет на ладонь легкую пушинку, делает вдох через нос и начинает, медленно выдыхая через рот, поддувать вверх пушинку (упражнение сопровождается музыкой).

Пример 2. Используются иллюстрации к знакомым детям сказкам. Например, эпизод "Встреча колобка с лисой" из сказки "Колобок" представлен в следующем виде: на картинке изображена лиса перед пустым пеньком, а плоскостной колобок накладывается на пенек. Предлагается "спасти колобка". Ребенок делает вдох через нос и плавным выдохом через рот сдувает колобка с пенька. Аналогично можно интерпретировать другие сказки.

Формировать длительную и плавную воздушную струю на выдохе помогает тактильный контроль:

- наматывание нитки на клубок;
- поднесение тыльной стороны ладони ко рту;
- движение руками по графическим схемам: горки, дорожки, спирали (рис.1).



III этап.

Цель: развитие фонационного (озвученного) выдоха.

Внимание детей направляется на звучание голоса в процессе выдоха.

На этом этапе дети знакомятся со звуковыми дыхательными играми. Ребенок тянет без голоса или с голосом звуки на выдохе, максимально долго. Сначала тянутся гласные звуки, с изменением силы голоса, с разной интонацией. Затем - согласные звуки. Сначала выдох делается на глухих проторных согласных: "Ф", "С", "Ш", "Х". Для упражнений берутся только те звуки, которые ребенок правильно произносит. Продолжительность выдоха регулируется самим ребенком.

Звуковые дыхательные игры могут выполняться ребенком ежедневно, как элемент зарядки в детском саду и дома. Эти игры могут быть включены в занятия по формированию правильного звукопроизношения.

Рекомендуемые игры и упражнения: "Лесная азбука", "Дует ветерок", "Комар", "Жуки", "Рычалка", "Мычалка", "Дирижер", "Варим кашу", "Семафор" (см. Приложение).

Пример 1. Игра "Обезьянка". Проводится перед зеркалом. Взрослый говорит детям: "Представьте, что на вас смотрит обезьянка и все за вами повторяет". Можно мимикой изобразить радость, удивление, обиду и произносить на выдохе гласные звуки: "О" - удивились; "У" - обиделись; "А" - обрадовались.

Пример 2. Игра "Большой - маленький". Детям показываются парные предметные картинки "большой - маленький". Объясняется, что большой воздушный шар спускает воздух со звуком "Ф", а маленький - "ФЬ" и предлагается воспроизвести звуки поочередно на выдохе. Другие варианты парных картинок: пожарный шланг и душевой шланг ("С", "СЬ"), ветряная мельница и комнатный вентилятор ("В", "ВЬ").

IV этап.

Цель: развитие речевого дыхания.

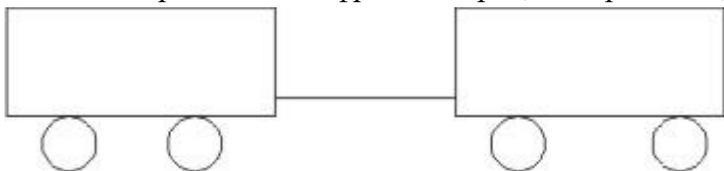
Этот этап является базовым в логопедической работе по планированию и формированию речевого высказывания. Дети сначала обучаются в процессе выдоха произносить слоги и отдельные слова, затем фразы из двух, а далее из трех-, четырех слов, поговорки и скороговорки.

На первых занятиях используется невербальная инструкция: быстрое движение руки с раскрытой ладонью вверх, означающее начало быстрого вдоха через рот. По мере того, как дети начинают самостоятельно выполнять вдох перед речью, количество таких инструкций сокращается.

Для упражнений берутся только слоги со звуками, хорошо произносимыми детьми (ма-мо-му-мы-мэ; на-но-ну-ны-нэ). Затем дети "поют" двусложные слова (ма-ма; ми-ла; мы-ла и др.), трехсложные слова (ма-ли-на; ку-би-ки), двухсловные и трехсловные фразы (Мама мыла. Мама *мыла* Милу).

Используются схемы-модели предложений - "вагончики" (рис. 2). Рекомендуемые звуковые речевые игры: "**Дразнилка**", "**Изобрази животное** - сочетание речи с движением, "**Эхо**" (см. Приложение).

Пример. Дети произносят слово "мама" (ставится 1-й вагончик), а затем предлагается произнести слово "мыла" (ставится 2-й вагончик). Аналогично произносятся фразы из трех, четырех слов, разучиваются поговорки и скороговорки.



V этап

Цель: тренировка речевого дыхания в процессе произнесения текста.

Логопед проговаривает фразу, типа: "Это яблоко большое и красное", поднимает руку вверх (вдох), опускает вниз (выдох). При акценте на одном из слов - рука движется в горизонтальной плоскости.

Используются схемы предложений, где слово - "вагончик", на котором сделан акцент, закрывается фишкой.

Как звукоречевая гимнастика используется произнесение на выдохе стихотворных строк в сочетании с движением, пение песен.

Рекомендуемые игры: "Поезд", "Полет на шарике", "Веселые движения", "Потягушеньки" (см. Приложение).

Успех ребенка на каждом этапе закрепляется постоянным надзором за дыханием, разъяснением и соответствующим внушением.

ПРИЛОЖЕНИЕ
Дыхательные упражнения и игры

"Бегемотик".

Цель: улучшить функцию внешнего дыхания, освоить первичные приемы дыхательной гимнастики.

Ребенок, находящийся в положении лежа, кладет ладонь на область диафрагмы. Взрослый произносит рифмовку:

Бегемотики лежали, бегемотики дышали.

То животик поднимается (вдох),

То животик опускается (выдох).

Упражнение может выполняться в положении сидя и сопровождаться рифмовкой:

Сели бегемотики, потрогали животики.

То животик поднимается (вдох),

То животик опускается (выдох).



“Нырятьщики за жемчугом”.

Цель: улучшить функцию внешнего дыхания, увеличить силу дыхательных мышц.

Объявляется, что на морском дне лежит красивейшая жемчужина. Достать ее сможет тот, кто умеет задерживать дыхание. Ребенок в положении стоя делает два спокойных вдоха и два спокойных выдоха через нос, а с третьим глубоким вдохом закрывает рот, зажимает пальцами нос и приседает до желания сделать выдох.

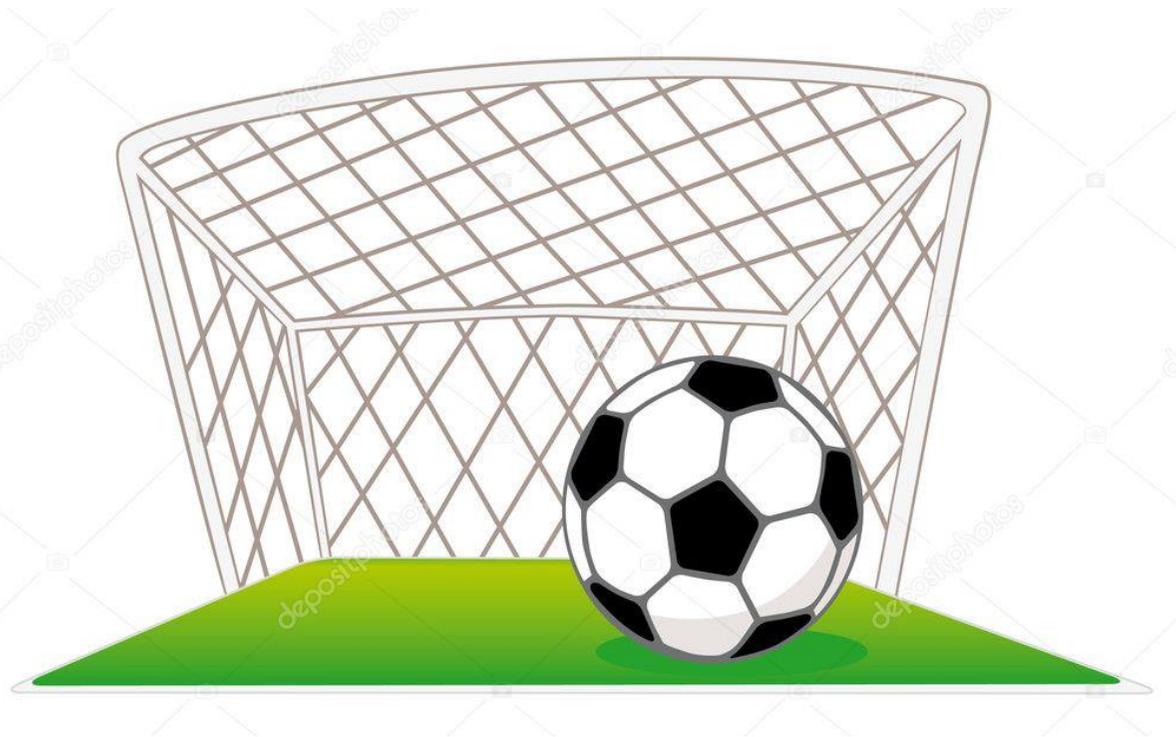


"Воздушный футбол".

Цель: выработать более глубокий вдох и более длительный выдох.

Оборудование: "мячи" из ваты, кубики.

Из кусочков ваты скатать шарик - "мяч". Ворота - 2 кубика. Ребенок дует на "мяч", пытаясь "забить гол" - вата должна оказаться между кубиками.



"Листопад".

Цель: выработать более глубокий вдох и более длительный выдох.

Оборудование: листочки из тонкой бумаги.

Вырезать листочки из тонкой цветной бумаги и предложите ребенку "устроить листопад" - сдувать листочки с ладони.



"Снегопад".

Цель: выработать более глубокий вдох и более длительный выдох.

Оборудование: "снежки" из ваты.

Сделать из ваты мелкие шарики - "снежинки", положить ребенку на ладонь и предложить "устроить снегопад" - сдувать снежинки с ладони.



"Кораблик".

Цель: выработать более глубокий вдох и более длительный выдох.

Оборудование: бумажный кораблик, таз с водой.

Пустить в таз с водой легкий бумажный кораблик, подуть плавно и длительно, чтобы кораблик поплыл. Взрослый произносит русскую народную поговорку:

Ветерок, ветерок, натяни парусок!

Кораблик гони до Волги-реки.



"Лети, перышко!".

Цель: выработать более глубокий вдох и более длительный выдох.

Оборудование: перышки небольшого размера.

Положить ребенку на ладонь перышко и предложить подуть так, чтобы оно полетело.



"Мой воздушный шарик".

Цель: выработать более глубокий вдох, сильный длительный выдох; активизировать мышцы губ.

Оборудование: воздушные шары.

Дети должны надуть воздушные шары, набирая воздух через нос и медленно выдыхая его через рот.

Педагог сопровождает действия детей стихотворным текстом:

Вариант 1.

Мой воздушный шарик, раз, два, три.

Легкий, как комарик, посмотри.

Носом я вдыхаю, не спешу,

За своим дыханием слежу.

Вариант 2.

Каждый день я в шарик дую,

Над дыханием колдую.

Шарик я надуть стремлюсь

И сильнее становлюсь.

"Яблоня".

Цель: развивать слуховое внимание, умение координировать носовое и ротовое дыхание, выполнять согласованные движения руками.

Педагог читает сказку, дети выполняют движения по тексту:

Есть сказка новая у нас - интереснейший рассказ.

Про то, как яблоня росла, и каждый год весной цвела,

Все лето яблоки висели и потихоньку дружно спели.

А эта яблоня какая? Да, да, красивая, большая,

И много у нее ветвей, совсем как руки у детей.

(Дети встают в круг, тесно прижавшись друг к другу. Поднимают вверх соединенные руки, покачивают ими).

Солнце ласково нас греет, быстро яблоки поспеют.

Вы посмотрите-ка на них, как много яблок здесь больших.

(Дети разъединяют руки, сжимают их в кулачки).

Что-то ветер разыгрался и раздулся, разгулялся.

(Дети покачивают руками из стороны в сторону).

Надо ветру помогать, тоже будем поддувать,

Носом воздух набираем, через ротик выпускаем.

(Дети дуют все вместе).

Сразу яблоки упали и о землю застучали,

Вдруг, откуда ни возьмись, здесь зверята собрались,

Быстро яблоки съедают, в лес обратно убегают.

(Топают ногами).

Одно яблоко осталось, повисело еще малость,

Дальше с яблони свалилось, по дорожке покатилося.

Посмотреть на белый свет, хочешь верь, а хочешь нет.

(Движение "веретено" согнутыми в локтях руками).

"Лесная азбука".

Цель: развивать фонационный (озвученный) выдох, активизировать мышцы губ.

К детям в гости приходит персонаж Лесовик и предлагает "уроки лесной азбуки". Дети повторяют за Лесовиком звуки и действия, "осваивают" лесную азбуку:

"У-У-У" - идет недобрый человек, его надо прогнать (топать ногами).

"А-У-У" - путник заблудился, ему надо показать дорогу (хлопать руками по бедрам, будто сучья трещат).

"Ы-Ы-Ы" - пришло время всем собраться на поляне (хлопать в ладоши).



"Дует ветерок".

Цель: развивать фонационный (озвученный) выдох, слуховое и зрительное внимание, мелкую моторику; активизировать мышцы губ.

Педагог приглашает детей на прогулку. Дети встают друг за другом и "змейкой" двигаются вперед. По сигналу взрослого останавливаются и выполняют движения:

Золотое солнышко по небу катается

С утра улыбается,

А улыбки-лучи очень горячи (дети раскрывают пальцы на правой руке, изображая "солнышко" и встают в круг).

Что было дальше?

Солнышко зашло за тучу (дети сжимают пальцы левой руки в кулак, изображая "тучку").

Вдруг подул ветерок,

А гудел он так: У-У-У (дети делают носом вдох и произносят на выдохе этот звук).



"Комар".

Цель: развивать фонационный (озвученный) выдох.

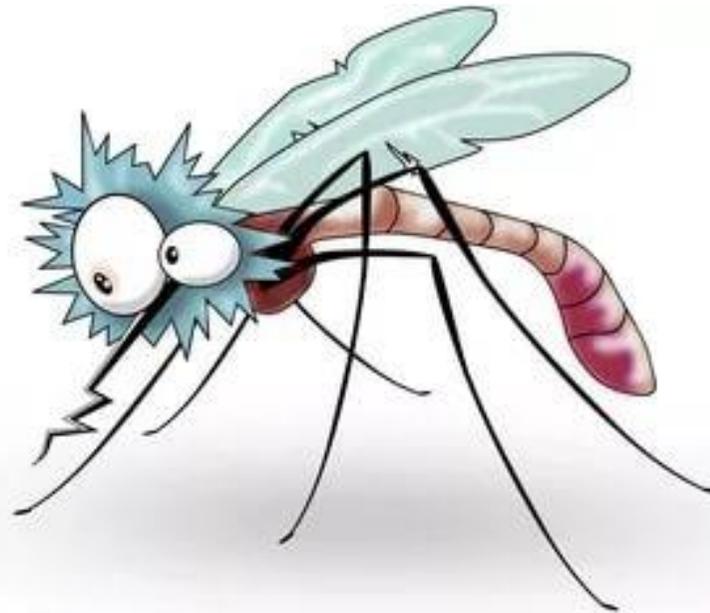
Оборудование: предметная картинка "комар".

(Проводится, если ребенок правильно произносит звук "з").

Ребенок стоит, кисти к плечам, легко покачивается на месте, произнося звук "з". Взрослый произносит рифмовку:

З-з-з - комар летит,

З-з-з - комар звенит.



"Жуки".

Цель: развивать фонационный (озвученный) выдох.

Оборудование: предметная картинка "жук".

(Проводится, если ребенок правильно произносит звук "ж").

Ребенок стоит, руки на поясе, корпус поворачивает вправо-влево, произнося звук "ж". Взрослый произносит рифмовку:

Мы жуки, мы жуки, мы живем у реки,

Мы летаем и жужжим, соблюдаем свой режим.



"Рычалка".

Цель: развивать фонационный (озвученный) выдох.

(Проводится, если ребенок правильно произносит звук "р").

Дети соревнуются, кто дольше прорычит на одном выдохе.

"Варим кашу".

Цель: развивать фонационный (озвученный) выдох, умение действовать в коллективе.

Оборудование: детские стулья, поставленные в виде круга.

Дети с педагогом договариваются варить кашу и распределяют "роли": молоко, сахар, крупа, соль. На слова:

Раз, два, три,

Горшочек, вари!

("Продукты" поочередно входят в круг - "горшочек").

Каша варится.

(Дети, выпячивая живот и набирая воздуха в грудь делают вдох, опуская грудь и втягивая живот - выдох и произносят: "Ш-Ш-Ш").

Огонь прибавляют.

(Дети произносят: "Ш-Ш-Ш" в убыстренном темпе).

Раз, два, три,

Горшочек, не вари!

"Мычалка".

Цель: развивать фонационный (озвученный) выдох.

Дети соревнуются, кто дольше "промычит" на одном выдохе.

Делаются два спокойных вдоха и два спокойных выдоха, а после третьего глубокого вдоха, медленно выдыхая носом, произносить звук "М-М-М".

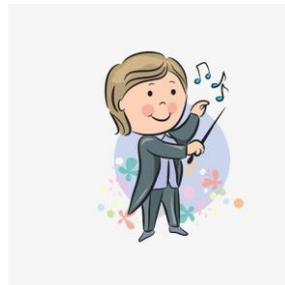
"Дирижер".

Цель: развивать фонационный (озвученный) выдох, зрительное внимание.

Оборудование: палочка для дирижера, фишки для обозначения звуков (красные - гласные; синие с колокольчиком - согласные, звонкие, твердые; зеленые с колокольчиком - согласные, звонкие, мягкие; синие без колокольчика - согласные, глухие, твердые; зеленые без колокольчика - согласные, глухие мягкие).

Педагог выступает в роли дирижера, дети стоят перед ним. Взяв в одну руку одну из фишек, а в другую руку - палочку, дирижер делает палочкой жест и призывает детей произносить предлагаемый звук, сделав предварительно вдох через нос.

Методические указания. Необходимо дать детям установку на произнесение конкретного звука, который, например, изучается в настоящее время на занятии по формированию фонематической стороны речи.



"Дразнилка" или "Изобрази животное".

Цель: развивать речевое дыхание через произнесение на выдохе слогов.

Взрослый произносит рифмовку, а ребенок изображает животных звуками и движениями:

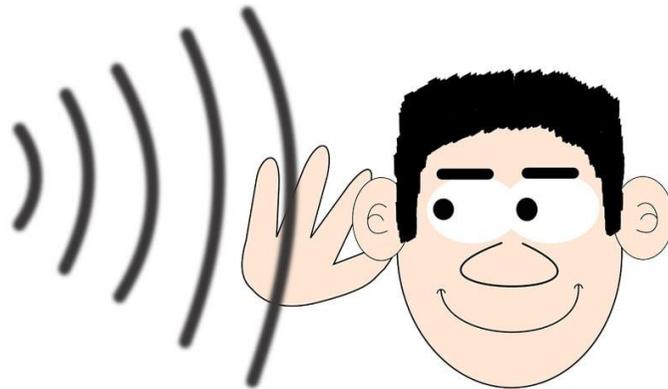
*Люблю дразнить я хрюшек, барашков и лягушек.
Весь день за ними я хожу и все твержу, твержу:
Кар-кар, гав-гав, жу-жу,
Бе-бе, ме-ме, ква-ква.*

"Эхо".

Цель: развивать речевое дыхание через произнесение на выдохе звуков, слогов, слов.

Дети делятся на две команды и встают в два ряда лицом друг к другу. Одна группа детей громко произносит звук (слог, слово), а другая повторяет его тихо.

Рекомендуется употреблять гласные звуки и их сочетания, открытые слоги, двух- и трехсложные слова без стечения согласных: "А", "АУ", "МАМА", "КУБИКИ".



"Поезд".

Цель: развивать речевое дыхание в процессе произнесения фраз.

Оборудование: схемы слов - "вагончики", предметные картинки из серий: "Игрушки", "Овощи" и др.

Показывается предметная картинка и педагог проговаривает фразу типа: "Это яблоко" и выставляет два вагончика.

Детям предлагается дополнить фразу одним новым словом - добавить к поезду "вагончик".

Например, ребенок может сказать: "Это большое яблоко". Следующий ребенок скажет: "Это большое красное яблоко".

На каждое добавленное слово присоединяется "вагончик".

Важно помнить, что перед началом фразы необходимо сделать вдох.

Фразы из 3-4 слов произносятся на одном выдохе, более длинные фразы - с паузой через 3-4 слова.



" Полет на шарике".

Цель: развивать речевое дыхание в процессе произнесения стихотворных строк, ритм и выразительность речи; умение сочетать речь с движениями.

Оборудование: разноцветные мячи.

Дети двигаются по кругу с мячами в руках и произносят стихотворный текст:

Все дети во сне летают.

(Дети поднимаются на носочки и тянут руки с мячом вверх).

К звездам полететь мечтают.

Мы подрастает, пока летаем.

(Дети двигаются по кругу с мячами в руках).

Мы подрастает, пока мечтаем.

(Дети поднимаются на носочки, тянутся мячом вверх и делают вращения вокруг себя).



"Веселые движения".

Цель: развивать речевое дыхание в процессе произнесения стихотворных строк, умение сочетать речь с движениями.

Я люблю играть в футбол,

Забивать в ворота гол. (Имитация удара ногой по мячу).

Я играю в баскетбол, (Имитация броска мяча в кольцо).

И, конечно, в волейбол. (Имитация паса в волейбол).

Методические указания. Каждая стихотворная строка произносится на выдохе, перед произнесением следующей строки делается вдох.



"Потягушеньки".

Цель: развивать речевое дыхание в процессе произнесения стихотворных строк, мимику, умение сочетать речь с движениями.

Дети произносят стихотворный текст, сопровождая его движениями:

Потягушеньки моей душеньке.

Тянем ноженьки, тянем рученьки. (Поднимание стоп на носки, руки расходятся через стороны вверх).

Сон скорее уходи, сила, приходи. (Руки напряжены, согнуты в локтях в положении поднятой штанги).

Улыбнись, дружок, хоть один разок. (Улыбка).

Упражнения для развития физиологического дыхания

Цветочный магазин

(Мы в цветочном магазине. Воздух напоен разными ароматами. Запах какого-то цветка преобладает. Ищите запах, назовите этот цветок!) Медленно, спокойно глубоко вдохнули. Как бесшумно через расширенные ноздри вливается воздух! Грудная клетка- расширена (не поднята!) Плечи-«висят». Вдох. Задержка (ищем, нашли запах). Выдох.



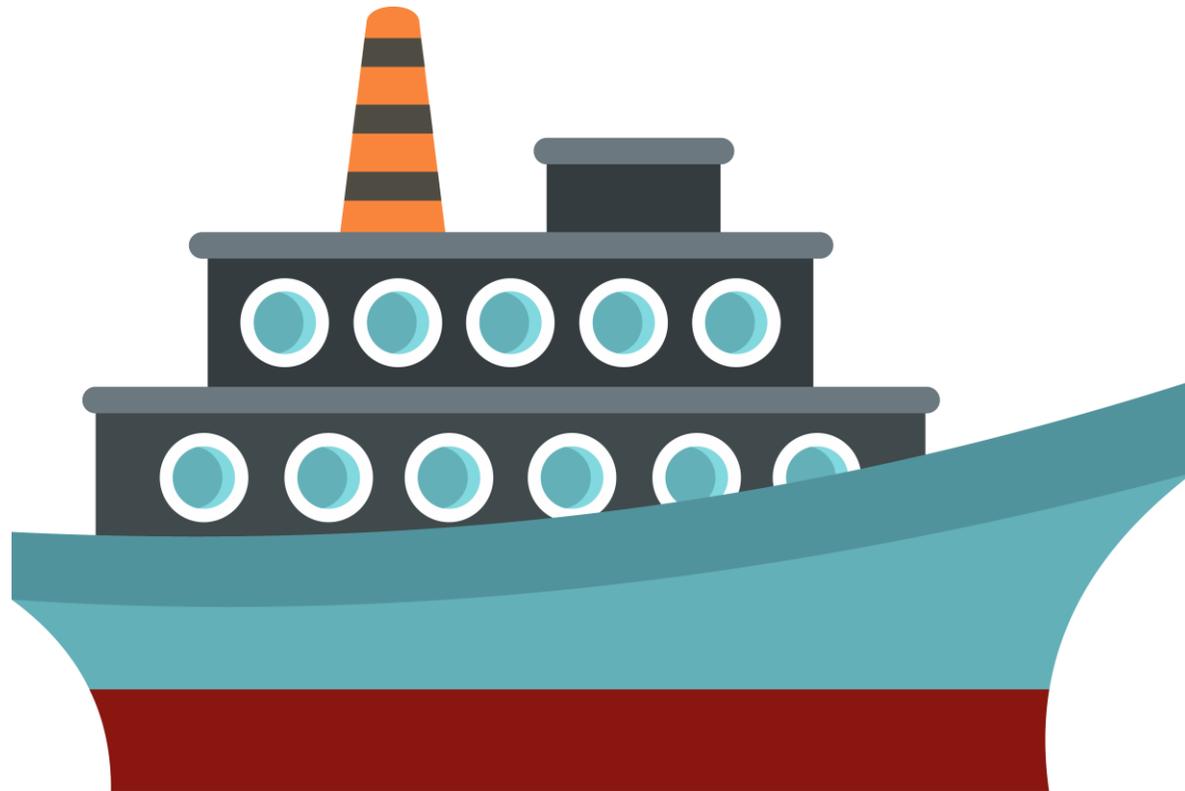
Соревнование лыжников»

Фигурки лыжников (вырезанные из тонкого картона) стоят на крае стола. Вызываются попарно дети. Каждый ребенок садится напротив лыжника. Педагог предупреждает, что продвигать лыжника можно лишь на одном выдохе, дуть несколько раз подряд нельзя. По сигналу «Поехали» дети дуют на фигурки. Остальные дети следят, чей лыжник дальше уедет (проскользит по столу).



Чей пароход лучше погудит

Каждому ребенку дают чистый пузырек. Педагог говорит: «Дети, посмотрите, как гудит мой пузырек, если я в него подую (пиит). Загудел, как пароход. А как у Миши загудит пароход?» Педагог по очереди вызывает всех детей, а затем предлагает погудеть всем вместе. Следует помнить: чтобы пузырек загудел, нижняя губа должна слегка касаться края его горлышка. Струя воздуха должна быть сильной. Каждый ребенок может дуть лишь несколько секунд, чтобы не закружилась голова.



Кто дольше сможет подуть на листики?

У педагога на нитках листья разных деревьев. «Посмотрите, дети. К нам вместе с ветерком прилетели эти листики. Они такие красивые, легкие. Давайте, как ветерок, подуем на эти листики, вот так. (Показать как нужно дуть). Интересно, чей листик дольше других сможет покружиться на ветру. Педагог смотрит, чтобы дети не надували щеки, не напрягались, дули на листики легко и спокойно.



Упражнения для развития речевого дыхания

Дровосек

Дети стоят. Ноги на ширине плеч, руки опущены и пальцы рук сцеплены «замком». Быстро поднять руки - вдох, наклониться вперед, медленно опуская «тяжелый топор», произнести - ух! - на длительном выдохе.



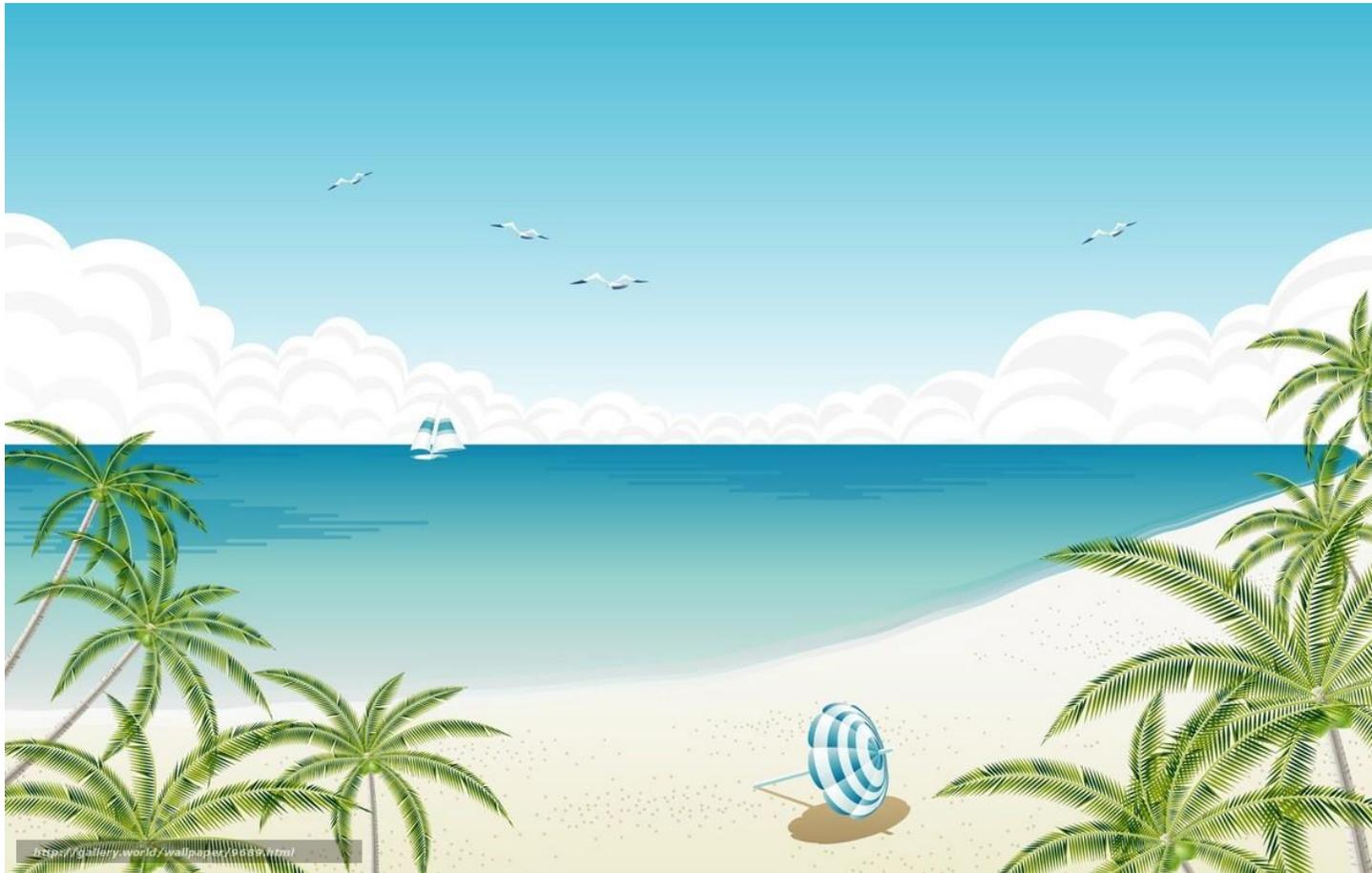
Вьюга

Наступила весна. Но зима уходить не хочет. Она злится, посылает вьюги и метели. Воеет вьюга: у-у-у... Свистит ветер: с-с-с-с... Ветер гнет деревья: ш-ш-ш-ш... Но вот вьюга стала затихать. (Повторить тоже, только тише). И затихла.



На берегу моря

Представить себя на берегу моря... Закрывать глаза... Слышите как бежит волна: с-с-с.. Сыплется песок: с-с-с-с... Ветер песню поет: с-с-с-с... И песочек рассыпает: с-с-с-с...



Эхо

Педагог громко произносит на выдохе звук: а-а-а-а... А ребенок тихо отзывается : а-а-а-а... Можно играть употребляя гласные звуки, а также сочетания: ау, уа, ио...и т.д. и отдельные слова: «Ау, Оля! Ау Петя!».

Пузырь

Несколько детей стоят наклонив головы вниз, взявшись за руки. Затем, медленно поднимая головы и руки, приговаривают: «Раздувайся, пузырь, раздувайся большой, оставайся такой, да не лопайся.» По сигналу педагога: «Пузырь лопнул!» Дети медленно опускают головы и руки, длительно произнося с-с-с... или ш-ш-ш..., подражая выходящему воздуху. Следить, чтобы при произнесении звука дети не надували щеки (пузырь выпускает воздух, а не надувается.).



Ворона

Дети сидят. Руки опущены вдоль туловища. Быстро поднять руки через стороны вверх - вдох, медленно опустить руки - выдох. Произнести «ка-а-ар!»



Приятный запах

У педагога два-три живых цветка, наиболее знакомых детям, например ландыши, фиалка, сирень. Цветы можно заменить фруктами с определенным запахом (апельсин, лимон, яблоко) или листьями (смородины, тополя, черемухи). Ребенок нюхает цветок и на выдохе произносит фразу «Хорошо пахнет» или «Очень приятный запах» и т.д.

Произнеси чистоговорки

Педагог предлагает детям глубоко вдохнуть и на выдохе сказать: «На пригорке, возле елки, жили тридцать три Егорки». Глубоко вдохнуть и на выдохе сказать: «Раз Егорка, два Егорка, три Егорка....»

Заключение

Физиологическое и речевое дыхание детей дошкольного возраста с речевой патологией формируется в процессе специально организованной и гармонично включенной в коррекционно-образовательный процесс работы над дыханием.

Целенаправленное формирование правильного физиологического и речевого дыхания включает различные виды работы и типы занятий.

Интерес детей поддерживается игровой формой их проведения, а так же использованием наглядного материала.

Задачи, поставленные в работе по формированию правильного физиологического и речевого дыхания, решаются поэтапно:

1. - улучшение функции внешнего (носового) дыхания.
2. - выработка более глубокого вдоха и более длительного выдоха.
3. - развитие фонационного (озвученного) выдоха.
4. - развитие речевого дыхания.
5. - тренировка речевого дыхания в процессе произнесения текста.

Правильное дыхание является базой для развития правильной речи, а так же предотвращает ряд отклонений в соматической сфере, улучшает общее самочувствие и эмоциональное состояние ребенка.

Используя данные нами методические рекомендации, возможно проводить работу над физиологическим и речевым дыханием в виде дыхательных игр и упражнений с целью общего оздоровления и развития детей, начиная с трех лет.

В структуру физкультурных и музыкальных занятий, проводимых в детском саду, также могут быть включены предлагаемые дыхательные упражнения и игры.