18.12.2018 г.

Консультация для воспитателей

«ДЫШИМ ПРАВИЛЬНО, ГОВОРИМ ЛЕГКО, БОЛЕЕМ МАЛО!»

**Цель:** повысить профессиональную компетентность педагогов, познакомить с особенностями развития речевого дыхания у детей с нарушениями речи

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.

|  |  |
| --- | --- |
| Физиологическое дыхание | Речевое дыхание |
| после вдоха сразу следует выдох, а потом  пауза | выдох в зависимости от  содержания высказывания может быть  то короче, то длиннее |
| Вдох и выдох совершаются только через нос | вдох осуществляется одним импульсом,  выдох - несколькими и постоянно меняется  по своей силе |
| осуществляется произвольно, автоматически | Контролируемый процесс |

**Несовершенства речевого дыхания, отрицательно влияющие на развитие речи детей :**

* недостаточное внимание взрослых к речи детей;
* при ослабленном вдохе и выдохе, дети, как правило, говорят тихо и затрудняются в произнесении длинных фраз;
* при нерациональном расходовании воздуха нарушается плавность речи, так как дети на середине фразы вынуждены добирать воздух;
* часто дети не договаривают слова и нередко в конце фразы произносят их шепотом;
* речь становится нечеткой, судорожной, с захлебыванием, укороченный выдох вынуждает говорить фразы в ускоренном темпе, без соблюдения логических пауз.

. **Запомните параметры правильного ротового дыхания**:

* 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 должен выходить воздух);
* выдыхать следует, пока не закончится воздух;
* во время пения или разговора нельзя добирать воздух при помощи частых коротких вдохов.

**Рекомендации при проведении игр на отработку правильного речевого дыхания:**

* дыхательные упражнения быстро утомляют ребенка, даже могут вызвать головокружение , поэтому такие игры необходимо ограничивать по времени (10 сек.);
* упражнения на дыхание необходимо выполнять ежедневно, включая их в физкультурно-оздоровительную гимнастику; во время занятий, включая их в организующий момент или в физкультминутку; а так же в любое свободное время на усмотрение воспитателя;
* упражнения лучше проводить в игровой форме, чтобы дети выполняли их с интересом и удовольствием;
* организовывать детей необходимо так, чтобы все дети видели лицо воспитателя (сидя, стоя, в полукруг);
* нельзя проводить дыхательные упражнения не видя, как выполняет его каждый ребенок, поэтому воспитатель сначала:

- рассказывает о предстоящем упражнении, используя игровые приемы;

- показывает его выполнение;

- упражнение повторяют все дети, воспитатель проверяет правильность его выполнения

* нельзя говорить ребенку , что он неправильно выполняет упражнение

**Работу по воспитанию внеречевого и речевого дыхания лучше вести поэтапно**

|  |  |
| --- | --- |
| **1 этап**  работа над внеречевым дыханием | **2 этап** развитие речевого дыхания |
| Цель: научить ребенка сильному плавному рото-  вому выдоху, контролировать время выдоха, экономно расходовать воздух, направлять воздушную струю в нужном направлении | Цель: учить детей длительности выдоха,  равномерности и плавности произнесе-  ния звуков, подключая для этого слуховой контроль |
| «Погрей ладошки», | Сначала тренировка длительного речевого выдоха проводится на отдельных звуках,  потом – в словах, затем - на короткой фразе, при чтение стихов |
| «Лети снежинка», | «Комары и комарики |
| Войдем в цветочный магазин», | «Большие и маленькие жуки» |
| « «Ветер» | произносить гласные и согласные звуки  с различной громкостью |
| («Попади в ворота», | «Кто дольше споет песенку?» |
|  | «Вьюга» |
|  | «Эхо» |
| «Лыжники», | протяжно произносить звукоподражания (м-я-яу, г-а-а-а..., «Перекличка животных»). |
| «Бабочка» и т.д. | произносить на одном выдохе небольшие шутки -чистоговорки Следить, чтобы при произнесении небольших фраз дети  не допускали ненужных остановок между отдельными словами |

.

**«Весёлое лесное путешествие»**

**с упражнениями для развития речевого дыхания**

**(млд., ср. гр.)**

Паровоз привез нас в лес.

Чух-чух-чух! Чух-чух-чух!

*(ходьба с согнутыми в локтях руками)*

Там полным-полно чудес.

*(удивленно произносить «м-м-м» на выдохе,*

*одновременно постукивая пальцами по крыльям носа)*

Вот идет сердитый еж:

П-ф-ф-ф, п-ф-ф-ф, п-ф-ф-ф!

*(низко наклониться, обхватив руками грудь -*

*свернувшийся в клубок ежик)*

Где же носик? Не поймешь.

Ф-ф-р! Ф-ф-р! Ф-ф-р!

Вот веселая пчела детям меда принесла.

З-з-з! З-з-з!

Села нам на локоток,

З-з-з! З-з-з!

Полетела на носок.

З-з-з! З-з-з!

*(звук и взгляд направлять по тексту)*

Пчёлку ослик испугал:

Й-а-а! Й-а-а! Й-а-а!

На весь лес он закричал:

Й-а-а! Й-а-а! Й-а-а!

*(укрепление связок гортани, профилактика храпа)*

Гуси по небу летят,

Гуси ослику гудят:

Г-у-у! Г-у-у! Г-у-у! Г-у-у!

Г-у-у! Г-у-у! Г-у-у! Г-у-у!

*(медленная ходьба, руки-крылья*

*поднимать на вдохе, опускать со звуком)*

Устали? Нужно отдыхать,

Сесть и сладко позевать.

*(дети садятся на ковер и несколько раз зевают,*

*стимулируя тем самым гортанно-глоточный аппарат*

*и деятельность головного мозга)*

**Игра по сказке «Буратино»**

**с упражнениями для развития речевого дыхания**

**(ст., подг. гр)**

Педагог: «Сейчас мы с вами перенесемся в замечательную сказку «Буратино» и превратимся в любимых героев, а.) Вспомните, как Буратино попадает на болото к тетушке Тартилле и ее

лягушкам.

И.П.: Сидя по-лягушачьи.

подняться - вдох

исходное положение, на выдохе произнести - «ква» (выполнить несколько раз.)

Добрая тетушка Тартилла подарила Буратино золотой ключик и 5 золотых монет.

вспомните, кто охотился за Буратино, чтобы отобрать у него ключик и деньги? (кот Базилио и лиса Алиса). Помните как сердился кот Базилио?

И.П.: Стоя на четвереньках.

выгнуть спину - вдох

исходное положение, на выдохе изобразить шипение кота «ф-ф-ф»

(несколько раз)

А лиса Алиса была очень хитрая и любила подслушивать.

И.П. Сидя на коленях.

Поднять туловище, поворот головы в лево, затем в право, вдох

Исходное положение при выдохе произнести звук «ц-ц-ц-ц...» (несколько раз)

Но ни коту Базилио, ни лисе Алисе, ни злому Карабасу Барабасу не удалось отнять у Буратино золотой ключик. И вот он со своими друзьями открыл этим ключиком потайную дверцу. Что же было за этой таинственной дверью? (Театр)

Правильно. Там был великолепный театр. Радости друзей не было конца.

И.П. Основная стойка.

Развести руки в стороны - вдох

Скрестить руки на груди, как бы обнимая себя, при выдохе сказать

«Ах!» (несколько раз)

На этом наше путешествие в сказку закончено.

Дыхательные упражнения можно сочетать с массажем, как, например, в игре «Поезд».

**Игровой массаж спины «Поезд».**

Дети встают друг за другом «паровозиком».

Паровоз кричит: «Ду – ду! Я иду, иду, иду!» (поколачивание кулачками)

А вагоны стучат, а вагоны говорят:

«Так – так - так! Так – так – так! » (похлопывание ладошками)

«Так – так - так! Так – так – так!» (постукивание пальчиками)

несложных песен, как, например, «Рельсы-рельсы».

**«Рельсы - рельсы»**

Рельсы – рельсы, кух – кух,

Шпалы – шпалы, тук – тук.

Едет поезд, чух – чух,

Запоздалый, пух – пух.

Из распахнутых окошек

Кто – то высыпал горошек,

Бух – бух – бух – бух!

Пришли куры, цып – цып,

Поклевали, цып – цып,

Пришли козы, бе – бе,

Пощипали, ме – ме,

Пришёл слон, потоптал,

Конь ему помогал,

Топ – топ – топ – топ!

Прилетали пчелки,

Покусали колко,

Прилетали мошки,

Подбирали крошки.

От зелёного горошка

Не осталося ни крошки.

Периферические органы слуха, дыхания, голоса, артикуляции неразрывно связаны и

взаимодействуют между собой под контролем центральной нервной системы. Нарушением

функции речевого дыхания считается: подъем грудной клетки вверх и втягивание живота на

вдохе; слишком большой вдох; учащенность дыхания; укороченность выдоха; неумение делать

незаметный добор воздуха; неправильная осанка.

Песня «Целебные звуки» тренирует дыхательные мышцы и регулирует работу

дыхательного центра.

**Целебные звуки**

Звуки музыку рождают

И болезни побеждают.

Звуки слово создают

И скучать нам не дают.

Звуки музыку рождают

И смеются. и рыдают,

Если нужно, верещат

И пронзительно пищат.

Припев: Хрю (7 раз)

Бе (7 раз)

Му (7 раз)

Жу (7 раз)

Га (7 раз)

Ква (7 раз)

Ля (7 раз)

Ква – ква (2 раза)

Для укрепления голосового аппарата ребенка, выработки четкой дикции и артикуляции

полезно использовать на музыкальных занятиях также различные упражнения. Наши дети

достаточно быстро освоили и с удовольствием выполняли, например, такие упражнения:

1. Оздоровительное упражнение для горла «Ворона». Поднимаем голову то вверх, то вниз,

то в сторону. Дети произносят протяжно звук «ка-а-а-а-ар» (5-6 раз). Исполнять сначала громко,

затем беззвучно.

2. Артикуляционное упражнение «Лошадка». Цокаем языком то громко, то тихо, скорость

движения лошадки также показываем, то снижая, то увеличивая темп повтора (20-30 сек).