

Консультация для родителей:
Дыхание-
энергетическая основа речи



Подготовила:
Воспитатель МДОУ
«Детский сад Рябинка»
Костичева Т.Н.

Источником образования звуков речи является воздушная струя, выходящая из легких через гортань, глотку, полость рта или носа наружу. Развивая правильную речь, обязательно нужно научить детей правильному дыханию – энергетической основе нашей речи.

Дыхание влияет на звукопроизношение, артикуляцию и развитие голоса.

Работу над коротким вдохом и длительным речевым выдохом начинаем с упражнений, направленных на координацию ротового и носового дыхания:

Вдох и выдох носом.

**Вдох носом – выдох ртом
(если выдох совершается через рот и нос одновременно, нужно зажать нос пальцами).**

Вдох ртом – выдох носом.

Вдох и выдох ртом.

Действия ребенка можно сопровождать рифмовкой:

*Носиком дышу свободно,
Тише, громче – как угодно.
Дышат птицы и цветы
Дышим он, и я, и ты.*



Упражнение «Хомячок» -
пошмыгать носом, рот закрыт.



Упражнение
«Собачке жарко» -
частые вдохи-выдохи ртом.



При выполнении этих упражнений необходимо контролировать ладонью движения стенки живота.

Упражнение «Бегемотик» -

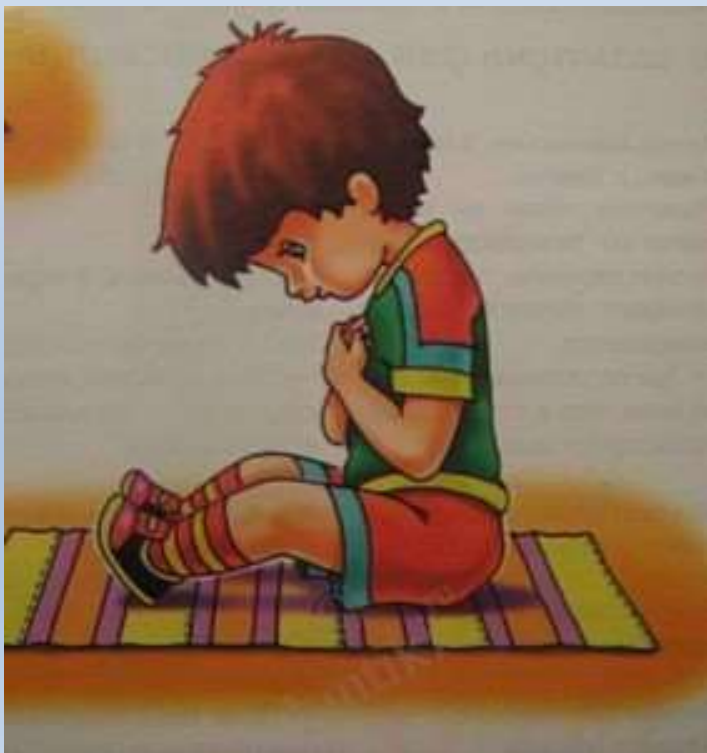
Ребенок, находящийся в положении сидя, кладет ладонь на область диафрагмы. Взрослый предлагает инструкцию: «Сядь. Положи ладонь себе на живот и почувствуй, как он поднимается, когда ты вдыхаешь. И опускается, когда ты выдыхаешь». Действия ребенка можно сопровождать рифмовкой:

Сели бегемотики.

Потрогали животики:

То животик поднимается,

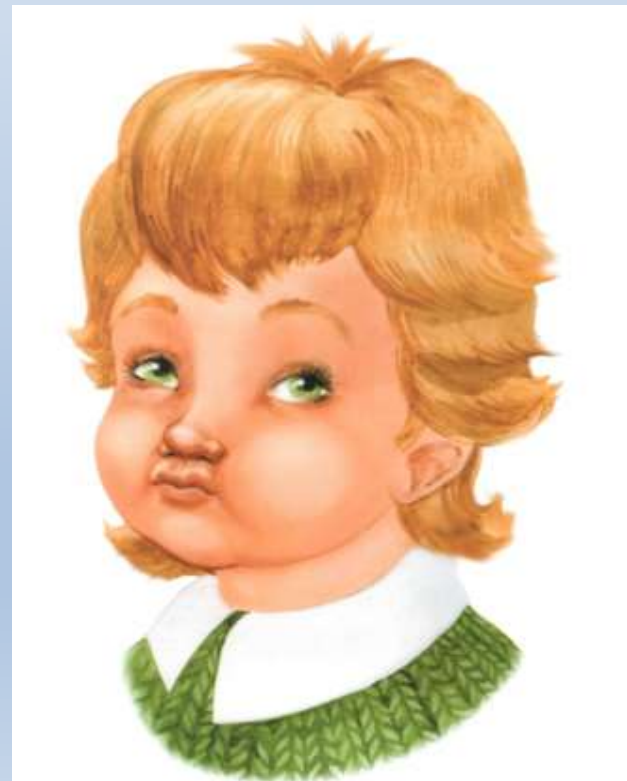
То животик опускается.



Упражнение «Шарик» -

Предлагается инструкция: «Представь, что живот – это воздушный шарик. Давай заполним его воздухом через нос, живот выпячивается. Выпускаем воздух медленно и долго через нос, живот втягивается».

При выполнении этого упражнения левая рука лежит на животе, правая – на груди. Живот надувается, а грудная клетка и плечи не поднимаются.



Упражнение «Футбол» -

дуть через соломинку на горошину, приводя ее в движение.

Вместо горошины можно использовать теннисный или резиновый мячик, или просто бумагу, смятую в шарик.



Упражнение «Лодочка» -

дуть на лодочку, сделанную из бумаги.

Для изготовления лодочки можно использовать любой бросовый материал (пенопласт, скорлупу от яиц, пробки от бутылок, киндер-сюрприз и т.п.)



Упражнение

«Буря в стакане»

- через соломинку дуть в стакан с водой.



Для развития углубленного вдоха детям предлагается:

«Понюхать цветок»

Узнать по запаху фрукт или овощ с закрытыми глазами.



Во время этих упражнений необходимо следить, чтобы голова была приподнята, шея выпрямлена, плечи не поднимались.

Упражнение «Фокус» -

сдувать ватку с носа. Язык в форме чашечки, дуть вверх, сдувая ватку с носа.



Упражнение «Загнать мяч в ворота»-

- Плавный выдох через губы трубочкой
- Плавный выдох, держа губы в улыбке
- Плавный выдох, удерживая язык лопаточкой.
- Выдох толчками, удерживая язык лопаточкой.



Эти упражнения укрепляют мышцы языка, что очень важно при постановке звуков.

Дыхательные упражнения помогают выработать диафрагмальное дыхание, а также продолжительность, силу и правильное распределение выдоха.



Очень важное упражнение для развития диафрагмального дыхания:

представьте, что живот – это воздушный шарик. Заполняем его воздухом через нос, живот выпячивается. Выпускаем воздух медленно и долго через нос, живот втягиваем.

При выполнении этого упражнения левая рука лежит на животе, правая – на груди.

Живот надувается, а грудная клетка и плечи не поднимаются.

Диафрагмальное дыхание, то есть дыхание животом, - самое правильное и самое полезное.

При развитии диафрагмального речевого дыхания используются различные предметы.

Конфетти.

Это мелкие разноцветные кружочки, содержащиеся в хлопушках или сделанные с помощью обыкновенного дырокола из цветной бумаги. Ребенку предлагается подуть на белые конфетти и тем самым превратить обычную комнату в заснеженный лес.



Подвесные Мобиле.

Бумажные бабочки, птички, самолетчики подвешивают на нитках, на леске, располагают на различных поверхностях (стол, подоконник). Они нужны для отработки длительного плавного выдоха.



Шарики для пинг-понга, шарики марблс, карандаши, ватные шарики. Все это можно использовать для перемещения по столу с помощью выдыхаемой струи воздуха.



Мыльные пузырьки».

Ребенку предлагается поиграть с мыльными пузырями. Он может сам выдувать пузыри, если же у него не получается дуть или он не хочет заниматься, то выдувать пузыри может взрослый, направляя их в ребенка. Это стимулирует ребенка в ответ дуть на пузыри, чтобы они не попали в него.





Стеклянные флаконы различного размера.

Если ребенок будет поочередно дуть в такие пузырьки, высунув узкий кончик языка и слегка касаясь им горлышка флакона, то каждый пузырек будет свистеть по-своему. Можно попытаться «выдуть» какой-либо знакомый ребенку и несложный мотив.



Губная гармошка -
уникальный инструмент для развития дыхания. Полезно предложить ребенку, став музыкантом, поиграть на губной гармошке. При этом задача не в том, чтобы научить его играть какую-либо мелодию, важно, чтобы ребенок вдыхал воздух через губную гармошку и выдыхал в нее же.

Свечи.

Для этого дыхательного упражнения годятся как большие разноцветные свечи из воска или парафина, так и маленькие сувенирные. Ребенок выполняет короткий бесшумный вдох без надувания щек и медленный выдох, задувая по очереди зажженные свечи. Можно устанавливать определенный порядок: «Задуй красную свечу, а потом - зеленую». Чтобы стимулировать активность ребенка, используют декоративные свечи в виде фигурок животных, предметов (свеча-яблоко, свеча-яйцо и др.). Другой разновидностью дыхательных упражнений со свечой является резкий быстрый выдох при коротком бесшумном вдохе. Для этого упражнения целесообразно купить специальные свечи «с сюрпризом». Чем интенсивнее на них дуешь, тем сложнее погасить. Упражнение с задуванием свечей легко перевести в игру «День рождения»: если укрепить свечи на макете праздничного торта, то ребенок может почувствовать себя в роли именинника.



Многие игры вы можете придумывать сами со своими детьми, взяв за основу предложенный материал.



ПОМНИТЕ:

ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ИГР, НАПРАВЛЕННЫХ НА РАЗВИТИЕ У РЕБЕНКА ДЫХАНИЯ, НЕОБХОДИМО ИМЕТЬ ВВИДУ, ЧТО ДЫХАТЕЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ, БЫСТРО УТОМЛЯЮТ РЕБЕНКА, ДАЖЕ МОГУТ ВЫЗВАТЬ ГОЛОВОКРУЖЕНИЕ. РЕКОМЕНДУЕТСЯ ТАКИЕ ИГРЫ ОГРАНИЧИВАТЬ ВО ВРЕМЕНИ И ЧЕРЕДОВАТЬ С ДРУГИМИ УПРАЖНЕНИЯМИ.