

Муниципальное Бюджетное Дошкольное Образовательное Учреждение

Детский сад № 31.

ПРАКТИКУМ ДЛЯ ДЕТЕЙ И РОДИТЕЛЕЙ

*«РАЗВИТИЕ РЕЧЕВОГО ДЫХАНИЯ
С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ИГРОВЫХ
УПРАЖНЕНИЙ».*

Учитель - логопед : Жидких Елена Викторовна.

2023 г.

Цель: Формирование правильного дыхания посредством игровых упражнений. Распространение педагогического опыта по применению здоровьесберегающей технологии.

Задачи:

раскрыть значение здоровьесберегающей технологии;
познакомить с методикой проведения;
распространить педагогический опыт по применению дыхательной гимнастики через игровые приемы
познакомить педагогов с элементами здоровьесберегающей технологии с целью повышения профессиональной компетентности и квалификации.

Оборудование: игра «Футбол», ракеты, пёрышки, мыльные пузыри, «музыкальный пузырь»; листья с жучками, цветы с пчёлками; «прожорливые фрукты»; чашки; любые фрукты(овощи) или то, что можно угадывать по запаху, искусственные цветы (или «живые»), бутылочки с конфетти, коктейльные трубочки; деревья с листочками; тучки с капельками; рукавичка со снежинкой, стаканы с водой.

Ход мастер класса.

Уважаемые коллеги! Ответьте, пожалуйста, на вопрос, умеете ли вы правильно дышать. (Ответы) Вы правы, это естественный процесс, дыхание происходит само собой. Ребёнок рождается, делает первый вдох, и организм сам включает дыхательные механизмы. Хорошая речь - важнейшее условие всестороннего полноценного развития ребёнка. В основе лежит одна из сторон речи - звукопроизношение.

Как вы думаете, что является причиной, неправильной речи ребенка (задержка речевого развития, педагогическая запущенность, не играют в речевые игры). Правильно.

Формирование правильного произношения у детей - это сложный процесс, ребенок учится управлять своими органами речи, воспринимать обращенную к нему речь, осуществлять контроль за речью окружающих и собственной. Но у многих детей процесс становления произношения задерживается.

Уважаемые гости, возьмите, пожалуйста, конфеты и положите их себе за щёку,

- Назовите, пожалуйста, своё имя, фамилию, профессию, адрес и т.д.
- Скажите вам легко было говорить? Какие вы испытывали трудности?

Источником образования звуков речи является воздушная струя, выходящая из легких через гортань, полость рта или носа наружу.

Малыши, имеющие ослабленный вдох и выдох, как правило, говорят тихо и затрудняются в произнесении длинных фраз.

Часто такие дети не договаривают слова и нередко в конце фразы произносят их шепотом. Правильное речевое дыхание обеспечивает нормальное звукообразование, создает условия для поддержания нормальной громкости речи, четкого соблюдения пауз, сохранения плавности речи и интонационной выразительности.

Большие возможности в формировании речи предоставляет дыхательная гимнастика. Александра Николаевна Стрельникова утверждала: «Люди плохо дышат, говорят, кричат и поют, потому что болеют, а болеют потому что не умеют правильно дышать. Научите их этому – и болезнь отступит».

Физиологическое, или жизненное, дыхание складывается из вдоха и выдоха, которые сменяют друг друга. Оно признано поддерживать жизнь в организме путём газообмена. **Речевое дыхание** призвано участвовать в создании голосового звучания на равномерном выдохе. Приступая к развитию у ребенка речевого дыхания, необходимо прежде всего сформировать **сильный плавный ротовой выдох**. При этом надо научить ребенка контролировать время выдоха, расходовать воздух экономно. Дополнительно у ребенка развивается способность направлять воздушную струю в нужном направлении.

Речевое дыхание отличается от жизненного тем, что это управляемый процесс. **В речи вдох короткий, а выдох длинный**. Поэтому количество выдыхаемого воздуха зависит от длины фразы. Наиболее правильное, целесообразное и удобное для речи **диафрагмально-реберное дыхание**.

Для того чтобы выполнять с детьми игры – упражнения на дыхание на первоначальном этапе необходимо научить их правильно дышать, сформировать сильный плавный ротовой выдох.

Предлагаю Вам несложные упражнения. Мы научимся сначала дифференцировать вдох – выдох. Как это делаю я с детьми на начальном этапе. Помогут нам его выполнить схемы **дыхания**.

Вдох – выдох носом:

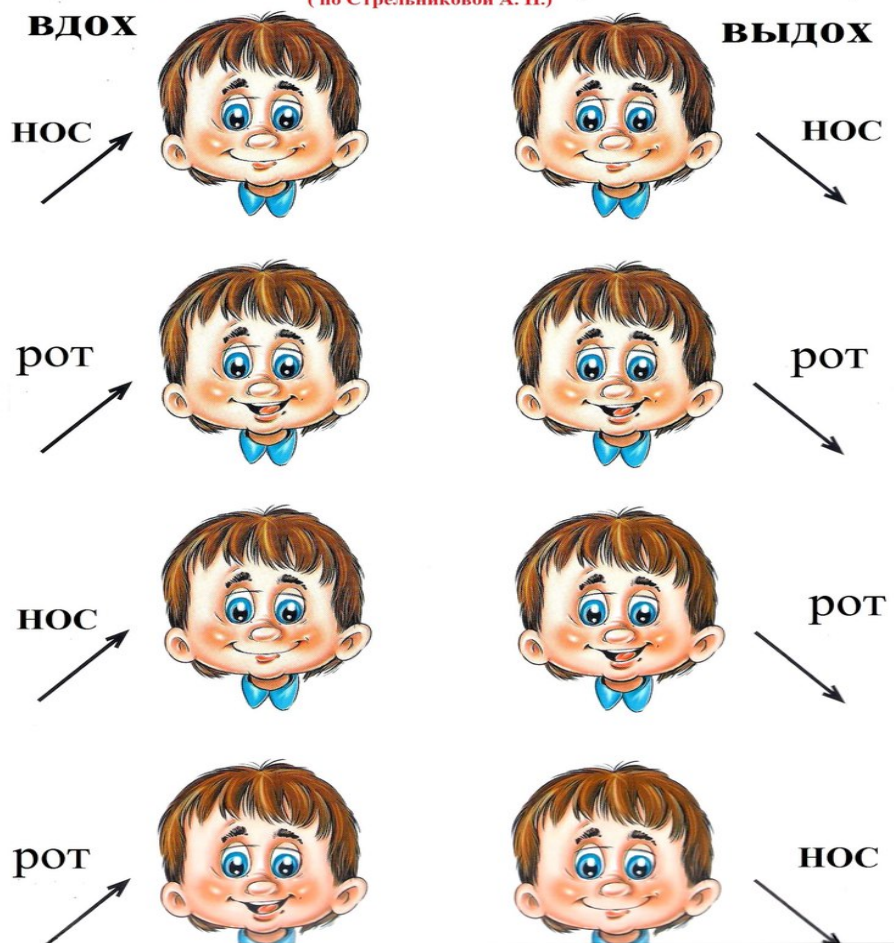
Вдох – выдох ртом:

Вдох носом – выдох ртом:

Вдох ртом – выдох носом:

Дыхательная гимнастика

(по Стрельниковой А. Н.)



Давайте попробуем сделать правильный ротовой выдох:
- 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;

подышали, сделали упражнения 3 раза

Дышать просто так детям не интересно, поэтому я использую специальные игры на дыхание.

Цель игр: развитие сильного плавного направленного ротового выдоха; активизация губных мышц.

При занятиях необходимо соблюдать следующую **инструкцию**:

- Следует соблюдать последовательность упражнений (счет ведем про себя) вдох (носом) 1-3, пауза – 1, выдох (ртом) – 1-6.

- Плечи при вдохе не должны подниматься, выдох должен быть целенаправленным (щёки не надувать) .
- Во избежание головокружения продолжительность упражнения 3-4 раза.
- Проводить упражнения в хорошо проветренном помещении или при открытой форточке.
- Заниматься до еды.
- Заниматься в свободной, не стесняющей движения одежде.
- Дозировать количество и темп проведения упражнений.
- Вдыхать легко и коротко, а выдыхать длительно и экономно.
- В процессе речевого дыхания не напрягать мышцы в области шеи, рук, живота, груди; плечи не поднимать при вдохе и не опускать при выдохе.
- После выдоха перед новым вдохом сделать остановку на 2-3 с.

Дыхательную гимнастику не рекомендуется делать детям, имеющим травмы головного мозга, травмы позвоночника, при кровотечениях, при высоком артериальном и внутричерепном давлении, пороках сердца и при некоторых других заболеваниях.

Регулярное занятие дыхательной гимнастикой способствуют воспитанию правильного речевого дыхания с удлинённым постепенным вдохом, профилактике болезней дыхательных путей.

Сегодня я познакомлю вас с упражнениями на дыхание, которые благотворно влияют на развитие речи детей.

Игровые упражнения для развития речевого дыхания

Уважаемые коллеги, выходите на середину зала, на некоторое время мы станем детьми и вместе поиграем. Хочу вас познакомить с некоторыми игровыми приёмами дыхательной гимнастики. Дыхательные упражнения можно проводить со стихотворными и музыкальными сопровождениями и без них.

Я предлагаю упражнения, которые можно проводить с детьми дома, на любых занятиях, на прогулке, можно использовать как физкультминутки или как часть логопедического занятия. Итак, мы начинаем. Встаньте, пожалуйста, в круг.

1.«Остуди чай» Возьмите чашечки, представьте, что у вас горячий чай: «Сегодня в гости вы пришли, вас чаем угощаю, а чтобы не обжечься, подуть вам предлагаю»(Вдох, выдох -дуем на чай, губы «трубочкой»)

2.«Петушок» Крыльями взмахнул петух, Всех нас разбудил он вдруг. Встать прямо, ноги слегка расставить, руки в стороны-(вдох), а затем хлопнуть ими по бёдрам, выдыхая произносить «ку-ка-ре-ку» повторить 5-6 раз.

3.«Задуй упрямую свечу» - в правой руке держать цветные полоски бумаги; левую ладонь положить на живот; вдохнуть ртом, надуть живот; затем длительно выдыхать, «гасить свечу».

4.«Угадай по запаху».

У логопеда в руках мешочек с предметами (лук, лавровый лист, мята, мыло, пакетик чая, лимон и др.) по количеству игроков. Каждый участник по очереди закрывает глаза, нюхает предмет, который достал из мешочка педагог и пытается отгадать его.

Игра тренирует короткий активный вдох и свободный лёгкий выдох (лечебный метод дыхания А.Н. Стрельниковой).

5.«Веселая поездка»

Играя с детьми в «Паровоз», можно проезжать различные станции: Свистелкино (произносится на выдохе звук С), Комарово (звук З), Лалакино (Л), Шипелкино (звук Ш), Жужжалкино (звук Ж), Цокалкино (звук Ц), Тарахтелкино (звук Р)... Проезжая эти станции, дети должны хорошо произнести на выдохе необходимый звук.

6. «Мыльные пузыри»

Один ребенок пускает мыльные пузыри, остальные дети дуют на них и не дают им упасть.

7.Игра - упражнение «Музыкальный пузырьёк». Для игры нам необходим чистый стеклянный пузырьёк. Что можно делать с пузырьёком? Налить в него воду. Насыпать в пузырьёк витамины. А еще? Не знаете! Сейчас я вам покажу фокус! Вот такой музыкальный пузырьёк - гудит как труба. Логопед подносит пузырек к губам, дует в горлышко, извлекая из него звук. . Следует помнить: чтобы пузырек загудел, нижняя губа должна слегка касаться края его горлышка. Струя воздуха должна быть сильной. Дуть следует несколько секунд, не напрягаясь. Так как в игре необходимо использовать стеклянные пузырьки, в целях безопасности игра проводится индивидуально, или на занятии в группе дети дуют в пузырьки по очереди.

8. «Буря в стакане» . У каждого в руках стаканчик (бутылочка), наполовину наполненный водой. В стакан вставлена коктейльная трубочка. Логопед

показывает, с какой силой нужно дуть в стакан через соломинку, чтобы за один выдох получилось долгое бульканье, но вода не расплескалась.

9.Игра "Футбол" рассчитана на 2 игроков, которые плавным выдохом рта должны закатить мяч (*комоч ваты*) в ворота соперника.

10. «Прожорливые фрукты». Игра учит контролировать спокойное дыхание, тренирует длительный выдох.

Цель: формирование плавного длительного выдоха; активизация губных мышц.

Оборудование: кусочки ваты, трубочка, бумажные ворота. (фрукты)

11. «Поиграй животиком»!

Для игры понадобится любая игрушка-зверушка. Предложите коллегам лечь на ковер и положить руки себе на живот, положите на живот небольшую игрушку.

Вдох- игрушка вместе с животом поднимется вверх, а на выдохе, наоборот, опустится вниз – как будто она качается на качелях. Упражнение делается не более 5 раз подряд, чтобы не было большой нагрузки на диафрагму и брюшные мышцы.

Тренируется физиологическое дыхание (длина вдоха равна длине выдоха).

12. «Ракета». Цель: развитие сильного ротового выдоха; обучение умению дуть через трубочку; активизация губных мышц.

Оборудование: коктейльные трубочки, картонные ракеты.

Каждый пилот дует на свою ракету. У кого лучше работает двигатель, тот и выигрывает.

Чья ракета дальше улетит, тот пилот и победит.1,2,3- ракета, лети!

13. «Лети, пёрышко!» Подбросьте перышко вверх и дуйте на него, не давая упасть вниз. Затем предложите подуть ребенку. Обратите его внимание на то, что дуть нужно сильно, направляя струю воздуха на перышко снизу – вверх.

14. «Цветок». Формируем силу и продолжительность выдоха. Предложить живой или искусственный цветок. Ребенку предлагается наращивать фразу, по одному слову. Нюхаем цветок, произнося:

«Ах!»

«Ах, пахнет!»

«Ах, как пахнет!»

«Ах, как пахнет цветок!»

«Ах, как пахнет этот цветок!»

«Ах, как хорошо пахнет этот цветок!»

«Ах, как хорошо пахнет этот душистый цветок!»

«Ах, как хорошо пахнет этот душистый красный цветок!»

14. «Дует ветер».

«Ветер, ветер, озорной, поиграй сейчас со мной!»

У одних воспитателей деревья с листочками, у других-тучки с капельками.

Дуть на листочки и капельки.

15. «Сдуй снежинку, бабочку, жучка, пчёлку».

Игра помогает выработать навык делать носовой вдох и продолжительный, целенаправленный выдох.

16.Упражнение «Фокус». Положите ватку на кончик носа, широкий язык в положении «лопатка». Подуть на ватку плавно и с силой, чтобы ватка полетела вверх. То же из положения «чашечка

И заключительное упражнение.

17. «Праздник в бутылочке»

Участникам предлагается взять бутылку с конфетти и трубочку. Вставить трубочку в бутылку и, сделав вдох носом, подуть в трубочку.

Подведение итога. Упражнение, которое вы сейчас выполняли, называется «Праздник в бутылочке». Видите, как просто устроить себе праздник.

На этом мы закончим наше знакомство с играми. Спасибо, что вы были активны, позитивны. Надеюсь, предложенные игровые приемы вы будете использовать в своей работе.