

Дыхательная гимнастика для детей.

Уважаемые родители, зачем нужно обучать детей правильно дышать? Дошкольники в силу некоторых заболеваний не удается говорить длинными фразами, достаточно четко, с логическими паузами. Создается впечатление, что ребенок задыхается. А всего-навсего, малышу недостаточно в данный момент воздуха, во время разговора у него слабый вдох и короткий выдох. Во время занятий с ребенком следует научить малыша правильно дышать, делать каждый вдох и каждый выдох осознанно, а не как придется. Нужно простыми словами объяснить, что для красивой речи потребуются позаботиться о своем дыхании, то есть уметь делать сильный вдох и плавный выдох через рот во время проговаривания слов. Таким образом, взрослым, которые желают научить ребенка говорить красиво и четко, следует обучить малыша правильному дыханию.

Для воспитания речи необходима работа над правильным дыханием. Хорошо поставленное речевое дыхание обеспечивает правильное произношение звуков, слов и фраз. Например, для того чтобы правильно научиться выговаривать звуки – З, С, Ш, Ж, Р, — ребенок должен делать достаточно сильный выдох через рот.

Итак, **речевое дыхание** – это правильное сочетание вдоха и выдоха во время произнесения слов и фраз. Тренировка речевого дыхания – это обучение плавному произношению звуков, слогов, слов и фраз на выдохе. Приступать к тренировке собственно речевого дыхания можно только после того, как у ребенка сформирован сильный, плавный выдох, (то есть достаточно развито физиологическое дыхание). При этом надо научить ребенка контролировать время выдоха, расходовать воздух экономно. Дополнительно у ребенка развивается способность направлять воздушную струю в нужном направлении. Предполагается постепенное развитие, движение от простого к сложному.

Параметры правильного речевого выдоха:

- выдоху предшествует сильный вдох через нос или рот – «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 должен выходить воздух),
- выдыхать следует, пока не закончится воздух.
- во время пения или разговора нельзя добирать воздух при помощи частых коротких вдохов.

Для повышения познавательного интереса у дошкольников к обучению правильному речевому дыханию изготовила и применяю в работе с детьми специальные дидактические пособия.

«Шторм на море». Наливаем в стакан воды, даем детям трубочку и дуем.



«Воздушная ромашка».

Вырезаем из бумаги любой предмет, это могут быть и цветы, листочки, разные насекомые и т. д. и предлагаем ребенку на них подуть. В данном варианте мы положили на ладошку ромашку.



«Пропеллер».

Берем обычную трубочку для коктейля, разрезаем конец трубочки по спирали и предлагаем ребенку в нее подуть. Вы увидите и ребенок тоже, как со звуком будет крутиться конец трубочки.



«Футбол с теннисным мячиком».

Берем обычный теннисный мячик и предлагаем ребенку забить этот мячик в ворота.



Уважаемые родители, это только первая часть дыхательной гимнастики. В следующей части я Вам расскажу про новые игры, которые помогут развить правильное речевое дыхание.

И я Вам предлагаю сделать несложные пособия дома. Вот некоторые из них.

Вырежьте картинки детей и приклейте их на картон. Полоски (волосы) разрежьте.
Необходимо дуть на волосы детей, смотреть как они развиваются «на ветру»



Вырежи тучку и капли, приклей их на картон. Приклей капли на нитках к тучке.
Готово! Дует на капельки



ВЫРЕЖЬТЕ КРУЖКИ И РАЗРЕЖЬТЕ ПОЛОСКИ. ПРИКЛЕЙТЕ КРУЖКИ НА КАРТОН
ПРЕДЛОЖИТЕ РЕБЕНКУ ОСТУДИТЬ ГОРЯЧИЙ ЧАЙ. НОСОМ ВДОХ - ВЫДОХ РТОМ, ДУЕМ НА ПАР (НА ПОЛОСОЧКИ, ЧТОБЫ
ОНИ ШЕВЕЛИЛИСЬ)!



Играйте с детьми и всё у Вас получится!!!

Список используемых источников:

1. Т.А.Суборова. Дыхательные упражнения в игровой форме. // Логопед.2010. №2.
2. Интернет.

Статью подготовил
учитель-логопед
Кархалева Е. А.