

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №221»



Тема выпуска

«Веселая дыхательная гимнастика»

Подготовили

Желтоножская А.Н.

Клепикова Н.В.

Ленцова М.В.

Соколова Д.В.

Шестакова О.Л.

Ярославль, октябрь 2020



Этот выпуск поможет развивать дыхание ребенка и подготовить артикуляционный аппарат малыша к овладению сложными звуками русского языка, для формирования которых необходима направленная воздушная струя. Кроме того, проведение дыхательной гимнастики способствует профилактике простудных заболеваний.

Правильное дыхание обеспечивает нормальное звукообразование, создает условия для поддержания громкости речи, четкого соблюдения пауз, сохранения плавности речи и интонационной выразительности.

Логопеды дошкольных учреждений уделяют пристальное внимание формированию дыхания у детей как базы для правильного развития не только звукопроизношения, но и всей речи в целом.

У дошкольников наблюдаются такие несовершенства речевого дыхания:

- очень слабый выдох и вдох, что ведёт к тихой, едва слышимой речи; это часто наблюдается у физически слабых детей, а также робких, стеснительных;
- неэкономное и неравномерное распределение выдыхаемого воздуха; в результате этого ребёнок иногда выдыхает весь запас воздуха на первом слове, а то и на первом слоге и затем договаривает фразу или слово шёпотом; нередко из-за этого он недоговаривает, «заглатывает» конец слова или фразы;
- неумелое распределение дыхания по словам; ребёнок вдыхает в середине слова (мы с мамой пой – вдох – дем гулять);
- торопливое произнесение фраз без перерыва и на вдохе, с «захлёбыванием»;
- неравномерный толчкообразный выдох: речь звучит то громко, то тихо, еле слышно.

Важнейшие условия правильной речи – это плавный длительный выдох, четкая и ненапряженная артикуляция. **Правильное речевое дыхание, четкая артикуляция являются основой для звучного голоса.**

Рекомендации по проведению дыхательной гимнастики:

- перед проведением дыхательной гимнастики необходимо проветрить помещение, если в доме имеется увлажнитель воздуха, воспользоваться им;
- дыхательную гимнастику не рекомендуется проводить после плотного ужина или обеда; лучше, чтобы между занятиями и последним приемом пищи прошел хотя бы час, еще лучше, если занятия проводятся натощак;
- упражнения рекомендуется выполнять в свободной одежде, которая не стесняет движения;
- необходимо следить за тем, чтобы во время выполнения упражнений не напрягались мышцы рук, шеи, груди;
- заинтересуйте ребенка, поиграйте с ним; пусть малыш ждет новой игры каждый день;

— не забывайте о том, что каждое дыхательное упражнение можно проводить только 3—5 раз подряд, чтобы не спровоцировать у малыша головокружение;

— не стоит отрабатывать более одного упражнения в день;

Прежде всего, научите ребенка делать глубокий вдох носом.

Затем объясните малышу, что, выполняя упражнения дыхательной гимнастики, он должен вытягивать губы «трубочкой» и дуть в «трубочку», не раздувать щеки и не поднимать плечи.

Приготовьте все необходимое для игры. Иногда сам процесс подготовки к игре может стать интересным для ребенка. Сделайте с ним бумажный кораблик или бабочку из лепестков цветов, пусть он поможет вам натереть пенопласт и укрепить соломинку для коктейля в пробке пластиковой бутылки.

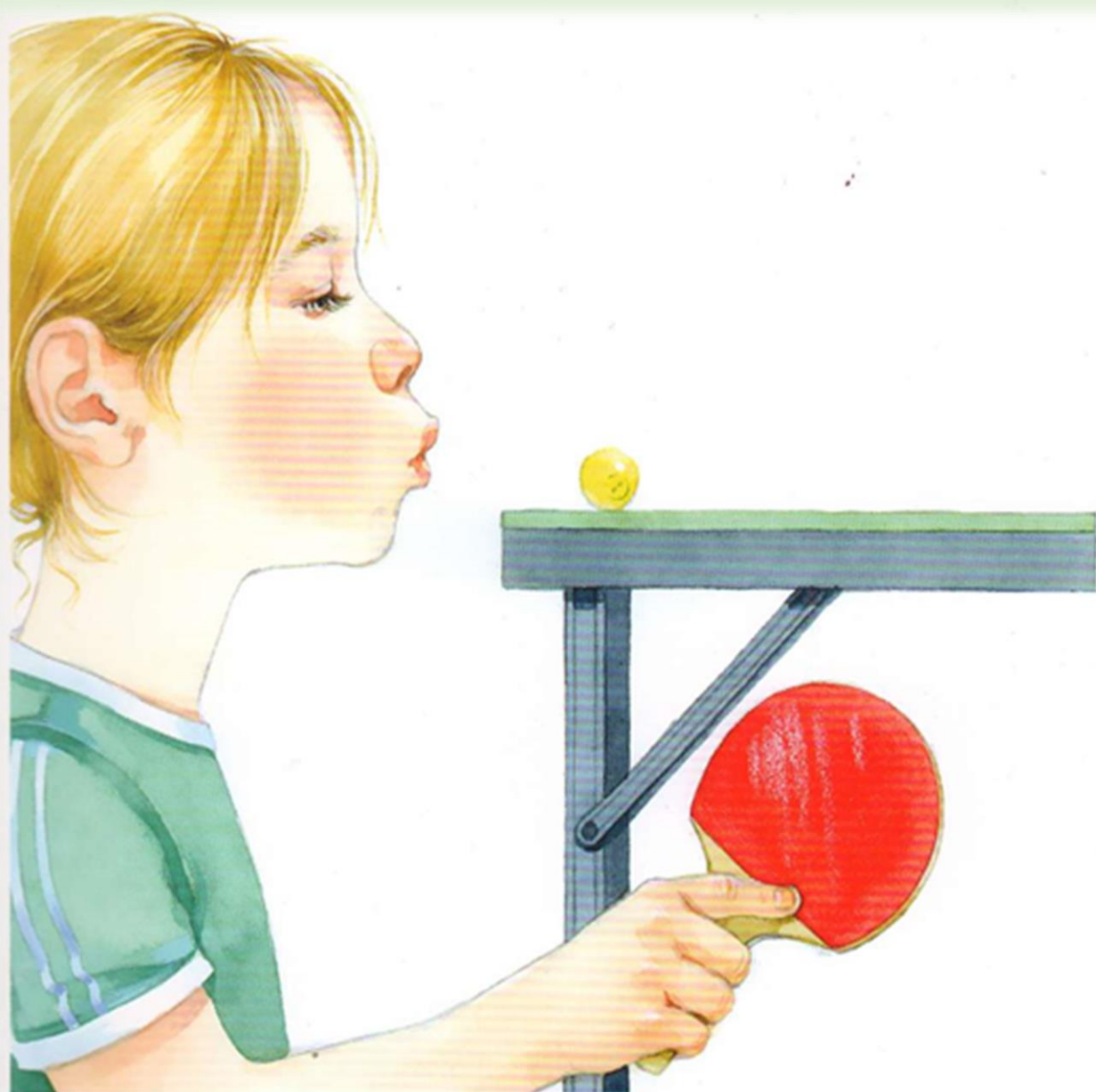
Учителя-логопеды нашего детского сада приготовили для Вас видеоролики. В них вы сможете познакомиться с играми, упражнениями и правилами выполнения дыхательной гимнастики.

Успехов в проведении занятий и терпения!

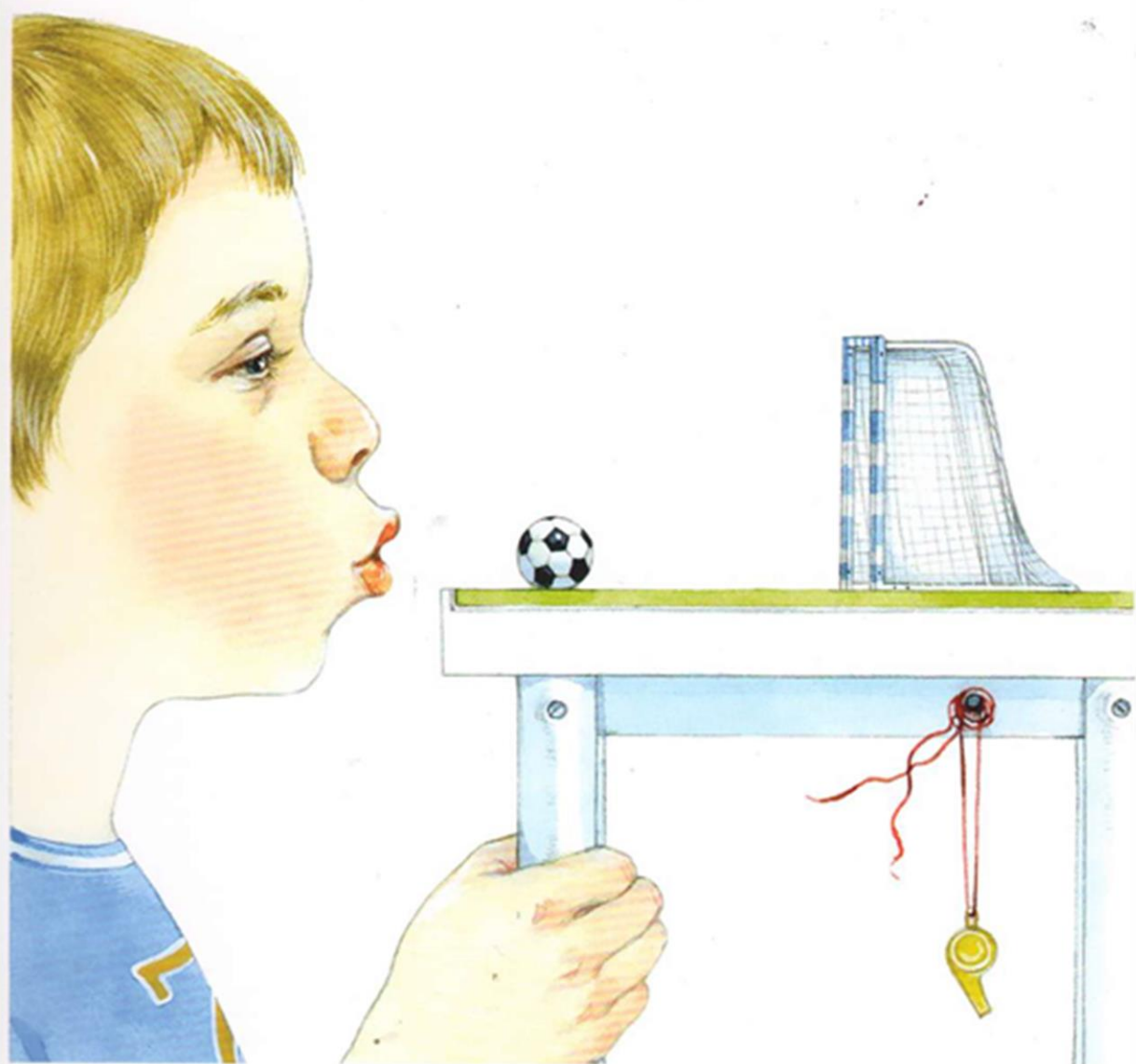
Предлагаем картотеку упражнений дыхательной гимнастики.



Предложите ребенку присесть перед столом так, чтобы край стола находился на уровне его губ. Насыпьте на стол манку на расстоянии 10—15 см от губ ребенка. Объясните, что нужно сделать вдох через нос, а потом подуть на манку, вытянуть губы «трубочкой» так, чтобы получилась «поземка».



Предложите малышу присесть перед столиком так, чтобы теннисный шарик, лежащий на столе, оказался на уровне его губ. Объясните, что нужно сделать вдох через нос, а потом подуть на шарик, вытянув губы «трубочкой», чтобы шарик покатился по столу.



Предложите ребенку присесть перед столиком так, чтобы мячик, лежащий на столе, оказался на уровне его губ. Объясните, что нужно сделать вдох через нос, а потом подуть на мячик, вытянув губы «трубочкой», чтобы мячик закатился в ворота.



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



Покажите малышу, как можно свистеть с помощью пластиковой бутылочки. Пусть прижмет горлышко бутылочки к вытянутым «трубочкой» губам, держа бутылочку строго вертикально, и дует в нее. Должен раздаться свист. Следите за тем, чтобы ребенок не раздувал щеки и не поднимал плечи.



Предложите малышу устроить «пургу» в бутылке. 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». Следите за тем, чтобы он правильно делал вдох и не раздувал щеки.



Предложите ребенку надуть воздушный шар. Покажите, как правильно это делать. Объясните, что нужно дуть не в щеки, а в шарик. Пусть надувает шар, не раздувая щек.



Поиграйте с ребенком в фейерверк. Положите на ладонь ребенка конфетти. Пусть держит ладонь на уровне губ и дует на конфетти, вытянув губы «трубочкой». Следите за тем, чтобы малыш правильно делал вдох и не раздувал щеки.



Положите на край стола несколько гладких палочек. Пусть ребенок присядет перед столом так, чтобы палочки лежали напротив его губ, и дует на них, вытянув губы «трубочкой». Палочки должны катиться по столу.



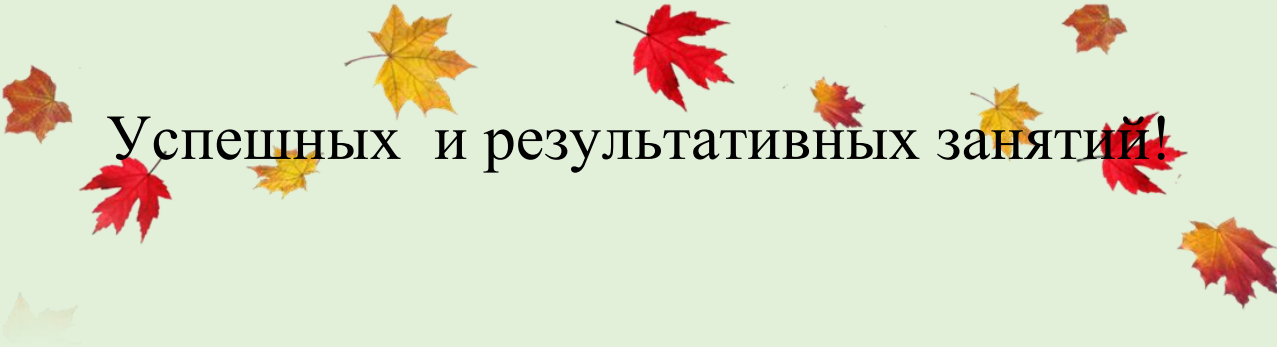
Натяните шнур между двумя стойками. На шнур привяжите нитки с на-
низанными на них сухими разноцветными листочками. Помните, что ли-
сточки должны находиться на уровне губ ребенка. Пусть малыш дует на
листочки, вытянув губы «трубочкой» и не раздувая щеки.

Для проведения дыхательной гимнастики есть специальные тренажёры.



Пособия для проведения дыхательной гимнастикой можно изготовить самим!





Успешных и результативных занятий!

Ждем от Вас фото и видеоматериалов
об изготовлении пособия для проведения
дыхательной гимнастики
и самого проведения дыхательной гимнастики!
Материалы будут опубликованы
на сайте детского сада
в рубрике
«Интерактивный клуб
«Логопедия для детей и их мам и пап»!

Благодарим за сотрудничество!