

«ПОСЛУШНЫЙ ВЕТЕРОК»

развитие речевого дыхания

Разработка учителя-логопеда
МБДОУ №257 г.Красноярска
Арефьевой З.А.

Зачем это нужно?

Особенности речи, её плавность и громкость, очень сильно зависят от речевого дыхания. Многие думают, что для правильного произношения звуков достаточно тренировать органы артикуляции. Однако при нарушенном произношении звуков у детей часто нарушается речевое дыхание, и если не уделять дыхательной гимнастике должного внимания, то правильного произношения можно так и не добиться.

Звуки речи образуются на выдохе. Источником их образования 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.

Что это такое?

Речевое дыхание отличается от физиологического - того, как мы дышим обычно.

- ▣ При обычном физиологическом дыхании вдох и выдох чередуются непрерывно, выдох равен вдоху.
- ▣ При речевом дыхании выдох намного длиннее вдоха. Вдох в речи короче, интенсивнее, глубже, чем в обычном дыхании и делается через рот.
- ▣ Количество вдохов при речевом дыхании 7-10, а при обычном 14-20.

Как может быть нарушено?

Малыши, имеющие ослабленный вдох и выдох, как правило, говорят тихо и затрудняются в произнесении длинных фраз. При нерациональном расходе 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

Понаблюдайте за ребенком, если у малыша обнаружится один или больше ниже перечисленных признаков, значит речевое дыхание нарушено.

- Когда ребенок говорит, речь становится тише к концу фразы;
- Когда ребенок говорит, наблюдаются быстрые, короткие «задыхивания» посреди фразы или слова;
- Ребенок дышит слишком часто, речь прерывают частые выдохи;
- Ребенок говорит «в нос». Обнаружить носовое произношение можно так: зажмите пальцами нос ребенка и попросите произносить какое-нибудь слово (в предложенных словах не должно быть звуков М, Н, Б). Если у ребенка носовое произношение, то пальцами вы ощутите толчки воздуха в ноздрях ребенка, на слух носовое произношение так же станет заметнее;
- Ребенок произносит звук Р горлом.

Как правильно?

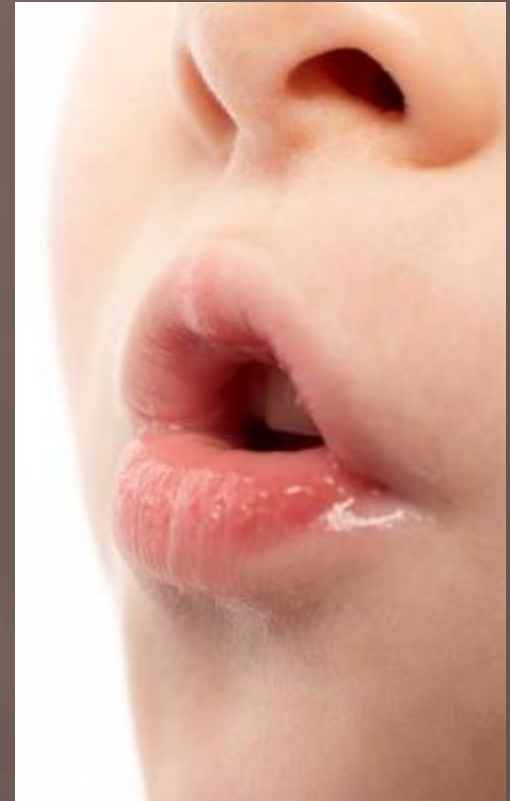
(параметры правильного ротового выдоха)

- ▣ 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 выходит воздух);
- ▣ выдыхать следует, пока не закончится воздух;
- ▣ во время пения или разговора нельзя добирать воздух при помощи частых вдохов.

Для того, чтобы говорить красиво и четко,

нужно произносить часть фразы или целую фразу на одном выдохе.

Паузы при речевом дыхании делаются при выдохе и не должны быть слишком короткими и продолжительными, иначе речь станет несвязной и отрывистой.



Почему нарушено?

Нарушения речевого дыхания могут быть следствием общей ослабленности, аденоидных разражений, различных сердечно-сосудистых заболеваний и т. д. 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...

Что делать?



Приступая к развитию у ребенка речевого дыхания, необходимо, прежде всего, развивать бесшумный, спокойный вдох без поднятия плеч, а так же сформировать сильный плавный ротовой выдох. При этом надо научить ребенка контролировать время выдоха, расходовать воздух экономно. Длительность выдоха должна соответствовать возрасту ребенка.

Правило простое: у дошкольников длительность выдоха в секундах соответствует количеству полных лет. Дополнительно у ребенка развивается способность направлять воздушную струю в нужном направлении.

Меры предосторожности

ВНИМАНИЕ!

*Дыхательные упражнения могут привести к гипервентиляции и вызвать головокружение:
не делайте более 3–5 упражнений
подряд.*

При проведении игр, направленных на развитие у ребенка дыхания, необходимо иметь в виду, что дыхательные упражнения быстро утомляют ребенка, даже могут вызвать головокружение. Поэтому такие игры необходимо ограничивать по времени (можно использовать песочные часы) и обязательно чередовать с другими упражнениями.

Правила выполнения упражнений

Дыхательную гимнастику не рекомендуется проводить после плотного ужина или обеда. Лучше, чтобы между занятиями и последним приемом пищи прошел хотя бы час, еще лучше, если занятия проводятся натощак.

- воздух набирать через нос
- плечи не поднимать
- выдох должен быть длительным и плавным
- необходимо следить, за тем, чтобы не надувались щеки (для начала их можно придерживать руками)



Необходимо следить за тем, чтобы во время выполнения упражнений не напрягались мышцы рук, шеи, груди

Упражнения и игры

Цель:

развитие длительного непрерывного ротового выдоха;
активизация губных мышц.

Лети, бабочка!

Оборудование: 2-3 яркие бумажные бабочки.

К каждой бабочке привяжите нитку длиной 20-40 см, нитки прикрепите к шнуру на некотором расстоянии друг от друга. Шнур натяните так, чтобы бабочки висели на уровне лица стоящего ребенка.



- Смотри, какие красивые разноцветные бабочки!
Посмотрим, умеют ли они летать. (подуть на бабочек)

- Смотри, полетели! Как живые!

- Теперь ты попробуй подуть. Какая бабочка улетит дальше?

Ветерок



Оборудование: бумажные султанчики (метёлочки).

Подготовьте метёлочки –
прикрепите полоски цветной бумаги
к деревянной палочке.

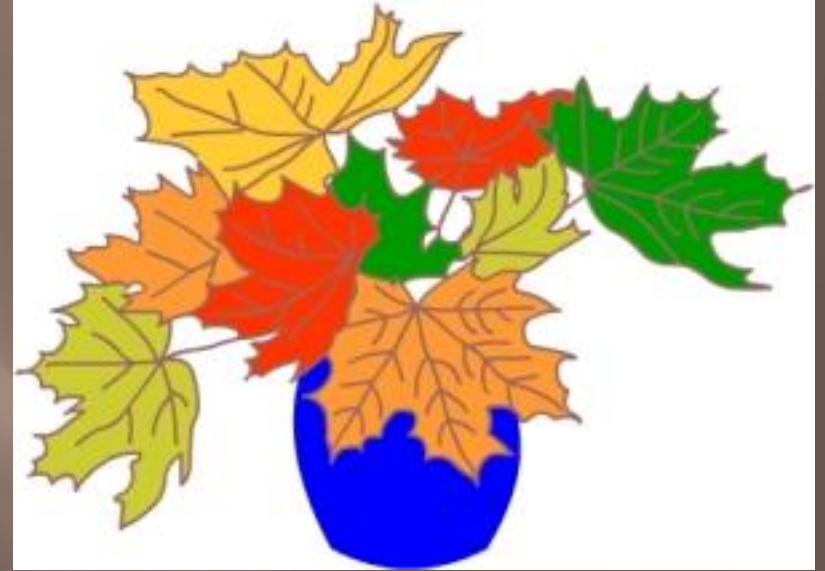
- Представь, что это волшебное дерево.
Подул ветерок - и зашелестели на дереве листочки!
- Вот так!
- А теперь ты подуй!

Осенние листья

Оборудование:

осенние кленовые листья, ваза.

Соберите вместе с ребенком букет осенних листьев и поставьте их в вазу.



- Красивые листья мы с тобой собрали в парке.
- Вот желтый листок, а вот красный.
- Помнишь, как листья шуршали на ветках?
- Давай подуем на листья!

Взрослый вместе с ребенком или группой детей дует на листья в вазе, обращает их внимание на то, какое шуршание издают листья

Листопад



Оборудование:

вырезанные из двухсторонней цветной бумаги
разноцветные листочки

Взрослый вместе с ребёнком дует на листья,
пока все листочки не окажутся на полу.
При этом необходимо следить за
правильностью осуществления ротового
выдоха.

- Представь, что сейчас осень.
- Красные, желтые, оранжевые листья падают с деревьев.
- Подул ветер - разбросал все листья по земле!
- Давай сделаем ветер - подуем на листья!

Снег идёт!



Оборудование: кусочки ваты.

Взрослый раскладывает на столе кусочки ваты, напоминает про зиму.

- Представь, что сейчас зима.
- На улице снежок падает.
- Давай подуем на снежинки!

Одуванчик



Игру проводят на воздухе – на полянке, где растут одуванчики. Предложите ребёнку найти среди желтых одуванчиков уже отцветшие и сорвать их. Затем покажите, как можно подуть на одуванчик, чтобы слетели все пушинки.

- Давай подуем на одуванчики!
- Дуй один раз, но сильно - чтобы все пушинки слетели. - Смотри, летят пушинки, как маленькие парашютики.

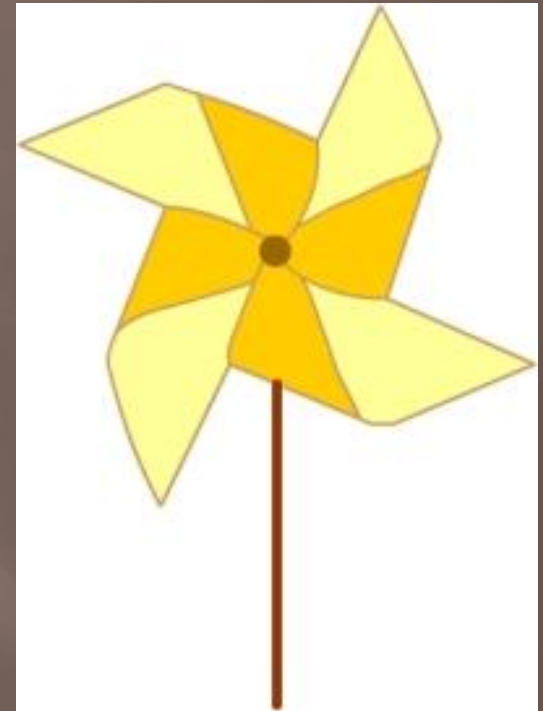
Вертушка

Оборудование: игрушка-вертушка.

Покажите ребенку вертушку.

На улице продемонстрируйте,
как она начинает вращаться от дуновения ветра.

Затем предложите подуть на нее
самостоятельно :



- Давай сделаем ветер - подуем на вертушку.
- Вот как завертелась!
- Подуй еще сильнее - вертушка вертится быстрее.

Песня ветра



Оборудование:
китайский колокольчик "песня ветра".

Подвесьте колокольчик на удобном для ребенка расстоянии (на уровне лица стоящего ребенка) и предложите подуть на него.

Обратите внимание на то, какой мелодичный получается звук.

Затем предложите подуть сильнее - звук стал громче

Катись, карандаш!

Оборудование:

карандаши с гладкой или ребристой поверхностью.

Ребенок сидит за столом.

На расстоянии 20 см от ребенка положите карандаш.

Взрослый показывает, как с силой дуть на карандаш, чтобы он укатился на противоположный конец стола.

Затем предлагает ребенку подуть на карандаш.

Второй участник игры ловит карандаш на противоположном конце стола.

Можно продолжить игру, сидя напротив друг друга и перекатывая друг другу карандаш с одного конца стола на другой.



Футбол

Оборудование: легкий пластмассовый шарик.

Ход игры:

Прочертите на столе линию.

Кубиками (или с помощью коробочек) обозначьте ворота.

Затем возьмите шарик и положите на середину стола (на линии).



И поиграйте с ребенком в футбол.
Ребенок должен дуть на шарик,
стараясь загнать его в ворота.

Воздушный шарик

Оборудование: обычный воздушный шар

Ход игры:

Подбросьте воздушный шарик вверх.
Предложите ребенку подуть на шарик
несколько раз так,
чтобы он подольше не опускался на пол.

- Давай дуть на шарик,
чтобы он не упал
вниз.
- Вот так! Сильнее!



Можно поиграть с воздушным шаром, наполненным газом.
В этом случае шар привязывается к стульчику или чему-нибудь на полу.
На шар нужно дуть так, чтобы он улетел как можно дальше вперед.

Плыви, кораблик!



Оборудование:

бумажные или пластмассовые кораблики;
таз с водой.

Ход игры:

На невысокий стол поставьте таз с водой,
в котором плавает бумажный кораблик.

- Представь, что это море. Давай пустим в плавание кораблик.
- Смотри, какой сильный ветер! Как быстро поплыл наш корабль.
- А теперь ты попробуй. Молодец!

Игру можно усложнить, предложив ребенку покататься на кораблике из одного города в другой, обозначив города значками на краях таза. В этом случае струя воздуха во время ротового выдоха должна быть не только сильной, но и направленной.

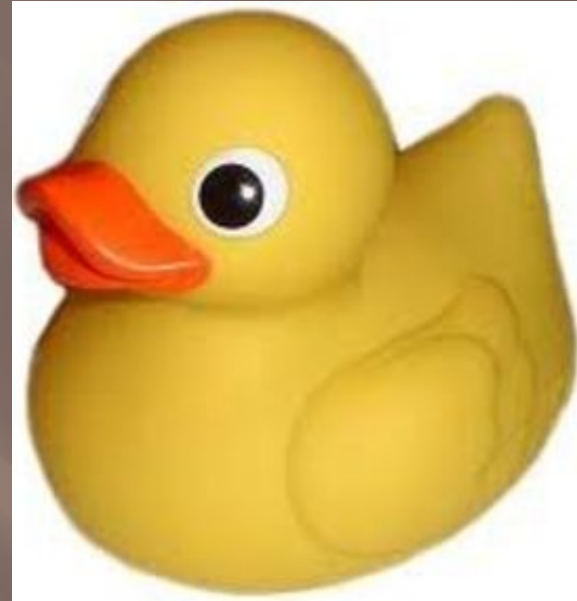
Уточки

Оборудование:

резиновая уточка с утятами;
другие игрушки, плавающие в воде.

Ход игры:

На невысокий стол поставьте таз с
водой



- Представь, что это озеро. Пришла на озеро утка с утятами. Вот как плавает утка.
- Посмотри: утята уплыли далеко от мамы. Утка зовёт утят к себе. Давай поможем утятам поскорее приплыть к маме-утке!

Буря в стакане воды

Оборудование:

стакан с водой,
коктейльные трубочки разного диаметра,
пластмассовый корпус шариковой ручки.

Ход игры:

В стакан, наполовину наполненный водой, опустите коктейльную трубочку и подуйте в нее - пузыри с 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! Давай устроим бурю!



По "буре" в воде можно легко оценить силу выдоха и его длительность.

В начале занятий диаметр трубочки должен быть 5-6 мм, в дальнейшем можно использовать более тонкие трубочки.

Расти, пена!

Оборудование:

стакан с водой, 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.

- Сейчас я устрою фокус-покус! Беру жидкость для посуды и капаю в воду... Теперь помешаю - ары-бары-топ-топ-топ! Беру трубочку и дую. Смотри, что получилось! Это пена из маленьких и больших пузырьков!
-
- Теперь ты попробуй подуть.

День рождения

Оборудование: зефир в шоколаде или пастила; маленькие свечки для торта; игрушечный мишка.

Ход игры:

Приготовьте зефир в шоколаде или пастилу и воткните одну или несколько праздничных свечек - сегодня "день рождения мишки".

Вместе с ребенком накройте на стол, используя игрушечную посуду, пригласите гостей - зайчика и куклу, спойте для мишки песенку. Затем торжественно внесите "праздничный торт" с зажженной свечой.

- У мишки сегодня день рождения.

Ему исполняется один (или больше) год.

Давай поздравим мишку!

Вот праздничный торт - помоги мишке задуть свечи.

Когда ребенок задует свечу, следите, чтобы выдох был длительным, сильным и плавным.

Объясните ребенку, что придвигаться к свече слишком близко не следует. Необходимо предупредить ребенка, что свечу нельзя трогать и опрокидывать.



Перышко, лети!

Оборудование: птичье перышко.

Ход игры:

Подбросьте перышко вверх и дуйте на него, не давая упасть вниз.

Затем предложите подуть ребенку.

Обратите его внимание на то, что дуть нужно сильно, направляя струю воздуха на перышко снизу вверх



Мыльные пузыри

Оборудование:

пузырек с мыльным раствором, рамка для выдувания пузырей, трубочки различного диаметра - коктейльные, из плотной бумаги.

Ход игры:

Поиграйте с ребенком в мыльные пузыри. Затем предложите ребенку выдуть пузыри самостоятельно.

Следует учесть, что выдувание мыльных пузырей часто оказывается для малышей довольно трудной задачей.

Постарайтесь помочь ребенку - подберите разные рамки и трубочки, чтобы ребенок пробовал и выбирал, с помощью чего легче добиться результата.



Милиционер



Оборудование: свистки.

Ход игры:

- Кто знает, что есть у настоящего милиционера?
Пистолет, дубинка и, конечно, свисток.
- Вот вам свистки - давайте поиграем в милиционеров!
- Милиционер увидел нарушителя - свистим в свисток!

Также можно предлагать для игры свирели, рожки, губные гармошки. Если же игра на каком-то инструменте не получается, не настаивайте. Возможно, лучше к этому заданию вернуться позже, когда ребенок немного подрастет.

Надуй игрушку!

Оборудование:

различные надувные игрушки
небольшого размера; воздушные шары.

Ход игры:

Предложите надуть резиновые надувные
игрушки.

Дуть следует, набирая воздух через нос,
и медленно выдыхая его через рот
в отверстие игрушки.



-Посмотри, наши игрушки совсем больные - худенькие,
без животиков...

-- Давай надуем игрушки, чтобы они снова стали толстенькие,
здоровые и веселые!

Бумажный флажок



Оборудование:

полоски тонкой цветной бумаги (размер: 15х2,5 см).

Ход игры:

Покажите ребёнку, как можно подуть на полоску, поднеся ее к нижней губе (полоску держать большим и указательным пальцами)

- Давайте превратим бумажные полоски в настоящие флажки.
- Для этого нужно сделать ветер - вот так!
- Флажки полощутся на ветру!

**Успехов вам
и вашим детям!**