



Известно, какую важную функцию в жизнедеятельности человеческого организма выполняет дыхание. Но, кроме своей основной физиологической функции — осуществления газообмена, дыхание обеспечивает еще и такую функцию, как речевое дыхание. Речевое дыхание — основа звучащей речи, источник образования звуков, голоса. Звуки речи образуются при определенном положении артикуляционного аппарата, при соответствующих движениях языка, губ, мягкого нёба, а речевой выдох — необходимое условие для произношения звуков. В зависимости от того, куда направлена воздушная струя — в ротовую или носовую полость, звуки будут (при одинаковой установке артикуляционного аппарата) звучать по-разному: «м, мь», «н, нь» — при прохождении воздуха через носовую полость; «б, бь», «д, дь» — при выходе воздушной струи через рот. При произнесении фрикативных звуков «с», «ш», «ж» и др. требуется достаточно длительный выдох через рот. Чтобы привести в колебание кончик языка при произнесении звуков «р», «рь», нужна сильная воздушная струя.

Учить ребенка делать быстрый глубокий вдох, а затем плавный длительный выдох можно с помощью игрушек: дудочек, свистулек, а также при выдувании мыльных пузырей. Чтобы выдох через рот был сильным и целенаправленным, предложите ребенку дуть на вертушки, бумажные игрушки, одуванчик, легкое перышко, ватный шарик. Дуя на игрушки, ребенок должен совершать вдох, не поднимая плеч (то есть надувать при этом животик), а выдыхать непрерывно. Малыш до 3 лет может дуть через губы, сложенные трубочкой, а ребенку постарше необходимо учиться делать легкую улыбку и дуть в щелочку между губами. Важное условие — игрушка, на которую дует малыш, должна находиться на уровне губ ребенка, на расстоянии 10–15 см. Щеки во время дыхательных упражнений ни в коем случае не должны надуваться — можно предложить ему придержать щеки ладонками. Внимание! Дыхательные упражнения могут привести к гипервентиляции и вызвать головокружение: не делайте более 3–5 упражнений подряд. Длительность пропевания звуков зависит от возраста. Так, 2-летний малыш может тянуть один звук в течение 2 секунд (или пропеть подряд два разных гласных звука), 3-летний ребенок может петь один звук в течение 3 секунд (или подряд три разных гласных звука), 4-летний тянет звук в течение 4 секунд. Правило простое: у дошкольников длительность пения на одном выдохе в секундах соответствует количеству полных лет.

Ниже приведены некоторые игры на развитие дыхания, которые помогут ребенку играя, овладевать важным навыком для звучащей речи! Играйте весело, играйте с удовольствием!

Поиграй животиком!

Для игры понадобится любая игрушка-зверушка. Предложите ребенку лечь в кровать или на ковер и положить руки себе на живот.

Покажите, как надо глубоко вдохнуть, — надуть животик, а затем через несколько секунд выдохнуть, — животик при этом опустится. Делать упражнение можно не более 5 раз подряд, чтобы не было большой нагрузки на диафрагму и брюшные мышцы. А чтобы малышу было интересно выполнять дыхательное упражнение, положите на животик ребенка небольшую игрушку. Когда малыш вдохнет, игрушка вместе с животом поднимется вверх, а на выдохе, наоборот, опустится вниз — как будто она качается на качелях.

...

Игра развивает физиологическое дыхание. Длина вдоха по продолжительности равна длине выдоха.

Вертушка

Для игры вам потребуется игрушка-вертушка, купленная в магазине или изготовленная собственными руками.

Покажите ребенку, как надо подуть на вертушку, чтобы она пришла в движение.

Пусть малыш сам подует на бумажную вертушку.

Бабочка

Для игры надо вырезать бабочку из папиросной бумаги и прикрепить ее на нитку длиной 15–20 см.

Покажите ребенку, как можно дуть на бабочку, подвешенную на нитке.

Затем поднесите бабочку к губам малыша и попросите его подуть.

...

Игра помогает выработать у ребенка навык делать глубокий вдох и продолжительный, целенаправленный выдох.

Танцующая матрешка

До начала игры надо вырезать из бумаги фигурку матрешки, раскрасить ее и прикрепить игрушку на нитку.

Покажите ребенку, как можно дуть на матрешку, подвешенную на нитке. Матрешка начнет кружиться, как будто она танцует.

Затем поднесите матрешку к губам малыша и попросите его подуть самого, чтобы матрешка начала танцевать.

Сдуй снежинку с рукавички

Для игры понадобятся вырезанная из картона рукавичка и вырезанная из бумаги снежинка.

Покажите ребенку, как можно сдуть бумажную снежинку с рукавички.

Затем вновь положите снежинку на рукавичку, поднесите ее к губам малыша. Попросите ребенка подуть на снежинку.

Сдуй пушинку

Для игры потребуются легкое перышко, пушинка или кусочек ваты.

Покажите ребенку, как можно сдуть перышко с ладони.

Затем положите перышко на свою ладонь, поднесите ее к губам малыша и попросите его подуть на перышко.

В другой раз дайте задание ребенку сдуть с вашей ладони несколько пушинок или бумажек одним выдохом. Бумажки расположите так, чтобы они находились одна от другой на некотором расстоянии.

Карусель

До игры изготовьте пособие «Карусель». Для этого надо вырезать из цветной бумаги 4 круга и согнуть их пополам. Вложите посередине пособия тонкую веревочку, а затем склейте круги.

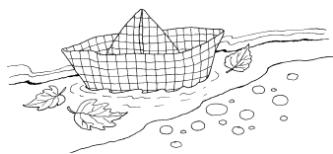
Покажите ребенку, как надо взять игрушку за концы веревочки и подуть на нее. Под струей воздуха карусель начнет кружиться.

Затем дайте пособие малышу и попросите его подуть.

Загони мяч в ворота

Для игры понадобятся воротики (их можно заменить двумя кубиками) и кусочек ваты или небольшой скомканный кусочек папиросной бумаги, играющие роль мяча.

Покажите малышу, как можно дуть на легкий «мячик», чтобы загнать его в игрушечные ворота. Попросите ребенка самого загнать мяч в ворота.



Игра вырабатывает у ребенка длительный, сильный, целенаправленный выдох, а также глазомер.

Кораблик

Для игры приготовьте бумажный кораблик, который поставьте на стол с гладкой поверхностью.

Покажите малышу, как надо дуть на бумажный кораблик, чтобы он «доплыл» до противоположного края стола.

Буря в стакане

Предлагайте ребенку время от времени пить сок с помощью трубочки. Меняйте диаметр трубочек, предлагая малышу трубочки сначала толстые, а потом все более тонкие.

Расскажите ребенку, что можно не только втягивать в себя сок с помощью трубочки, но и выдувать воздух через трубочку. Для этого налейте в стакан воду и покажите, как можно заставить воду пузыриться. Пусть малыш сам попробует создать бурю в стакане воды.

Фокус (Парашютик) (направление воздушной струи посередине языка).

Рот приоткрыть, язык «чашечкой» выдвинуть вперед и приподнять, плавно выдохнуть на ватку, лежащую на кончике носа, или на челочку.

Паровозик свистит (выработка плавной, непрерывной струи). Взять чистый пузырек и поднести его ко рту. Кончик языка слегка высунуть так, чтобы он касался только края горлышка. Выдыхать воздух плавно в пузырек. Если свист не получился, не надо расстраиваться, значит, не выполнено какое-то правило игры. Следует начать сначала.

...

Игра формирует у ребенка навык делать глубокий вдох и продолжительный выдох, развивает подвижность губ, умение плотно смыкать их.

Звуковая ниточка

Покажите малышу, как надо соединить пальцы рук, собранные щепотью, перед грудью (как будто они держат за концы короткую ниточку). Затем вдохните и начните разводить руки в стороны, одновременно пропевая какой-либо гласный звук (тяните длинную нить).

Можно предложить сначала протянуть короткую ниточку (пропеть звук А в течение 1 секунды), лишь слегка разведя руки в стороны, а затем вытянуть длинную звуковую нить (пропеть звук А в течение нескольких секунд, разведя руки в стороны как можно шире).

В следующий раз предложите малышу пропеть другой гласный звук: У, О или И.

...

Игра помогает ребенку развивать правильное речевое дыхание, умение произносить на одном выдохе один, два или три гласных звука, уточнять артикуляцию гласных звуков.

Намотай клубочек

Предложите малышу намотать звуковую ниточку, так чтобы получился клубок. Для этого покажите ребенку, как надо вращать руки одна вокруг другой перед грудью и в это время длительно пропевать гласный звук.

Можно посоревноваться, чья ниточка окажется длиннее, а значит, и клубок будет больше. (Разумеется, взрослому следует время от времени поддаваться.)

Звуковая зарядка-1 (с 2 лет)

Покажите малышу, как после короткого глубокого вдоха надо через стороны поднять руки вверх, пропевая звук А, а затем опустить руки вниз, пропевая на этот раз звук У.

Пусть малыш скопирует вслед за вами движения и услышанные звуки.

В следующий раз можно пропеть другую пару гласных звуков. Например: ИА, УА, ИО и т. п.

Звуковая зарядка-2 (с 3 лет)

Продemonстрируйте ребенку, как нужно после короткого глубокого вдоха поднять руки вверх, пропевая звук А, затем развести руки в стороны, пропевая звук У, и, наконец, опустить их вниз, пропевая звук И.

Пусть малыш скопирует вслед за вами все движения и звуки.

В следующий раз можно пропеть другую тройку звуков, сопровождая их движениями рук. Например: УИА, АОИ, ОУЭ и т. п.

Слоговая зарядка (с 3 лет)

Продemonстрируйте ребенку, как после короткого глубокого вдоха надо поднять руки вверх, произнося слог ТА, затем развести руки в стороны, произнося слог ТО, и опустить их вниз, произнося слог ТУ.

Пусть малыш скопирует вслед за вами все движения и звуки.

В следующий раз можно предложить ребенку произнести другую тройку слогов, заменив в них согласный звук. Например: ГА, ГО, ГУ или НА, НО, НУ.

...

Игра формирует правильное речевое дыхание, умение произносить на одном выдохе три слога.

Удлиним фразу (с 3 лет)

Для игры понадобится фотография или рисунок, изображающие жаркий летний день. На картине обязательно должно быть солнце.

Попросите ребенка повторять вслед за вами все те слова и фразы, которые вы будете произносить.

Покажите ребенку картинку «Жаркий день», укажите на солнце и скажите: «Солнце!»

Затем скажите: «Солнце светит!»

После этого произнесите: «Солнце светит ярко!»

Скажите фразу от начала до конца: «Солнце светит ярко – всем нам стало жарко!»

Пусть ребенок попробует повторить каждую фразу.