

ДЫХАТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА В ДЕТСКОМ САДУ.



Демидова С.А.
учитель-логопед
МБДОУ №22 «Искорка»

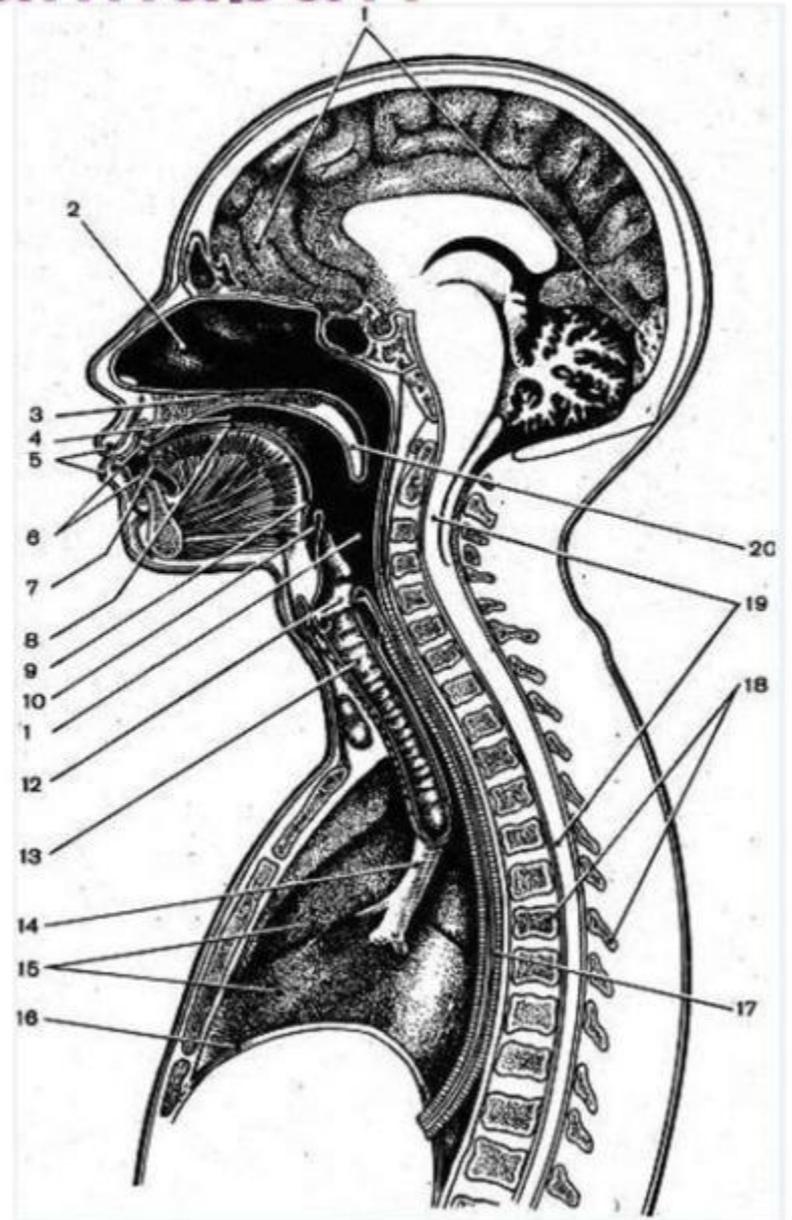
1. Анатомо-физиологические механизмы речи.
2. Значение дыхания в формировании фонетически правильной речи дошкольника.
3. Система работы по постановке диафрагмального и речевого дыхания.
4. Игры и упражнения по формированию силы воздушной струи.



Речевой аппарат:

Строение речевого аппарата:

- ▶ 1- головной мозг;
- ▶ 2 - носовая полость;
- ▶ 3 - твердое нёбо;
- ▶ 4 - ротовая полость;
- ▶ 5 - губы;
- ▶ 6 - резцы;
- ▶ 7 - кончик языка;
- ▶ 8 - спинка языка;
- ▶ 9 - корень языка;
- ▶ 10 - надгортанник;
- ▶ 11 - глотка;
- ▶ 12 - гортань;
- ▶ 13 - трахея;
- ▶ 14 - правый бронх;
- ▶ 15 - правое легкое;
- ▶ 16 - диафрагма;
- ▶ 17 - пищевод;
- ▶ 18 - позвоночник;
- ▶ 19 - спинной мозг;
- ▶ 20 – мягкое нёбо.



ТЕРМИНОЛОГИЯ

- **Физиологическое дыхание** непроизвольное, т. е. не зависит от воли, сознания человека. Оно протекает рефлекторно и сопряжено с самим понятием «жизнь». Дыхание, кроме того, представляет собой основу процесса образования речи.
- **Речевое дыхание** — это короткий вдох через нос и длительный выдох через рот. В речи вдох и выдох взаимосвязаны и непрерывны, поэтому необходимо выработать в процессе занятий плавный и постепенный выдох, обеспечивающий длительное фонирование.



Различают 2 типа дыхания:

диафрагмальное (брюшное) -- в зависимости от той области, где происходит основное мышечное движение, расширяющее и сжимающие легкие.

грудное



ключичное (плечевое), реберное

Наиболее полезным для речевого процесса является – диафрагмально-реберный тип дыхания. При нем работают межреберные мышцы, диафрагма, косые мышцы живота. Этот тип дыхания называют еще фонационным.



ТРЕБОВАНИЯ К ПРОВЕДЕНИЮ ДЫХАТЕЛЬНОЙ ГИМНАСТИКИ:

- ✓ выполнять упражнения каждый день по 3-6 минут, в зависимости от возраста детей;
- ✓ проводить упражнения в хорошо проветренном помещении;
- ✓ заниматься до еды;
- ✓ заниматься в свободной, не стесняющей движения одежде;
- ✓ дозировать количество и темп проведения упражнений;
- ✓ в процессе речевого дыхания не напрягать мышцы в области шеи, рук, живота, груди (плечи не поднимать при вдохе и опускать при выдохе);
- ✓ после выдоха перед новым вдохом сделать остановку на 2-3 секунды.
- ✓ не заниматься с ребенком, если у него заболевание органов дыхания в острой стадии.



СИСТЕМА РАБОТЫ ПО ПОСТАНОВКЕ ДИАФРАГМАЛЬНОГО И РЕЧЕВОГО ДЫХАНИЯ.

- **Первый этап** – это формирование диафрагмального дыхания. На данном этапе развиваем ощущения движения органов дыхания, главным образом диафрагмы и передней стенки живота. Длительность постановки – индивидуальна (примерно месяц). В течение этого времени ребенок последовательно выполняет упражнения вначале в положении лежа, затем сидя и стоя.
- **Второй этап** – развитие речевого дыхания. Это базовый этап по планированию речевого высказывания. Дети обучаются в процессе выдоха произносить сначала:
 - Звуки, слоги;
 - Отдельные слова;
 - Фразы из двух – пяти слов;
 - Короткие стихотворения.



ФОРМИРОВАНИЕ ДИАФРАГМАЛЬНОГО ДЫХАНИЯ ЧЕРЕЗ ИГРЫ, УПРАЖНЕНИЯ

«Рыбка»

- Качаю рыбку на волне,
- То вверх (вдох),
- То вниз (выдох)
- Плышет по мне.



«Бегемотик»

- Бегемотики лежали,
- Бегемотики дышали.
- То животик поднимается (вдох),
- То животик опускается (выдох).



ФОРМИРОВАНИЕ РЕЧЕВОГО ДЫХАНИЯ ЧЕРЕЗ ИГРЫ, УПРАЖНЕНИЯ:

○ На уровне звука

○ «**Поем песенку**». Вдохнуть воздух через рот, постепенно и медленно выдыхать воздух, произнося звук «а»

○ «**Немое кино**». Взрослый показывает беззвучную артикуляцию гласного звука (сочетаний двух – трех гласных звуков). Ребенку предлагается озвучить немую артикуляцию, произнося звук на длительном выдохе.

○ «**Топор**». Поставить ноги на ширину плеч, сцепить пальцы рук «замком» и опустить руки вниз. Быстро поднять руки – вдохнуть, наклониться вперед, медленно опуская руки, произнести «ух!» на длительном выдохе.

○ На уровне слога; слова; предложения

○ «**Эхо**». Вдохнуть воздух через рот, постепенно и медленно выдыхать воздух, произнося звуки «АУ». Заблудились мы в лесу, закричали мы «Ау!»

○ «**Каша**» - вдыхать через нос, на выдохе произнести слово «пых».

○

○ «**Разговор игрушек**». Произнесение слоговых сочетаний на выдохе: па-по-па-по, пу-бу-пу-бу.

○ «**Разговор инопланетян**». Постепенно и медленно выдыхать воздух, произнося (вы-ву-вы-ву, ва-фа-вы-фы).

○ «**Зоопарк**». Экскурсию по зоопарку, называется животное, ребенок в ответ делает соответствующее звукоподражание на длительном выдохе.



ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ ПО ФОРМИРОВАНИЮ СИЛЫ ВОЗДУШНОЙ СТРУИ.

- **«Ладочки»** - встать прямо, показать ладочки «зрителю», при этом локти опустить, руки далеко от тела не уводить. Делать активный короткий, шумный вдох носом и одновременно сжимать ладочки в кулаки.
- **«Задувай свечу»** - в правой руке держать цветные полоски бумаги; левую ладонь положить на живот; вдохнуть ртом, надуть живот; затем длительно выдыхать, «гасить свечу».



- «Охота» - закрыть глаза и по запаху определить, что за предмет перед вами (апельсин, духи, яблоко, варенье и т.д.)



-
- «Шарик» - представить себя воздушным шариком; на счет 1,2,3,4, сделать четыре глубоких вдоха и задержать дыхание. Затем на счет 1-5 медленно выдохнуть.



- «**Покатай карандаш**» - вдохнуть через нос и, выдыхая через рот, прокатить по столу круглый карандаш.



-
- «**Греем руки**» - вдыхать через нос и дуть на озябшие руки, плавно выдыхая через рот, как бы согревая руки.



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!!!!

