

Развитие речевого дыхания или веселая дыхательная гимнастика

Хорошо поставленное речевое дыхание обеспечивает ясную дикцию и четкое произношение звуков. Источником образования звуков служит воздушная струя, выходящая из легких через гортань, глотку, полость рта или носа наружу. Нарушение дыхания может быть обусловлено сердечно - сосудистыми заболеваниями, аденоидами и следствием общей ослабленности организма. Обычно малыши, которые имеют ослабленный вдох, говорят тихо и затрудняются в произнесении длинных фраз. При неправильном речевом дыхании дети вынуждены добирать воздух, они не договаривают слова, в конце фразы произносят их шепотом, чтобы закончить длинную фразу, они вынуждены говорить на вдохе, отчего речь становится судорожной с захлебыванием. Укороченный выдох вынуждает ребенка говорить фразы в ускоренном темпе, без соблюдения логопедических пауз.

Сегодня мы познакомим вас с рядом веселых дыхательных гимнастик, которые вы можете выполнять дома со своим малышом. Это поможет вам уважаемые читатели развить физиологическое дыхание ребенка и подготовить артикуляционный аппарат малыша к овладению сложными звуками русского языка, для формирования которых необходима направленная воздушная струя. Кроме того, проведения дыхательной гимнастики способствует профилактике простудных заболеваний.

Каждое дыхательное упражнение можно проводить 3-5 раз подряд, чтобы не спровоцировать у малыша головокружение. Не стоит отрабатывать более одного упражнения в день. Итак, научите ребенка делать глубокий вдох носом, плечи не поднимать. Выполняя упражнения дыхательной гимнастики, он должен вытягивать губы «трубочкой» и дуть в «трубочку». Выдох должен быть длительным, плавным. Необходимо следить, чтобы не надувались щеки, (можно на начальном этапе прижимать их ладошками). Желательно заниматься ежедневно не более чем, по 8-10 минут.









«Листопад»

Взрослый вырезает из цветной бумаги осенние листья. Объясняя ребенку, что осенью с деревьев опадают листья. Это явление называется листопад. Взрослый нанизывает на нитку листья и игра готова. Листья должны находиться на уровне губ ребенка. Еще раз напомнить ребенку, что нужно сделать вдох, через нос, а потом дунуть на листья, вытянув губы «трубочкой».

«Бабочка»

Вырезать и склеить из бумаги и картона цветок и несколько бабочек. К каждой бабочке привязать нитку и прикрепить к лепесткам цветка. Затем предлагаем ребенку подуть на бабочку «чтобы она полетела». Ребенок делает длительный плавный выдох.





«Метелица»

Взять трубочку для коктейля и прикрепить к ней с помощью скотча новогоднюю мишуру. Взрослый предлагает ребенку подуть на мишуру. Следить за правильностью выдоха.





«Футбол»

Из кусочка ваты скатать шарик. Это мяч. Ворота - два карандаша. Ребенок дует на «мяч», пытаюсь «забить гол», вата должна оказаться между карандашами. Играть можно парами.





«Шторм в стакане»

Для этой игры необходима соломинка для коктейля и стакан с водой. Опустите в стакан с водой соломинку для коктейля. Пусть ребенок дует в соломинку, не раздувая щеки губы не подвижны, так чтобы вода в стакане забурлила.



«Облачко и дождик»

Вырезать из цветного голубого картона облачко. Из белого картона капельки дождя. При помощи нитки и иголки нанизать капельки дождя к нашему облачку. Ребенок дует на наши капельки делая длительный плавный выдох.



«Мельница»

Для этой игры необходима вертушка, ее можно, как приобрести в магазине, так и сделать самим при помощи палочки, легкой бумаги и небольшого гвоздика. Ребенок дует на лопасти игрушки, взрослый следит за правильностью выполнения упражнения.





«Мыльные пузыри»

Дайте ребенку игрушку «Мыльные пузыри». Объяснить, что нужно сделать вдох через нос, а потом подуть на рамку, вытянув губы «трубочкой», чтобы надулся пузырь. Следить затем, чтобы ребенок не раздувал щеки.



«Пурга»

Натрите на крупной терке пенопласт, и насыпьте его в пустую пластиковую бутылку. В пробку бутылки вставьте соломинку для коктейля. Пусть малыш дует в соломинку, вытянув губы «трубочкой». Следить за тем, чтобы он правильно делал вдох и не раздувал щеки.



Успеха вам и терпения уважаемые читатели!



Юлиана Рафиковна Кафарова

Учитель-логопед

Детского сада №1 «Оленёнок» - филиала АН ДОО «Алмазик»