

РЕЦЕНЗИЯ
на авторский образовательный ресурс настольную игру «Волшебный кубик»,
разработанный учителем-логопедом МДОБУ № 2 г. Новокубанска
Муниципального образования Новокубанский район
Хальченко Викторией Юрьевной

Актуальность настольной игры заключается в том, что дети с общим недоразвитием речи имеют индивидуальные особенности. Она предназначена для совершенствования речевых навыков детей с ОНР.

Актуальность игры обусловлена одной из проблем современного общества – замена живой коммуникации людей зависимостью от компьютера, телефона. Нехватка общения родителя со своим ребенком, игнорирование речевых трудностей увеличивает число дошкольников с недостатками речи.

Новизна и практическая значимость состоит в умении выражать свои мысли, проявлять инициативу в общении, правильно выстраивать свои ответы, делать умозаключения. Пособие ценно тем, что позволяет интегрировать в совместной деятельности решение коррекционно-развивающих задач всех областей; развивать моторику, творческие способности, познавательный интерес детей.

Данная игра это яркий, интересный практический материал. Интересные, увлекательные игры и упражнения. Автор обращает внимание на то, что игры могут дополняться, изменяться и обогащаться новыми технологическими приемами.

Игра поможет педагогу и родителям в работе над: укреплением мышц языка, губ и челюсти, что важно для четкого произношения звуков; обучением навыкам использования новых слов, улучшением понимания лексики и развитием умения описывать предметы и явления; способностью к улучшению восприятия речи и подготовке к чтению; улучшением физической активности у детей; улучшением произношения звуков; обучением навыкам выстраивания последовательности событий, развитием воображения и улучшения устной речи; улучшением координации пальцев и укреплением связи между речью и движением. Карточки заданий и упражнений способствуют повышению психолого-педагогической компетентности родителей в коррекционно-педагогическом процессе и формируют позитивное отношение родителей к коррекционно-образовательному процессу.

Данная разработка может быть рекомендована к практическому применению учителями-логопедами и воспитателями в работе с детьми, а также, родителями для игры с детьми в домашних условиях.

«26» мая 2025 год

Рецензент:
кандидат педагогических наук,
доцент кафедры психологии
и коррекционной педагогики
ФГБОУ ВО «АГПУ»

Q





Автор: учитель – логопед
МДОБУ № 2
Хальченко В.Ю.

Аннотация

к дидактической игре «Волшебный кубик»

«Волшебный кубик» — это универсальный дидактический комплект для логопедов, дефектологов и воспитателей. Игра предназначена для детей среднего и старшего дошкольного возраста (4-7 лет) логопедических групп. Её уникальность заключается в гибкости: с помощью сменных наборов карточек и кубика с заданиями можно решать широкий круг речевых задач — от автоматизации звуков до развития связной речи. Это делает комплекс незаменимым для индивидуальных и подгрупповых занятий.

Количество игроков: 1- 4 человек (может использоваться индивидуально).

Описание игры

Оборудование:

Пластмассовый кубик («Волшебный кубик»). На каждой грани кубика — чёткая и понятная пиктограмма и подпись-задание:

- «Назови» (пиктограмма: рот).
- «Опиши» (пиктограмма: глаз)
- «Один-много» (пиктограмма: игральные кости).
- «Назови ласково» (пиктограмма: сердечко).
- «Придумай предложение» (пиктограмма: облачко с текстом).
- «Посчитай» (пиктограмма: ладошка).

Набор тематических карточек. Карточки делятся на 6 категорий, соответствующих граням кубика.

Цель:

Комплексное развитие речевой системы детей через специально организованную игровую деятельность с дидактическим пособием «Волшебный кубик».

Задачи:

- ❖ Закреплять и активизировать словарный запас по различным лексическим темам (используя набор карточек).
- ❖ Формировать навык определения грамматической категории рода имен существительных и согласования их с числительными ("один мяч", "одна кукла", "одно яблоко").
- ❖ Упражнять в правильном образовании форм множественного числа имен существительных в именительном ("один - много") и родительном падежах ("много кого?" - "много столов", "много кукол").
- ❖ Формировать навык словообразования: создание существительных с уменьшительно-ласкательными суффиксами ("назови ласково").

- ❖ Развивать фонематическое восприятие: умение определять место заданного звука в слове (начало, середина, конец).
- ❖ Развивать связную речь.
- ❖ Учить грамматически правильно строить простые предложения.
- ❖ Воспитывать интерес к речевым играм и положительную мотивацию к занятиям.

Сопутствующие задачи:

- ❖ Развивать мелкую моторику: бросок кубика, манипуляции с карточками.
- ❖ Развивать мышление и память: выполнение заданий требует анализа, обобщения, вспоминания нужных слов.
- ❖ Развивать эмоционально-волевую сферу и навыки общения: умение ждать своей очереди, соблюдать правила игры.

Ход игры:

1. Подготовка:

На столе лежат 6 конвертов, внутри которых находятся карточки с заданиями.

2. Начало:

Игроки по очереди бросают "Волшебный кубик".

3. Выполнение задания:

Ребенок смотрит, какая грань кубика выпала, и берет одну карточку из соответствующей стопки.

Варианты заданий:

- Грань ("Назови"): Ребенок четко называет, что изображено на картинке (например, "РАКета"). Акцент на правильное произношение, но и придумать слово, которое называется на ту же букву (звук), что и картинка.
- Грань ("Опиши"). На обороте карточки «Еж». Ребенок описывает: «Он колючий, круглый, носит на спине яблоки».
- Грань ("Один-много"): Ребенок изменяет слово так, чтобы обозначить много предметов ("рак — раки").
- Грань ("Назови ласково"): Образование уменьшительно-ласкательной формы ("рак — рачОК").
- Грань ("Посчитай"): Согласование числительного с существительным ("одна рыба, две рыбы, пять рыб").
- Грань ("Придумай предложение"): Ребенок составляет предложение с названным словом.

Игра продолжается до тех пор, пока не закончатся карточки.

Вариативность

Главное преимущество игры — ее вариативность, где можно менять карточки и задания на ходу, подстраиваясь под потребности группы:

Вывод:

"Волшебный кубик" — это универсальный, многофункциональный инструмент, который превращает коррекционную работу педагогов в увлекательную и захватывающую игру с детьми.



Рис.1 – Внешний вид игрового комплекта «Волшебный кубик».



Рис.2 – Организация материалов внутри комплекта.

Наборы карточек распределены по прозрачным конвертам для быстрого доступа и систематизации.



Рис.3 – Демонстрация состава игровых карточек.

Лицевая сторона (рубашка) с пиктограммой-заданием и оборотная сторона с иллюстрацией и словом.



Рис.4 – «Волшебный кубик».

РЕЦЕНЗИЯ

на методическое пособие «Дифференцированное дыхание»
для формирования правильной речи, улучшения артикуляции звуков и укрепления
голосовых связок у детей 5-7 лет, разработанное учителем-логопедом МДОБУ № 2
г. Новокубанска Муниципального образования Новокубанский район
Викторией Юрьевной Хальченко

Рецензируемая методическая разработка по речевому развитию детей дошкольного возраста с общим недоразвитием речи В.Ю. Хальченко направлена на способность осознанно управлять процессом вдоха и выдоха.

Автор обращает внимание на то, что дифференцированное дыхание необходимо для формирования правильной речи.

Актуальность и педагогическая целесообразность данной методической разработки заключается в том, чтобы научить ребенка правильно и осознанно управлять своими дыхательными процессами. Его материал актуален тем, что игры, представленные в нем, развивают не только способность осознанно управлять процессом вдоха и выдоха, но и умение распределять воздушную струю в соответствии с различными задачами, возникающими в процессе речи.

Методическое пособие содержит подборку практического материала, направленного на достижение определенных целей и развитие конкретных навыков по дифференцированному дыханию: дыхательные гимнастики, игровые упражнения, артикуляционные упражнения, речевые игры, релаксационные упражнения, упражнения с предметами.

Рецензируемая методическая разработка представляет практический интерес. Материал актуален, интересен и может быть рекомендован при организации воспитательно-образовательного процесса в дошкольном образовании.

Разработанные материалы могут быть рекомендованы к использованию в дошкольных образовательных организациях, а также специалистами и родителями для формирования речевого развития детей дошкольников с общим недоразвитием речи.

«26» мая 2025 год

Рецензент:

кандидат педагогических наук,
доцент кафедры психологии
и коррекционной педагогики
ФГБОУ ВО «АГПУ»

Q





Л.А.Ястребова – Кандидат педагогических наук, доцент кафедры психологии и коррекционной педагогики ФГБОУ ВО «АГПУ»

Хальченко В.Ю. Дифференцированное дыхание. - Новокубанск: 2025.- 128с.

В пособие представлено разнообразие упражнений нацеленных на разные аспекты дыхательной системы и речевого аппарата, что в совокупности способствует комплексному развитию речи, улучшению физического состояния и эмоционального благополучия ребёнка.

Система работы по дифференцированному дыханию предполагает последовательное и регулярное проведение занятий, включающих различные виды упражнений.

Дифференцированное дыхание является одним из ключевых элементов коррекционной работы логопеда с детьми дошкольного возраста. Этот навык необходим для формирования правильной речи, улучшения артикуляции звуков и укрепления голосовых связок. Недостаточное внимание к развитию дифференцированного дыхания может привести к различным речевым нарушениям, таким как неправильное произношение звуков, недостаточная выразительность речи и даже трудности с коммуникацией.

Игры и упражнения по дифференцированному дыханию позволяют логопедам эффективно организовывать работу с детьми, учитывая индивидуальные особенности каждого ребенка. Важность таких разработок заключается в том, что они предоставляют практические рекомендации и методики, которые могут быть легко адаптированы к конкретным условиям работы и потребностям детей.

Дифференцированное дыхание оказывает положительное влияние на физическое, эмоциональное и социальное развитие ребёнка, способствуя его успеху в учебе и жизни.

Данную методическую разработку могут использовать воспитатели, учителя-логопеды, педагоги-психологи, а также родители.

Актуальность	4
Цель	4
Задачи	5
Основные аспекты	6
Виды упражнений	7
Система работы	8
Методы и приемы	9
Профиль артикуляционного аппарата. Классификация звуков	10
Рекомендации	13
Дыхательные гимнастики	14
Игровые упражнения	22
Артикуляционные упражнения	30
Речевые упражнения	38
Релаксационные упражнения	46
Релаксационные упражнения с предметами	54
Релаксационные упражнения для дифференциации носового и ротового дыхания	60
Методика дыхательной гимнастики А.Н. Стрельниковой	68
Дифференцированное дыхание. Козарь Елена Васильевна	74
Выработка дифференцированного дыхания. Козарь Елена Васильевна	82
Дыхательные упражнения. Формирование длительного и плавного речевого выдоха	86
Дыхательные упражнения. Формирование направленной воздушной струи	92
Упражнения для развития физиологического дыхания	98
Упражнения для развития речевого дыхания	104
Упражнения на развитие фонационного выдоха	110
Упражнения на развитие выработки более глубокого вдоха и более длительного выдоха	118
Мониторинг и оценка эффективности	122
Оценка результатов	124
Регистрация результатов	126
Список литературы	127

Дифференцированное дыхание — это способность осознанно управлять процессом вдоха и выдоха, распределяя воздушную струю в соответствии с различными задачами, возникающими в процессе речи. Этот навык включает в себя умение регулировать глубину, частоту и продолжительность вдоха и выдоха, а также контролировать направление воздушной струи.

Дифференциация [фр. differentiation от лат. differentia различие] – разделение, расчленение, расслоение целого на различные части, формы, ступени.

Дифференциация звуков – этап в коррекционной работе по формированию правильного звукопроизношения, направленный на развитие умения отличать данный звук от близких по звучанию или по месту и способу образования.

Дыхание речевое – дыхание в процессе речи, отличающееся от обычного более быстрым вдохом и замедленным выдохом, значительным увеличением дыхательного объема, преимущественно ротовым типом дыхания, максимальным расхождением голосовых складок на вдохе и сближением их почти до соприкосновения на выдохе.

Цель: научить ребёнка правильно и осознанно управлять своими дыхательными процессами, что способствует:

Улучшению речевого дыхания: обеспечение достаточного количества воздуха для произнесения слов и фраз без перебоев и остановок.

Повышению чёткости и выразительности речи: четкое распределение воздушной струи помогает улучшить артикуляцию звуков и сделать речь более понятной и выразительной.

Укреплению голосовых связок: регулярная тренировка дыхания укрепляет мышцы гортани и диафрагму, что предотвращает усталость голоса и снижает риск возникновения проблем с голосом.

Предупреждению речевых нарушений: правильная техника дыхания помогает избежать таких проблем, как заикание, нарушение темпа речи и другие дефекты произношения.

Развитию самоконтроля и концентрации: осознанное управление дыханием развивает у ребёнка навыки саморегуляции и повышает концентрацию внимания, что полезно не только в обучении, но и в повседневной жизни.

Общей релаксации и снятию напряжения: контролируемые дыхательные упражнения способствуют снижению уровня стресса и тревоги, улучшают настроение и повышают общий тонус организма.

Задачи

Развитие способности к контролю над вдохом и выдохом: обучение ребёнка правильному управлению дыхательным процессом, включая регулировку глубины, продолжительности и силы вдоха и выдоха.

Формирование умения распределять воздушную струю при произнесении различных звуков речи: развитие навыков точного направления воздушного потока для обеспечения ясного и чёткого произношения звуков и слогов.

Укрепление мышц диафрагмы и грудной клетки: повышение выносливости и силы дыхательных мышц, что способствует поддержанию стабильного и длительного дыхания во время речи.

Улучшение координации движений органов артикуляционного аппарата: содействие синхронизации дыхания с движениями языка, губ и челюсти, что важно для точной артикуляции и плавности речи.

Повышение устойчивости голосовой функции: предотвращение усталости и перегрузки голосовых связок благодаря правильному использованию дыхания при разговоре.

Развитие концентрации и внимания: тренировка осознанного управления дыханием помогает ребёнку развивать навыки сосредоточенности и

Снижение уровня стресса и тревожности: использование дыхательных техник для расслабления и снятия напряжения, что способствует общему эмоциональному благополучию ребёнка.

Создание основы для дальнейшего речевого развития: подготовка дыхательного аппарата к освоению сложных речевых конструкций и развитию выразительного чтения и публичных выступлений.

Методика позволяет логопедам эффективно организовать работу с воспитанником, учитывая индивидуальные особенности каждого ребенка,

Важность таких разработок заключается в том, что они предоставляют практические рекомендации и методики, которые могут быть легко адаптированы к конкретным условиям работы и потребностям детей.

Основные аспекты дифференцированного дыхания включают:

Контроль глубины вдоха и выдоха: Способность делать глубокие вдохи и полные выдохи, обеспечивая достаточное количество воздуха для произнесения длинных фраз и предложений.

Регуляция частоты дыхания: Умение замедлять или ускорять ритм дыхания в зависимости от требований речи, например, при чтении стихов или рассказывании историй.

Распределение воздушной струи: Способность направлять воздушную струю на определенные звуки и группы звуков, что важно для четкости и правильности произношения.

Координация дыхания и артикуляции: Синхронизация процессов дыхания и движения органов артикуляционного аппарата (языка, губ, челюсти), что необходимо для плавной и естественной речи.

Каждый вид упражнений по дифференцированному дыханию направлен на достижение определенных целей и развитие конкретных навыков. Рассмотрим подробнее, чему способствует каждый из них:

Дыхательные гимнастики: укрепляют диафрагму и развивают способность контролировать глубину вдоха и выдоха.

Игровые упражнения: развивают у детей навыки контроля над дыханием, улучшают координацию движений и повышают интерес к занятиям, делая процесс обучения увлекательным и эффективным.

Артикуляционные упражнения: улучшают дикцию, развивают координацию дыхания и артикуляции, а также укрепляют мышцы речевого аппарата, что способствует правильному произношению и эффективному использованию дифференцированного дыхания.

Речевые игры: помогают детям улучшать дикцию, увеличивать продолжительность фонации и развивать чувство ритма и интонации, делая речь более выразительной и плавной.

Релаксационные упражнения: снимают напряжение, успокаивают нервную систему и учат детей осознанно контролировать своё дыхание, что способствует улучшению общего самочувствия и концентрации.

Упражнения с предметами: развивают точность, силу и продолжительность выдоха, помогая детям лучше контролировать дыхание и совершенствовать навыки, необходимые для связной и выразительной речи.

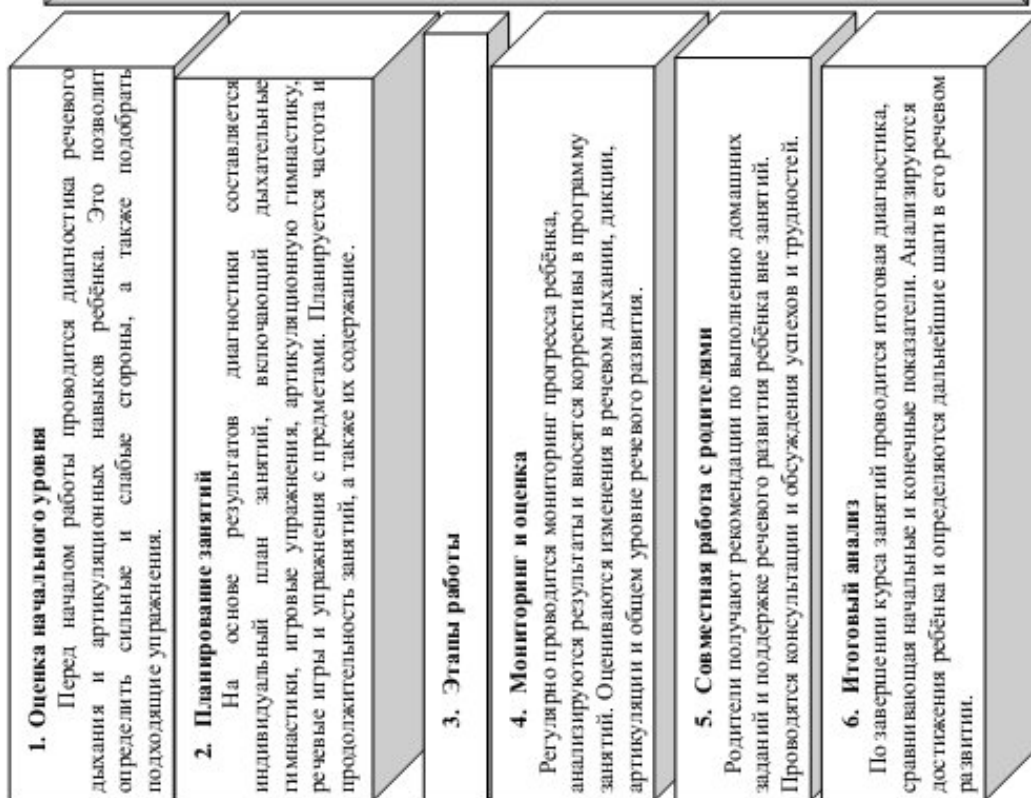
Каждый из этих видов упражнений нацелен на разные аспекты дыхательной системы и речевого аппарата, что в совокупности способствует комплексному развитию речи, улучшению физического состояния и эмоционального благополучия ребёнка.

Дифференцированное дыхание является одним из ключевых элементов коррекционной работы логопеда с детьми дошкольного возраста. Этот навык необходим для формирования правильной речи, улучшения артикуляции звуков и укрепления голосовых связок. Недостаточное внимание к развитию дифференцированного дыхания может привести к различным речевым нарушениям, таким как неправильное произношение звуков, недостаточная выразительность речи и даже трудности с коммуникацией.

Система работы

Данную методическую разработку могут использовать воспитатели, учителя-логопеды, педагоги-психологи, а также родители. Занятия с детьми по дифференцированному дыханию лучше всего проводить, используя игровые методы, чтобы привлечь и удерживать внимание малышей. Кратковременные занятия, соответствующие возрасту детей, помогут избежать переутомления и сохранить интерес. Важно вовлекать всех детей в процесс, предлагая им активные роли в играх и упражнениях, чередуя разные типы упражнений, такие как дыхательные гимнастики, артикуляционные упражнения, речевые игры и упражнения с предметами. Наглядные пособия, такие как яркие иллюстрации, карточки и плакаты, облегчат понимание и выполнение заданий. Индивидуальный подход и похвала за успехи будут стимулировать детей к дальнейшему развитию. Завершить занятие можно простыми дыхательными упражнениями или прослушиванием спокойной музыки для релаксации. Регулярность занятий и привлечение родителей к процессу помогут закрепить полученные навыки и ускорить прогресс ребёнка.

Система работы по методической разработке логопеда по дифференцированному дыханию предполагает последовательное и регулярное проведение занятий, включающих различные виды упражнений. Вот пример такой системы:



Начальный этап: акцент делается на базовых дыхательных упражнениях и артикуляционной гимнастике. Цель — научить ребёнка контролировать вдох и выдох, а также улучшить подвижность органов артикуляции.

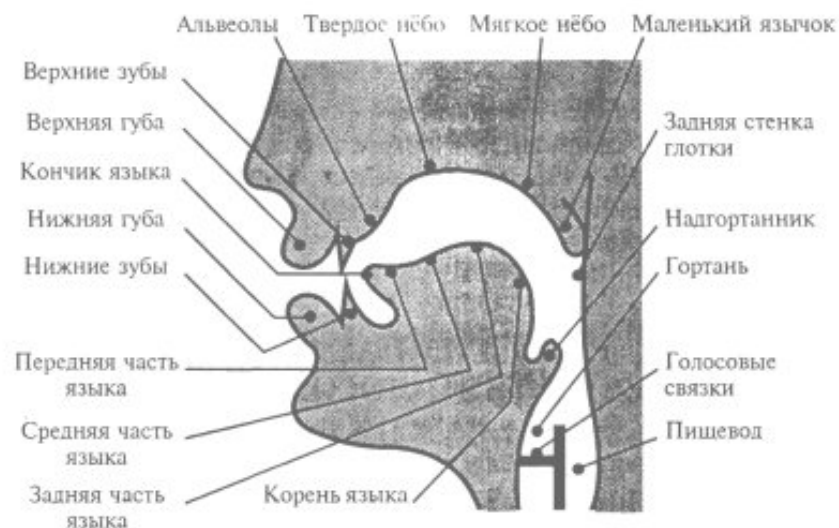
Основной этап: включает более сложные упражнения, направленные на развитие координации дыхания и артикуляции, увеличение продолжительности фонации и улучшение дикции. Используются игровые методы и упражнения с предметами.

Заключительный этап: переход к речевым играм и упражнениям, развивающим выразительность речи, чувство ритма и интонации. Проводятся регулярные проверки прогресса и корректировки плана занятий.



Такая система работы позволяет обеспечить постепенное и целенаправленное развитие дифференцированного дыхания и речевых навыков у детей, делая процесс обучения максимально эффективным и комфортным.

Профиль артикуляционного аппарата



Классификация звуков русского языка по артикуляционным признакам

1. Гласных и согласных



2. Гласных

По участию передней, средней и задней части языка

передний ряд – и э

средний ряд – ы а

задний ряд – у о

По степени подъема одной из частей языка в ротовой полости

верхний подъем – и ы у

средний подъем – э о

нижний подъем – а

По участию в артикуляции губ

нелабиализованные:

положение губ в улыбке – э и

нейтральное положение губ – а ы

лабиализованные:

выдвижение губ вперед – о у

РЯД	ПЕРЕДНИЙ	СРЕДНИЙ	ЗАДНИЙ
ПОДЪЕМ			
ВЕРХНИЙ	и	ы	у
СРЕДНИЙ	э		о
НИЖНИЙ		а	

3. Согласных

По способу образования

щелевые
фф' вв' сс' зз' ш ж щ хх' ј

смычно-взрывные
пп' бб' тт' дд' кк' гг'

смычно-щелевые
ц ч

смычно-проходные
мм' нн' лл'

дрожащие
рр'

По месту образования

губно-губные
пп' бб' мм'

губно-зубные
фф' вв'

переднеязычные
т д н лл' рр' ш ж щ ч

среднеязычные
ј

заднеязычные
кк' гг' хх'

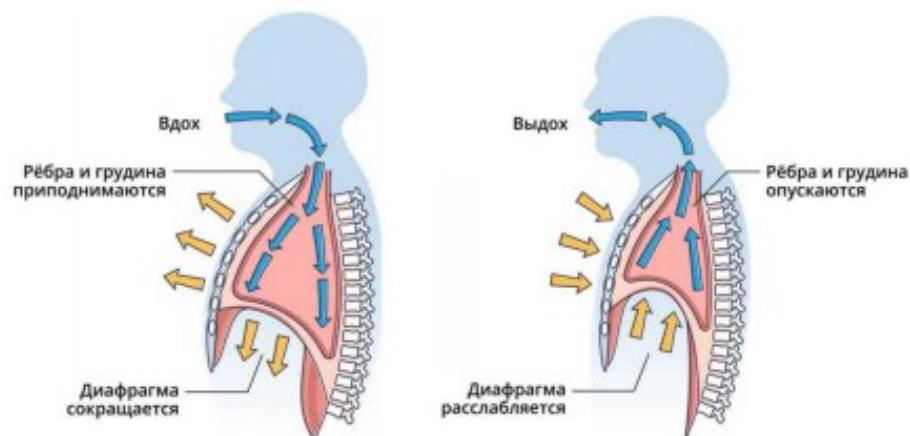
По степени напряжения средней части языка

мягкие
ј ч ш; т' д' н'; г' з' к' л' р' с' и др.

твердые
ц ш ж; т д н; г з к л р с и др.

Необходимо объяснить ребенку (родителю), что существуют различные виды вдоха и выдоха через нос, при открытом рте возможны разные сочетания вдоха и выдоха. Ребенку предлагают проделать конкретные дыхательные упражнения.

Дыхательные движения	
Импульсы из дыхательного центра ↓	Импульсы из дыхательного центра ↓
Сокращение межреберных мышц ↓	Расслабление межреберных мышц ↓
Диафрагма опускается ↓	Диафрагма поднимается ↓
Рёбра поднимаются ↓	Рёбра опускаются ↓
Объем грудной клетки увеличивается ↓	Объем грудной клетки уменьшается ↓
Легкие расширяются ↓	Легкие сжимаются ↓
Вдох	Выдох



Методы дыхания носом и ртом



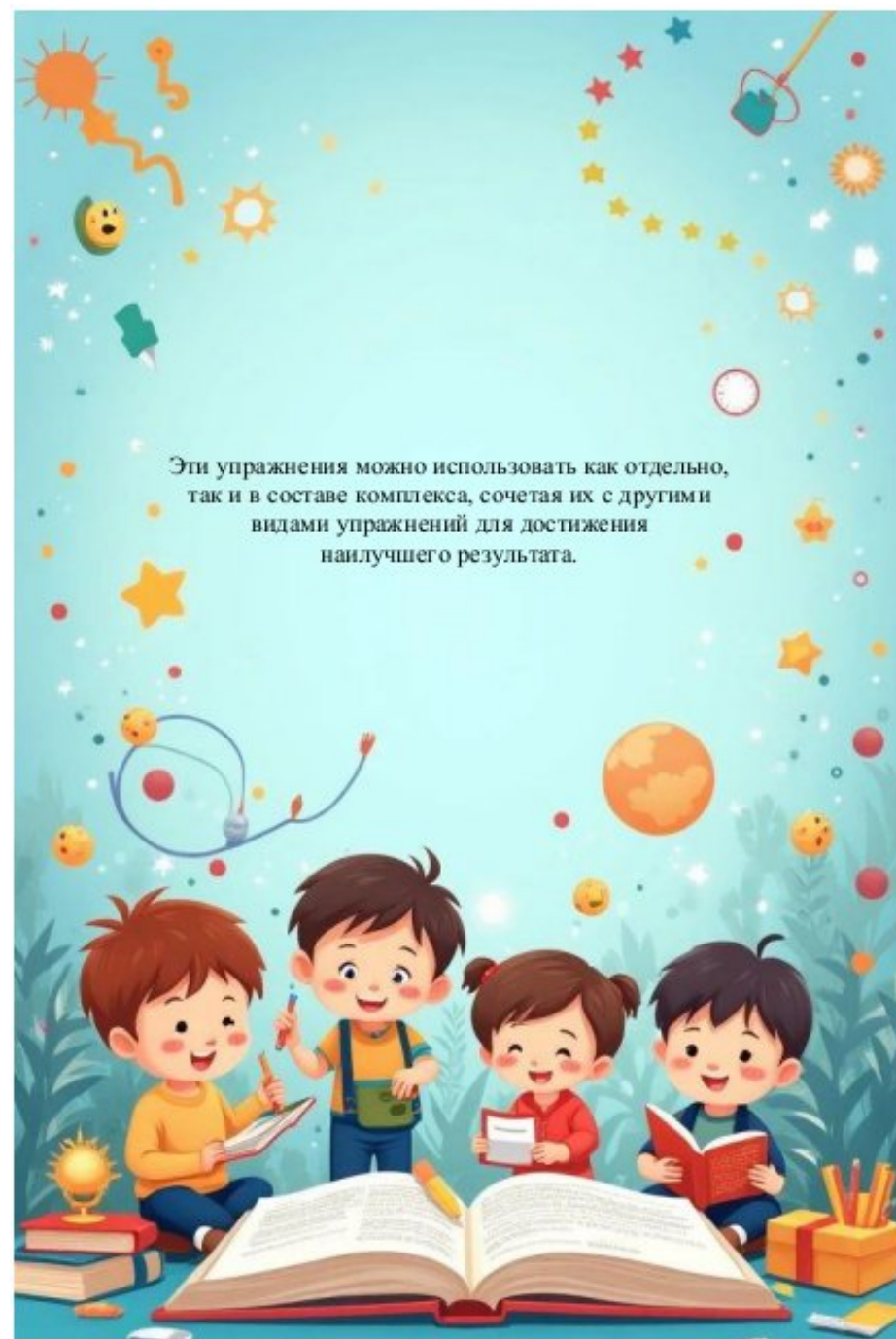
Рекомендации:

Выбор упражнений:
Выберите упражнения, которые соответствуют уровню подготовки ребенка и его физическим возможностям.

Постепенная сложность:
Начните с более простых упражнений и постепенно переходите к более сложным, чтобы поддерживать интерес и мотивацию.

Время и частота:
Выделите время для релаксации после каждой серии упражнений, чтобы дать телу возможность восстановиться.

Обратная связь:
Наблюдайте за реакцией ребенка на упражнения и вносите коррективы в программу занятий в зависимости от его успехов и предпочтений.



Эти упражнения можно использовать как отдельно, так и в составе комплекса, сочетая их с другими видами упражнений для достижения наилучшего результата.

Дыхательные гимнастики
«Воздушный шарик»

Представьте, что вы надуваете большой воздушный шарик. Медленно вдыхайте через нос, заполняя живот воздухом, затем медленно выдыхайте через рот, представляя, как шарик сдувается.

Польза: Укрепляет диафрагму и развивает способность контролировать глубину вдоха и выдоха.



Дыхательные гимнастики
«Цветочный магазин»

Медленный вдох через нос, как будто нюхаете цветок, затем медленный выдох через рот.

Польза: Улучшает восприятие запахов и развивает осознанное управление дыханием через нос.



**Дыхательные гимнастики
«Свеча»**

Задуйте воображаемую свечу, контролируя длину выдоха.

Польза: Развивает контроль над длиной выдоха и помогает регулировать силу воздушной струи.



**Дыхательные гимнастики
«Пароход»**

Сделайте глубокий вдох через нос, затем медленно выдыхайте через рот, произнося звук «ш-ш-ш-ш», как гудящий пароход.

Польза: Помогает развивать силу и контроль над выдохом, а также улучшает координацию дыхания и артикуляции.



**Дыхательные гимнастики
«Ветерок»**

Легкий вдох через нос, затем длительный выдох через рот, словно вы пытаетесь сдуть лёгкий предмет (перышко или бумажный кораблик).

Польза: Учиться контролировать силу и направление выдоха, развивая точность и координацию движений.



**Дыхательные гимнастики
«Паровозик»**

Делаем глубокий вдох через нос и медленно выдыхаем через рот, издавая звук «чу-чу-чу».

Польза: Помогает понять связь между дыханием и звуком, улучшая ритмичность и последовательность дыхания.





**Игровые упражнения
«Футбол»**

Используйте соломинку для коктейлей, чтобы продуть маленький мячик через импровизированные ворота, регулируя силу дыхания.

Польза: Позволяет регулировать силу и скорость выдоха, обучая ребёнка контролировать интенсивность дыхания.



**Игровые упражнения
«Шарик»**

Дети представляют, что они надувают шарик, делая глубокий вдох через нос, а затем медленно выпускают воздух через рот, произнося звук «ш-ш-ш-ш».

Польза: Тренирует контроль над длительным выдохом и улучшает координацию дыхания и артикуляции.



**Игровые упражнения
«Мыльные пузыри»**

Дети дуют через соломинку в воду, чтобы создавать мыльные пузыри.

Задача – продлить выдох, чтобы сделать большие пузыри.

Польза: Совершенствование точности, силы и продолжительности выдоха, что помогает улучшить навыки, необходимые для связной и выразительной речи.



**Игровые упражнения
«Задувай снежинки»**

Представьте, что перед вами лежит снег, и попробуйте сдуть его сильным и длинным выдохом.

Польза: Развивает силу и длительность выдоха, улучшает контроль над дыханием.



**Игровые упражнения
«Летучий змей»**

Пусть дети попробуют запустить игрушечный летучий змей, управляя его полетом силой и направлением выдоха.

Польза: Улучшает контроль над направлением и интенсивностью выдоха, развивает координацию движений..



**Игровые упражнения
«Катаемся на качелях»**

Дети сидят на стульях, пока взрослый раскачивает их вперед-назад, делая длинные выдохи на подъеме и вдохи на спуске.

Польза: Учимся контролировать дыхание в движении, улучшаем координацию и устойчивость дыхания.





Артикуляционные упражнения направлены на развитие подвижности губ, языка и челюстей, что помогает улучшить четкость и правильность произношения звуков.

Эти упражнения помогают укрепить мышцы артикуляционного аппарата, улучшить четкость и точность произношения звуков, а также улучшить координацию дыхания и артикуляции.

Артикуляционные упражнения
«Заборчик»

Ребенок вытягивает губы в улыбку, затем растягивает их в широкую улыбку.

Польза: Укрепляет мышцы губ и улучшает их подвижность.



Артикуляционные упражнения
«Лошадка»

Ребенок имитирует цоканье языком, щелкая языком о небо.

Польза: Развивает гибкость языка и улучшает координацию движений.



**Артикуляционные упражнения
«Шепоток»**

Ребенок произносит звук «ш-ш-ш-ш» тихо и долго, контролируя силу выдоха.

Польза: Тренирует контроль над силой выдоха и улучшает дикцию.



**Артикуляционные упражнения
«Качели»**

Ребенок открывает и закрывает рот, как будто на качелях, удерживая нижнюю челюсть неподвижной.

Польза: Развивает подвижность нижней челюсти и укрепляет мышцы лица.



Артикуляционные упражнения

«Трубочка»

Ребенок вытягивает губы в трубочку, затем пытается сказать звук «у-у-у-у».



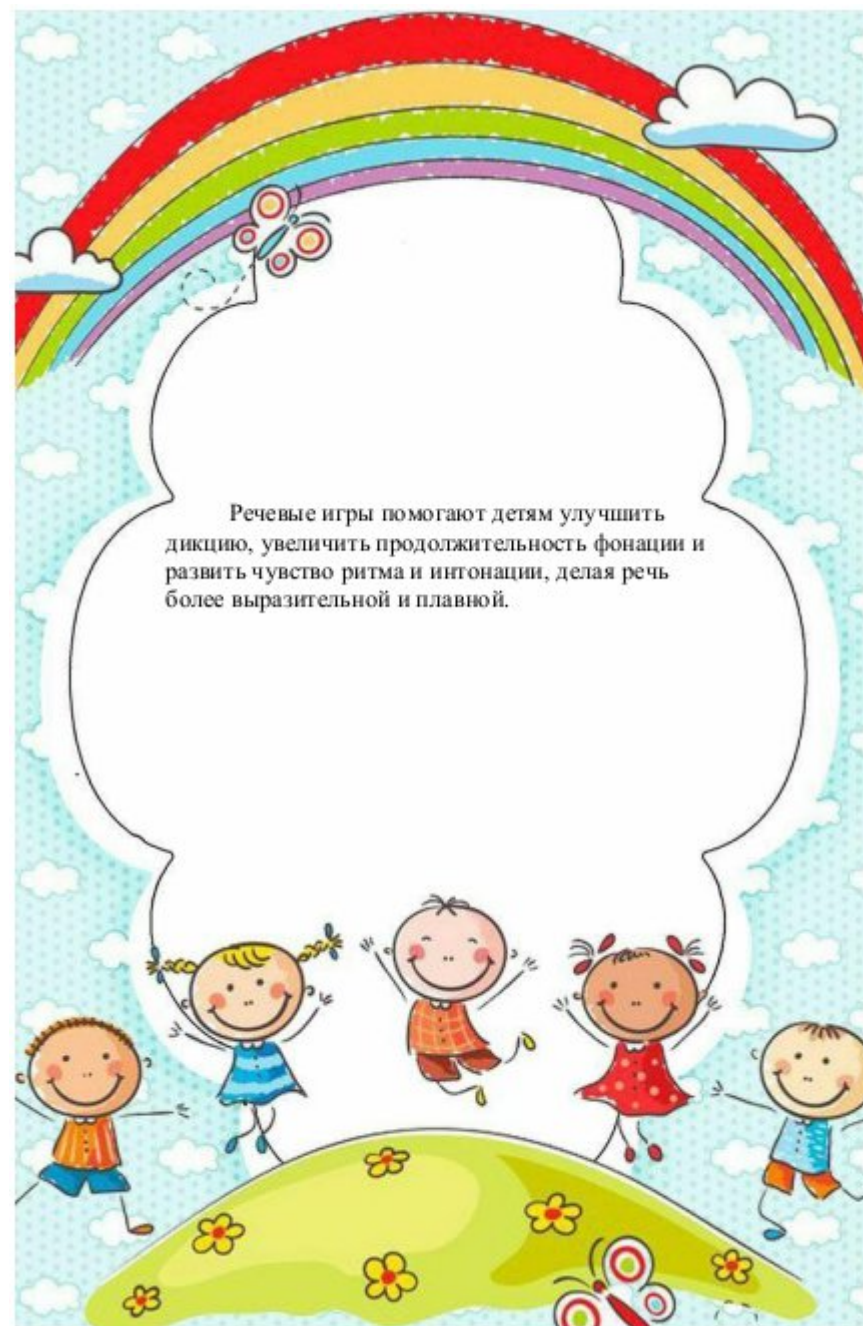
Артикуляционные упражнения

«Язычок»

Ребенок касается кончиком языка верхних зубов, затем нижних зубов, делая круговые движения языком.

Польза: Развивает гибкость языка и улучшает его подвижность.





Речевые игры

«Эхо»

Логопед говорит короткую фразу, а ребенок повторяет её, стараясь максимально точно воспроизвести её.

Польза: Улучшает слуховую память и способность точно воспроизводить услышанное.



Речевые игры

«Жужжание»

Ребенок жужжит, как пчела, контролируя силу и продолжительность выдоха.

Польза: Улучшение контроля над дыханием и выработка правильной интонации.



**Речевые игры
«Песенки»**

Ребенок поёт короткие песни, контролируя ритм и мелодичность.

Польза: Развитие музыкального слуха и улучшение выразительности речи.



**Речевые игры
«Ветер»**

Ребенок рассказывает историю, делая паузы для вдоха, контролируя длительность выдоха.

Польза: Улучшение ритмичности и плавности речи, развитие навыка контроля над дыханием.



**Речевые игры
«Звукоподражание»**

Ребенок подражает звукам животных, машин или природных явлений, контролируя продолжительность и силу выдоха.

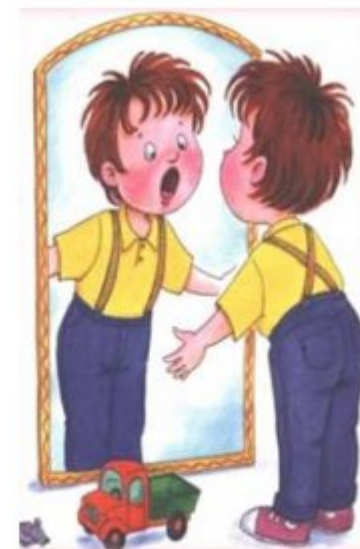
Польза: Развитие способности к контролю над дыханием и улучшение дикции.



**Речевые игры
«Гимнастика для голоса»**

Ребенок выполняет упражнения для укрепления голосовых связок, контролируя силу и длительность выдоха.

Польза: Укрепление голосовых связок и профилактика усталости голоса.





Релаксационные упражнения служат важной частью работы по развитию дифференцированного дыхания, так как они помогают ребенку научиться расслабляться после напряженных физических и речевых нагрузок. Эти упражнения способствуют восстановлению сил и нормализации дыхания, что способствует улучшению общего физического и эмоционального состояния ребенка.

Релаксационные упражнения
«Медвежий сон»

Ребенок ложится на спину, закрывает глаза и слушает тихую музыку или звуки природы. Он должен представить, что он находится в берлоге, где спокойно спит медведь.

Польза: Расслабляет нервную систему и помогает снять напряжение, накопившееся во время занятий.



Релаксационные упражнения
«Волшебный ветер»

Ребенок представляет, что мягкий ветер обдувает его тело, поднимая и опуская его вместе с дыханием. Он медленно и глубоко дышит, чувствуя, как ветер обдувает его.

Польза: Успокаивает нервную систему и восстанавливает нормальную ритмичность дыхания.



Релаксационные упражнения

«Пауза для отдыха»

После завершения основного блока упражнений ребенок отдыхает, лежа на спине или сидя в удобной позе, слушая спокойную музыку или наблюдая за окружающим миром.

Польза: Дает возможность организму восстановиться и подготовиться к следующему этапу занятий.



Релаксационные упражнения

«Растяжка»

Ребенок тянет руки и ноги, делая медленные и мягкие движения, как бы растягиваясь. Затем он делает глубокий вдох и медленный выдох, расслабляясь после каждого цикла.

Польза: Способствует расслаблению мышц и улучшению общего самочувствия, помогает восстановить нормальное дыхание.



Релаксационные упражнения

«Флотилия»

Ребенок представляет, что он управляет флотилией кораблей, делая глубокий вдох через нос и медленный выдох через рот. Он контролирует направление и силу ветра, заставляя корабли двигаться в нужном направлении.

Польза: Улучшает контроль над дыханием и развивает навыки координации дыхания и движений.



Релаксационные упражнения

«Кобра»

Ребенок изображает змею, ползущую по земле, медленно и плавно дыша через нос и рот. Он сосредотачивается на каждом этапе движения, контролируя ритм и глубину дыхания.

Польза: Поможет успокоить нервную систему и нормализовать дыхание после интенсивных упражнений.





Релаксационные упражнения с предметами
«Кораблик»

Понадобятся бумажный кораблик и таз с водой. Нужно пустить в таз с водой лёгкий бумажный кораблик, подуть плавно и длительно, чтобы кораблик поплыл..



Релаксационные упражнения с предметами
«Снежинки»

Выполняется стоя. Держа в руках кусочки ваты, нужно произвести вдох и подуть на них.



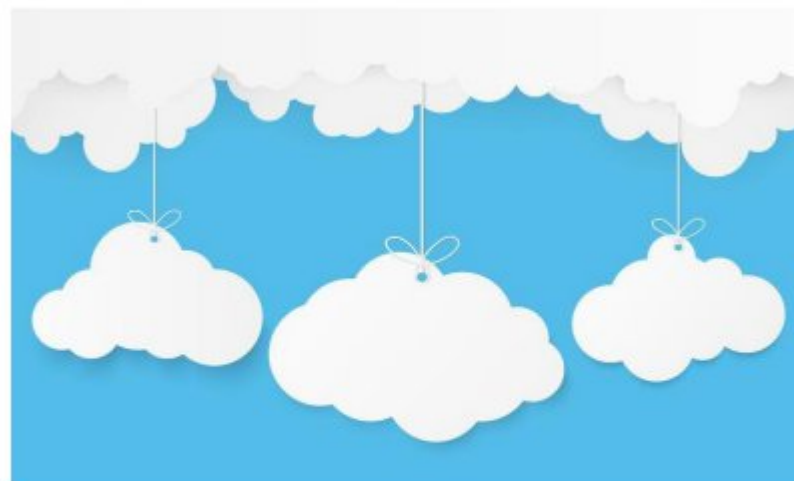
Релаксационные упражнения с предметами
«Ветер по морю гуляет и скорлупку подгоняет»

Понадобятся ёмкость с водой и скорлупа яйца. Ёмкость до половины наполняют водой, на воду кладут скорлупу яйца. Дети по очереди садятся перед ёмкостью и медленно дуют на скорлупу так, чтобы она доплыла до другого «берега» и не утонула.



Релаксационные упражнения с предметами
«Тучка»

На каждого ребёнка по тучке, вырезанной из бумаги и закреплённой на нитке длиной в 10 см. Дети берут тучку за нитку, подносят её ко рту и дуют. Повторить 4–5 раз с перерывом.





Релаксационные упражнения для дифференциации носового и ротового дыхания

«Пузырики»

Надуваем пузыри,
По ветру летят они,
Ты гони их, ветерок,
Через Запад на Восток

Мой пузырёк красивый,
Очень круглый, яркий,
Пусть летит повыше,
Будто бы жар-птица!

Как выполнять: Пусть ребенок представит, что он надувает мыльные пузыри. Сначала нужно сделать глубокий вдох через нос, а потом медленно выдувать воздух через рот, сложив губы трубочкой, как будто пытается надуть большой пузырь.

Количество повторений: 5–7 раз.



Релаксационные упражнения для дифференциации носового и ротового дыхания

«Цветочки»

«Носом я вдыхаю аромат цветка,
И ротиком тихонько выдыхаю ветерок.
Цветочек мой дышит, а я улыбаюсь,
Так мы вместе играем, и здоровье укрепляем!»

Как выполнять: Ребенок делает глубокий вдох через нос, представляя, что нюхает цветок, а затем медленно выдыхает через рот, изображая легкий ветерок.

Количество повторений: 6–8 раз.



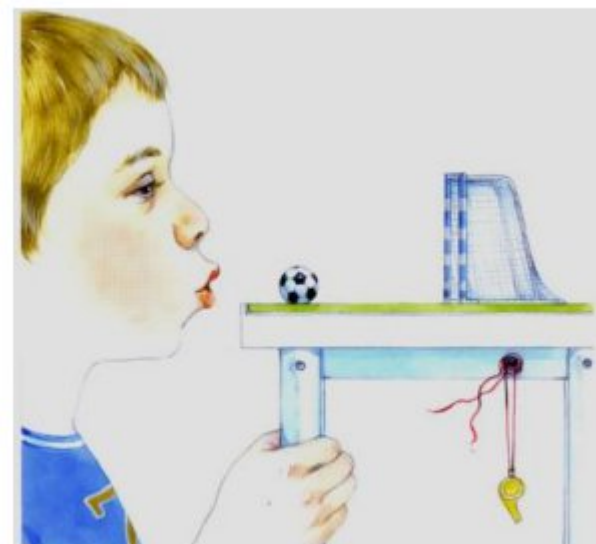
Релаксационные упражнения для дифференциации носового и ротового дыхания

«Футбол»

«Я футбольный мяч гоняю,
Воздух сильно выдуваю,
Чтобы мяч летел вперёд,
Нужно сильно подуть!»

Как выполнять: Представьте, что у ребенка есть маленький мячик (можно использовать настоящий), который он хочет «погнать» своим дыханием. Он делает глубокий вдох через нос, а затем резко выдыхает через рот, стараясь сдвинуть мячик с места.

Количество повторений: 8–10 раз.



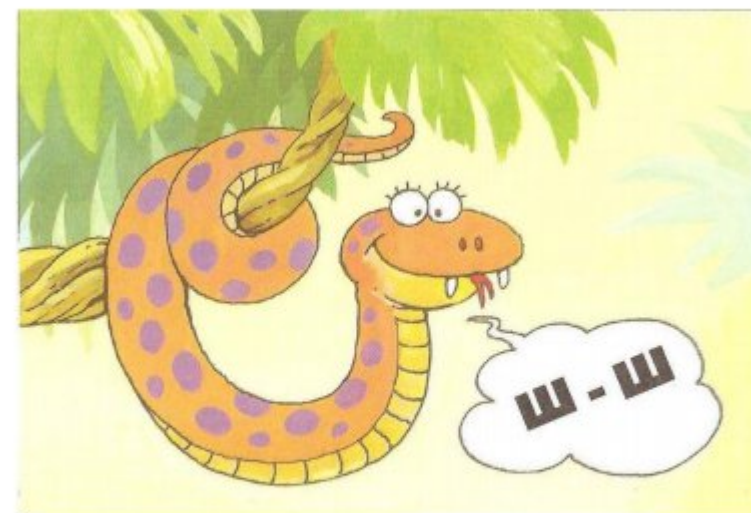
Релаксационные упражнения для дифференциации носового и ротового дыхания

«Змейка»

«Ш-ш-ш... Я змейкой стану,
Шипеть я буду, как она,
Вдохну поглубже,
Выдохну тише...»

Как выполнять: Попросите ребенка представить себя змеей. Он делает глубокий вдох через нос, а затем медленно выдыхает через рот, издавая шипящий звук «ш-ш-ш».

Количество повторений: 4–6 раз.



Релаксационные упражнения для дифференциации носового и ротового дыхания

«Ветер в листьях»

Как выполнять: Ребёнок делает глубокий вдох через нос, представляя, что слушает шёпот ветра в листьях. Затем медленно выдыхает через рот, как будто становится этим ветром и заставляет листья качаться.

Количество повторений: 5–7 раз.



Релаксационные упражнения для дифференциации носового и ротового дыхания

«Волшебный фонарик»

Как выполнять: Ребёнок делает глубокий вдох через нос, представляя, что зажигает волшебный фонарик. Затем медленно выдыхает через рот, как будто тушит этот фонарик.

Количество повторений: 4–6 раз.



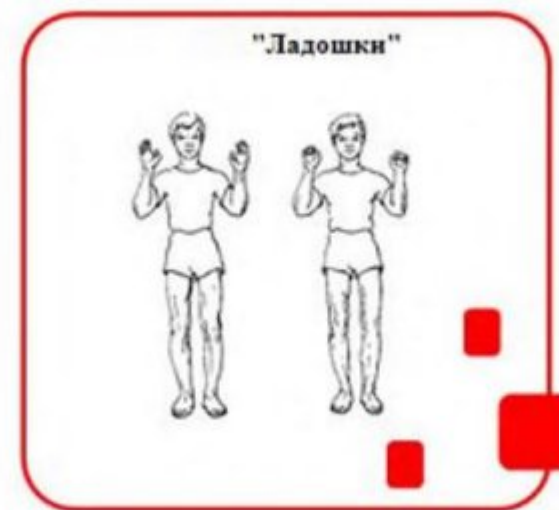


Методика дыхательной гимнастики А.Н. Стрельниковой
«Ладони»

Это одно из базовых упражнений метода Стрельниковой. Оно направлено на тренировку активного носового дыхания.

Как выполнять: Встаньте прямо, согните руки в локтях так, чтобы ладони были обращены к лицу. Быстро и энергично делайте вдохи через нос, одновременно сжимая ладони в кулаки. Каждый вдох должен сопровождаться движением рук, как будто вы что-то хватаете. Выдох происходит пассивно через нос или рот.

Количество повторений: 8 серий по 8 вдохов-движений.

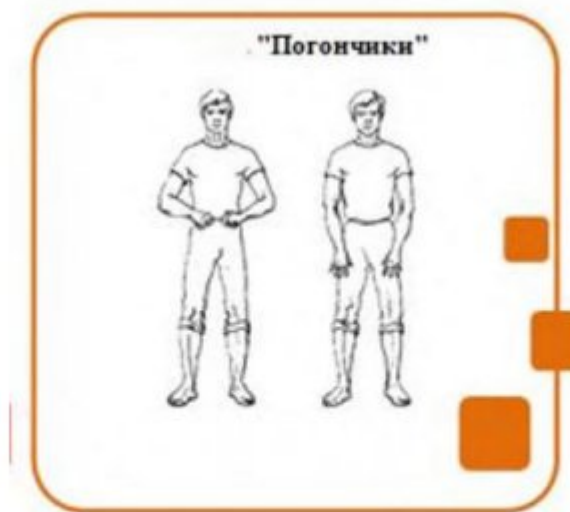


Методика дыхательной гимнастики А.Н. Стрельниковой
«Погончики»

Это упражнение помогает улучшить контроль над ротовым дыханием.

Как выполнять: Встаньте прямо, ноги на ширине плеч. Руки прижмите к поясу, пальцы направлены вниз. Сделайте короткий и активный вдох через нос, одновременно напрягая мышцы пресса и отводя локти назад. Затем сделайте медленный выдох через рот, расслабляясь.

Количество повторений: 8 серий по 8 вдохов-выдохов.



Методика дыхательной гимнастики А.Н. Стрельниковой
«Насос»

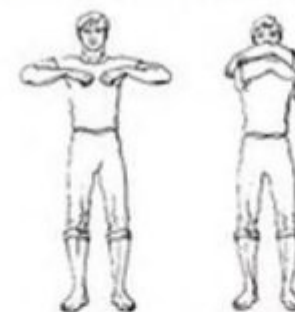
Это упражнение развивает координацию между носовым и ротовым дыханием.

Как выполнять: Встаньте прямо, ноги чуть шире плеч. Наклоняйтесь вперед, как будто пытаетесь что-то поднять с пола, делая короткий и активный вдох через нос. Возвращаясь в исходное положение, медленно выдыхайте через рот.

Количество повторений: 8 серий по 8 наклонов-вдохов-выдохов.



«Обними плечи»
(вдох на сжатии грудной клетки)



Методика дыхательной гимнастики А.Н. Стрельниковой
«Обними плечи»

Это упражнение улучшает контроль над обоими видами дыхания.

Встаньте прямо, поднимите руки на уровне груди и попытайтесь обнять себя за плечи. При этом делайте короткий и активный вдох через нос. Затем вернитесь в исходное положение и медленно выдохните через рот.

Количество повторений: 8 серий по 8 движений.



Упражнения на дифференциацию носового и ротового дыхания, развитие силы диафрагмального выдоха.

В данном комплексе используется сочетание дыхательных и физических упражнений, при выполнении которых возрастают объем и глубина дыхания, сила и выносливость дыхательных мышц, координируются и ритмизируются общие и дыхательные движения, и в целом улучшается функциональная деятельность всех органов и систем организма.

Упражнения на дифференциацию носового и ротового дыхания, развитие силы диафрагмального выдоха

Упражнение «Вдох – выдох»

Выполняется стоя. Произвести короткий, спокойный вдох через нос, задержать на 2-3 секунды воздух в лёгких, затем произвести протяжный плавный выдох через рот. Таким же образом выполняется ряд следующих упражнений: вдох

через нос – выдох через нос,
вдох через рот – выдох через нос,
вдох через рот – выдох через рот.

Носом вдох, а выдох ртом (*соответствующие движения*):

Дышим глубже, а потом
Шаг на месте не спеша.
Как? Покажем малышам.

Упражнения на дифференциацию носового и ротового дыхания, развитие силы диафрагмального выдоха

Упражнение «Ветер дует»

Стоя, спокойно вдохнуть через нос и также спокойно выдохнуть через рот.

Я подую высоко (*руки поднять вверх, встать на носки, подуть*),
Я подую низко (*руки перед собой, присесть и подуть*),
Я подую далеко (*руки перед собой, наклон вперёд, подуть*),
Я подую близко (*руки положить на грудь и подуть на них*).

ВДОХ

ВЫДОХ



**Упражнения на дифференциацию носового и ротового дыхания, развитие
силы диафрагмального выдоха**
Упражнение «Дерево качается»

Стоя, наклонять туловище и двигать руками под чтение текста.

Ветер дует нам в лицо *(дуть, махи руками в лицо, сильная струя)* –
Закачалось деревцо *(наклоны туловища вправо, влево).*

Ветер тише, тише, тише *(дуть, махи руками в лицо, слабая воздушная струя)* –
Деревцо всё выше, выше *(потянуться, руки вверх).*



**Упражнения на дифференциацию носового и ротового дыхания, развитие
силы диафрагмального выдоха**
Упражнение «Осенние листики»

Выполнять стоя. В руках листочки, сделанные из бумаги.

Мы листики осенние *(руки вверх, покачивающие движения влево – вправо)*
На веточках сидели.

Дунул ветерок *(подуть на листочки),*
И мы полетели *(лёгкие взмахи руками),*
Мы летели, мы летели *(медленно приседать)*
И на землю сели *(присесть).*



**Упражнения на дифференциацию носового и ротового дыхания, развитие
силы диафрагмального выдоха**

Упражнение «Одуванчик»

Выполняется сидя на корточках, раскрытые ладони рук на уровне рта.
Спокойно вдохнуть и выдохнуть через рот на воображаемую головку
одуванчика на ладонях.

Я шарик пушистый,
Белею в поле чистом,
А дунул ветерок –
Остался стебелёк.



**Упражнения на дифференциацию носового и ротового дыхания, развитие
силы диафрагмального выдоха**

Упражнение «Пила»

Выполняется стоя. Имитировать пилку бревна, руки на себя – вдох, руки от
себя с замедлением движения – выдох.

Пила, пила,
Пили живей,
Мы домик строим
Для зверей.





Дыхательные упражнения
Выработка дифференцированного дыхания
УЧИТЕЛЬ-ЛОГОПЕД КОЗАРЬ Е.В.
Упражнение «Нырлястики»

Цель. Учить детей делать вдох ртом, а выдох носом. Выработка дифференцированного дыхания.

Дети, разводя руки в стороны, делают вдох ртом. Обхватывая себя руками и приседая («опускаясь под воду»), делают выдох носом.

Методические указания. Каждый ребенок повторяет упражнения не больше двух-трех раз.



Дыхательные упражнения
Выработка дифференцированного дыхания
УЧИТЕЛЬ-ЛОГОПЕД КОЗАРЬ Е.В.
Игра «Кто лучше надувает игрушку?»

Цель. Учить детей делать вдох носом, а выдох ртом. Выработка дифференцированного дыхания.

Краткое описание

Логопед показывает детям, как надо надуть игрушку: набирает воздух через нос и медленно выдыхает его через рот в отверстие игрушки. Тот, кто правильно выполнит задание, может поиграть с надувной игрушкой.

Методические указания. Игру лучше проводить с подгруппами детей из пяти-шести человек.





**дыхательные
упражнения
формирование
длительного и
плавного
речевого
выдоха**

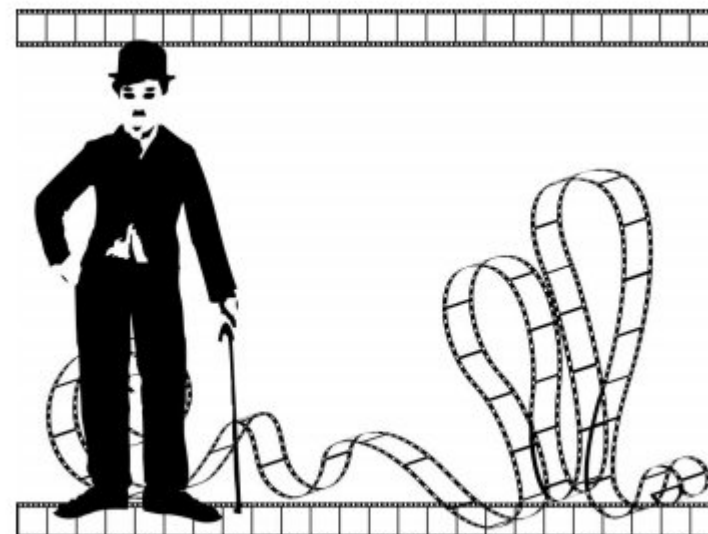


Формирование длительного и плавного речевого выдоха — это процесс, направленный на выработку умения рационально расходовать воздух в процессе протяжного произнесения звуков, слогов, слов и фраз. Цель — научить контролировать время выдоха, расходовать воздух экономно, а также направлять воздушную струю в нужном направлении

Дыхательные упражнения
Формирование длительного и плавного речевого выдоха

“Немое кино”.

Цель. Формирование длительного и плавного речевого выдоха
Логопед показывает беззвучную артикуляцию гласного звука (сочетаний двух-трех гласных звуков). Ребенку предлагается озвучить немую артикуляцию, произнести звук на длительном выдохе.



Дыхательные упражнения
Формирование длительного и плавного речевого выдоха

“Топор”.

Цель. Формирование длительного и плавного речевого выдоха
Ребенку предлагается 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.



Дыхательные упражнения
Формирование длительного и плавного речевого выдоха

“Зоопарк”.

Цель. Формирование длительного и плавного речевого выдоха

Каждый ребенок исполняет роль какого-либо животного. Логопед совершает экскурсию по зоопарку, называет животное, ребенок в ответ делает соответствующее звукоподражание на длительном выдохе. Выдох контролируется ладонью.



Дыхательные упражнения
Формирование длительного и плавного речевого выдоха

“Ворона”.

Цель. Формирование длительного и плавного речевого выдоха

Ребенку предлагается быстро поднять руки через стороны вверх — сделать вдох, медленно опустить руки — длительный выдох с произнесением звукоподражания “кар”.





Дыхательные упражнения
Формирование направленной воздушной струи.

“Толстяк”

Цель: Формирование направленной воздушной струи.
(картинка-образ — мальчик с надутыми щеками). Надуть щеки и удерживать воздух в течение 15 секунд.



Дыхательные упражнения
Формирование направленной воздушной струи.

“Худенький”

Цель: Формирование направленной воздушной струи.
(картинка-образ — худенький мальчик с впалыми щеками). Рот приоткрыть, губы сомкнуть, втягивать щеки внутрь.



Дыхательные упражнения
Формирование направленной воздушной струи.

“Снежок”

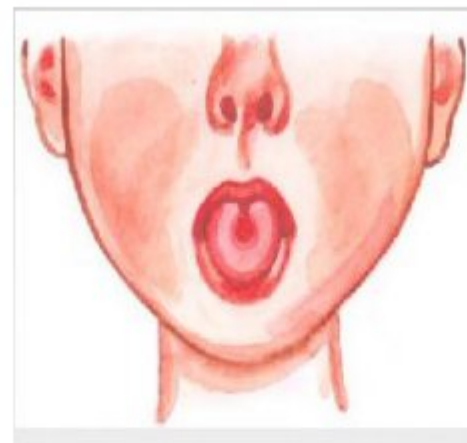
Цель: Формирование направленной воздушной струи.
(картинка-образ — падающие снежинки). Губы сблизить и слегка выдвинуть вперед трубочкой, выдувать воздух, стараясь направить его на бумажную (ватную) снежинку так, чтобы она слетела с ладони. Щеки при этом не надувать.

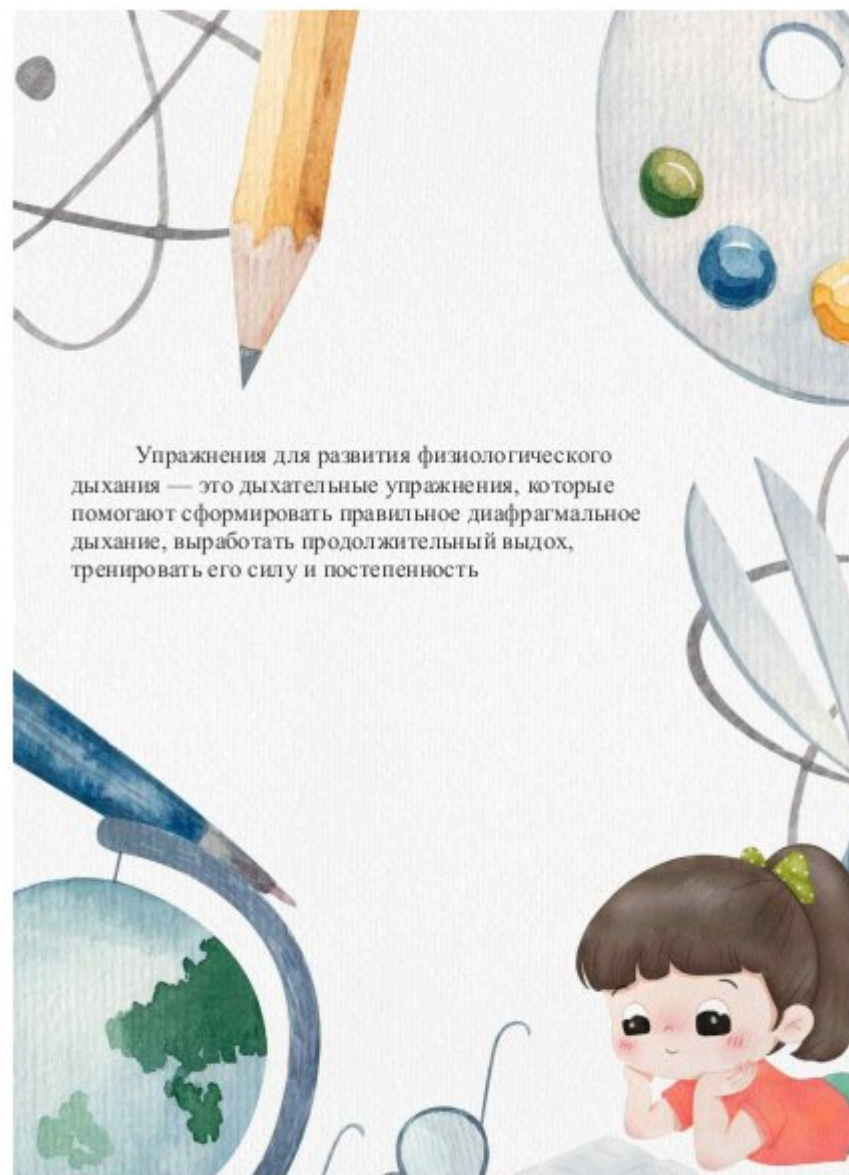


Дыхательные упражнения
Формирование направленной воздушной струи.

“Дудочка”

Цель: Формирование направленной воздушной струи.
(картинка-образ — дудочка). Высунуть узкий язык вперед, слегка касаясь кончиком языка стеклянного пузырька. Выдувать воздух на кончик языка так, чтобы пузырек засвистел, как дудочка.





Упражнения для развития физиологического дыхания — это дыхательные упражнения, которые помогают сформировать правильное диафрагмальное дыхание, выработать продолжительный выдох, тренировать его силу и постепенность

Дыхательные упражнения
Упражнения для развития физиологического дыхания

«Цветочный магазин»

Цель: развитие физиологического дыхания

(Мы в цветочном магазине. Воздух напоен разными ароматами. Запах какого-то цветка преобладает. Ищите запах, назовите этот цветок!) Медленно, спокойно глубоко вдохнули. Как бесшумно через расширенные ноздри вливается воздух!

Грудная клетка- расширена (не поднята!) Плечи-«висят». Вдох. Задержка (ищем, нашли запах). Выдох.



Дыхательные упражнения
Упражнения для развития физиологического дыхания

«Соревнование лыжников»

Цель: развитие физиологического дыхания

Фигурки лыжников (вырезанные из тонкого картона) стоят на крае стола. Вызываются попарно дети. Каждый ребенок садится напротив лыжника.

Педагог предупреждает, что продвигать лыжника можно лишь на одном выдохе, дуть несколько раз подряд нельзя. По сигналу «Поехали» дети дуют на фигурки. Остальные дети следят, чей лыжник дальше уедет (проскользит по столу)



Дыхательные упражнения
Упражнения для развития физиологического дыхания

«Чей пароход лучше гудит?»

Цель: развитие физиологического дыхания

Каждому ребенку дают чистый пузырек. Педагог говорит: «Дети, посмотрите, как гудит мой пузырек, если я в него подую (пиит). Загудел, как пароход. А как у Миши загудит пароход?» Педагог по очереди вызывает всех детей, а затем предлагает погудеть всем вместе. Следует помнить: чтобы пузырек загудел, нижняя губа должна слегка касаться края его горлышка. Струя воздуха должна быть сильной. Каждый ребенок может дуть лишь несколько секунд, чтобы не закружилась голова.



Дыхательные упражнения
Упражнения для развития физиологического дыхания

«Кто дольше сможет подуть на листики?»

Цель: развитие физиологического дыхания

У педагога на нитках листья разных деревьев. «Посмотрите, дети. К нам вместе с ветерком прилетели эти листики. Они такие красивые, легкие. Давайте, как ветерок, подуем на эти листики, вот так. (Показать как нужно дуть). Интересно, чей листик дольше других сможет покружиться на ветру. Педагог смотрит, чтобы дети не надували щеки, не напрягались, дули на листики легко и спокойно.





Дыхательные упражнения
Упражнения для развития речевого дыхания

«Пузырь»

Цель: развитие речевого дыхания

Несколько детей стоят наклонив головы вниз, взявшись за руки. Затем, медленно поднимая головы и руки, приговаривают: «Раздувайся, пузырь, раздувайся большой, оставайся такой, да не лопайся.» По сигналу педагога: «Пузырь лопнул!» Дети медленно опускают головы и руки, длительно произнося с-с-с... или ш-ш-ш..., подражая выходящему воздуху. Следить, чтобы при произнесении звука дети не надували щеки (пузырь выпускает воздух, а не надувается.)



Дыхательные упражнения
Упражнения для развития речевого дыхания

«Вьюга»

Цель: развитие речевого дыхания

Наступила весна. Но зима уходить не хочет. Она злится, посылает вьюги и метели. Воеет вьюга: у-у-у... Свистит ветер: с-с-с-с... Ветер гнет деревья: ш-ш-ш-ш... Но вот вьюга стала затихать. (Повторить тоже, только тише). И затихла.



Дыхательные упражнения
Упражнения для развития речевого дыхания

«На берегу моря»

Цель: развитие речевого дыхания

Представить себя на берегу моря... Закрыть глаза... Слышите как бежит волна:
с-с-с... Сыплется песок: с-с-с-с... Ветер песню напевает: с-с-с-с... И песочек
рассыпает: с-с-с-с...



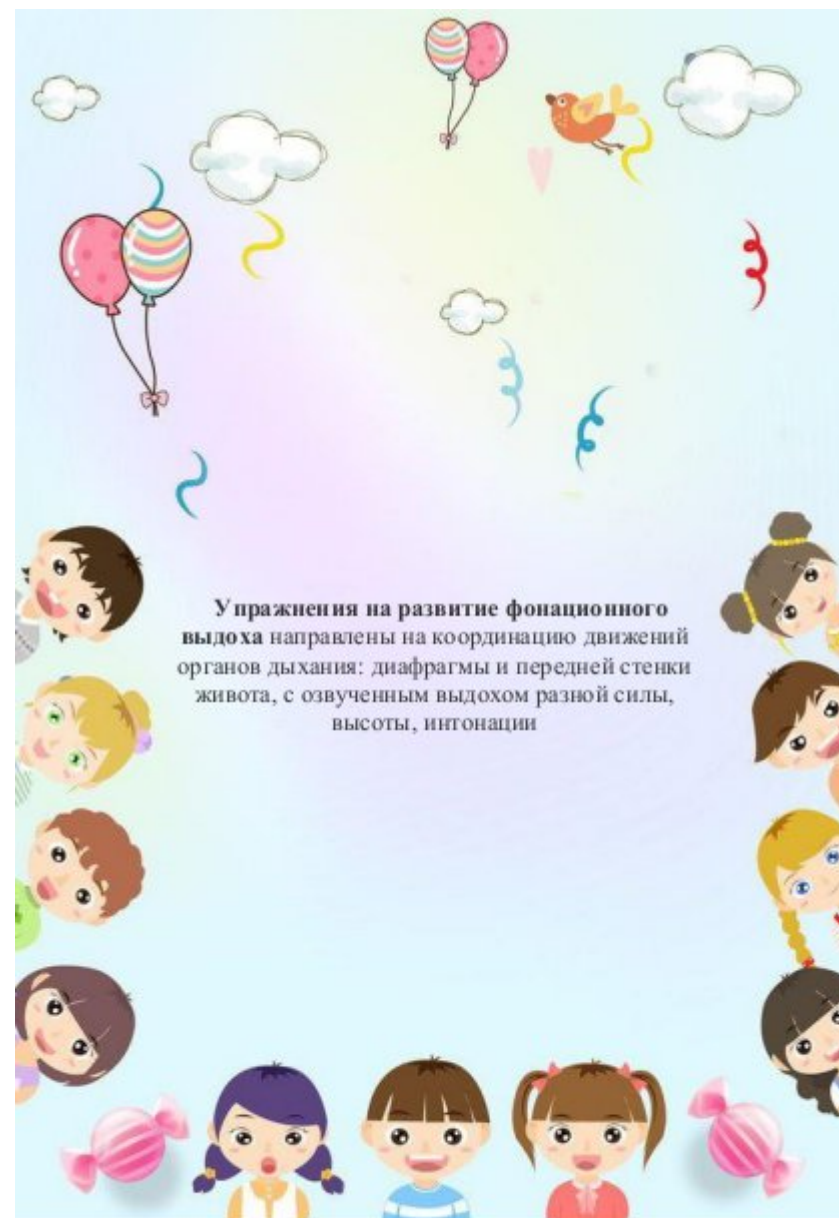
Дыхательные упражнения
Упражнения для развития речевого дыхания

«Эхо»

Цель: развитие речевого дыхания

Педагог громко произносит на выдохе звук: а-а-а-а... А ребенок тихо
отзывается : а-а-а-а... Можно играть употребляя гласные звуки, а также
сочетания: ау, уа, но...и т.д. и отдельные слова: «Ау, Оля! Ау Петя!».





Дыхательные упражнения
Упражнения на развитие фонационного выдоха

«Жуки»

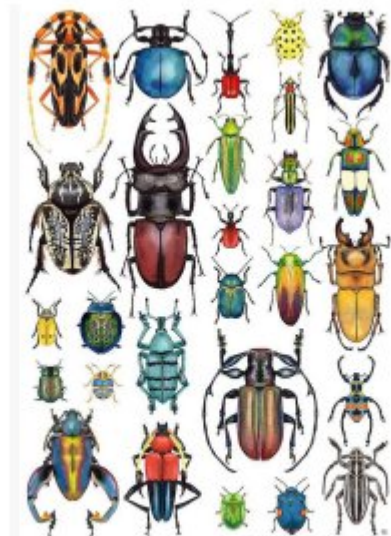
Цель: развивать фонационный (озвученный) выдох.

Оборудование: предметная картинка "жук".

(Проводится, если ребенок правильно произносит звук "ж").

Ребенок стоит, руки на поясе, корпус поворачивает вправо-влево, произнося звук "ж". Взрослый произносит рифмовку:

Мы жуки, мы жуки, мы живем у реки,
Мы летаем и жуужим, соблюдаем свой режим.



Дыхательные упражнения
Упражнения на развитие фонационного выдоха

«Рычалка»

Цель: развивать фонационный (озвученный) выдох.

(Проводится, если ребенок правильно произносит звук "р").

Дети соревнуются, кто дольше прорычит на одном выдохе.



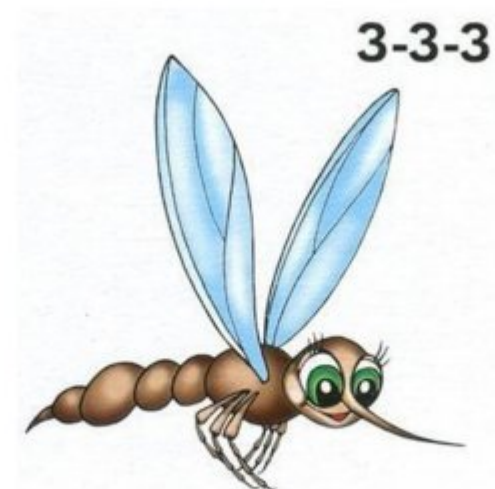
Дыхательные упражнения
Упражнения на развитие фонационного выдоха

"Комар"

Цель: развивать фонационный (озвученный) выдох.

Оборудование: предметная картинка "комар".

(Проводится, если ребенок правильно произносит звук "з"). Ребенок стоит, кисти к плечам, легко покачивается на месте, произнося звук "з". Взрослый произносит рифмовку: 3-з-з - комар летит, 3-з-з - комар звенит.



Дыхательные упражнения
Упражнения на развитие фонационного выдоха

"Мычалка".

Цель: развивать фонационный (озвученный) выдох.

Дети соревнуются, кто дольше "промычит" на одном выдохе. Делаются два спокойных вдоха и два спокойных выдоха, а после третьего глубокого вдоха, медленно выдыхая носом, произносить звук "М-М-М".



Дыхательные упражнения

Упражнения на развитие фонационного выдоха, умение действовать в коллективе

"Варим кашу".

Цель: развивать фонационный (озвученный) выдох, умение действовать в коллективе.

Оборудование: детские стулья, поставленные в виде круга. На слова:

Раз, два, три,

Горшочек, вари!

("Продукты" поочередно входят в круг - "горшочек"). Каша варится.

(Дети, выпячивая живот и набирая воздуха в грудь делают вдох, опуская грудь и втягивая живот - выдох и произносят: "Ш-Ш-Ш").

Огонь прибавляют.

(Дети произносят: "Ш-Ш-Ш" в убыстренном темпе).

Раз, два, три,

Горшочек, не вари!



Дыхательные упражнения

Упражнения на развитие фонационного выдоха, активизировать мышцы губ

"Лесная азбука".

Цель: развивать фонационный (озвученный) выдох, активизировать мышцы губ.

К детям в гости приходит персонаж Лесовик и предлагает "уроки лесной азбуки". Дети повторяют за Лесовиком звуки и действия, "осваивают" лесную азбуку:

"У-У-У" - идет недобрый человек, его надо прогнать (топать ногами).

"А-У-У" - путник заблудился, ему надо показать дорогу (хлопать руками по бедрам, будто сучья трещат).

"Ы-Ы-Ы" - пришло время всем собраться на поляне (хлопать в ладоши).





Упражнения на развитие выработки более глубокого вдоха и более длительного выдоха

"Снегопад".

Цель: выработать более глубокий вдох и более длительный выдох.

Оборудование: "снежки" из ваты.

Сделать из ваты мелкие шарики - "снежинки", положить ребенку на ладонь и предложить "устроить снегопад" - сдувать снежинки с ладони.



Упражнения на развитие выработки более глубокого вдоха и более длительного выдоха

"Кораблик".

Цель: выработать более глубокий вдох и более длительный выдох.

Оборудование: бумажный кораблик, таз с водой.

Пустить в таз с водой легкий бумажный кораблик, подуть плавно и длительно, чтобы кораблик поплыл. Взрослый произносит русскую народную поговорку:

Ветерок, ветерок, натяни парусок!

Кораблик гони до Волги-реки.



Мониторинг и оценка эффективности

Мониторинг и оценка эффективности выполнения дыхательных упражнений важны для того, чтобы отслеживать прогресс и корректировать программу тренировок при необходимости. Вот шаги, которые помогут организовать эффективный мониторинг и оценку:

Шаг 1: Определение целей

Перед началом занятий определите конкретные цели, которых хотите достичь. Например:

- Улучшение глубины дыхания.
- Увеличение продолжительности выдоха.
- Развитие способности контролировать поток воздуха через нос и рот.

Шаг 2: Запись начальных показателей

Запишите начальные показатели, такие как продолжительность вдоха и выдоха, частота дыхания, уровень комфорта при выполнении упражнений и любые другие параметры, которые считаете важными.

Шаг 3: Ежедневный мониторинг

Каждый день записывайте результаты выполнения упражнений. Обратите внимание на следующие аспекты:

- Продолжительность каждого упражнения.
- Частота дыхания до и после выполнения упражнений.
- Уровень усталости или напряжения после выполнения упражнений.
- Любые изменения в самочувствии (например, уменьшение заложенности носа, увеличение энергии).

Шаг 4: Оценка прогресса

Каждую неделю или месяц проводите оценку прогресса. Сравните текущие показатели с начальными данными. Задайте себе вопросы:

- Стал ли ребёнок лучше контролировать своё дыхание?
- Удалось ли увеличить продолжительность выдоха?
- Есть ли заметные улучшения в общем состоянии здоровья (меньше простуд, больше энергии)?

Шаг 5: Корректировка программы

Если прогресс замедляется или отсутствуют ожидаемые результаты, пересмотрите программу упражнений. Возможно, стоит изменить длительность или сложность некоторых упражнений, добавить новые элементы или сменить подход.

Шаг 6: Обратная связь

Регулярно обсуждайте с ребёнком его ощущения и впечатления от выполнения упражнений. Спрашивайте, какие упражнения ему нравятся больше всего, а какие вызывают трудности. Это поможет адаптировать программу под индивидуальные потребности ребёнка.

Шаг 7: Долгосрочный анализ

После нескольких месяцев регулярных занятий проведите долгосрочную оценку. Сравните данные начала программы с текущими показателями. Определите, достигнуты ли поставленные цели, и решите, следует ли продолжать текущую программу или внести изменения.

Пример таблицы для мониторинга:

Дата	Упражнение	Продолжительность (сек.)	Частота дыхания (вдох/выдох/мин ,)	Комментарии
01.09.2023	Альтернативное дыхание	30	16/18	Немного устал
02.09.2023	Носовое дыхание	45	14/17	Чувствую себя бодрее

Такой подход позволит вам следить за динамикой изменений и своевременно вносить необходимые коррективы.

Оценка результатов

Оценка результатов дифференцированного дыхания у детей в детском саду включает анализ способности различать носовое и ротовое дыхание, а также особенностей фонационного дыхания. Цель — выявить, насколько ребёнок умеет рационально расходовать воздух при произнесении звуков, и определить, насколько согласованно дыхание и фонация.

Методика проведения

Обследование дифференцированного дыхания у детей в детском саду может включать несколько этапов:

1. **Определение типа дыхания.** Ребёнок спокойно сидит, лежит или стоит на кушетке, руки логопеда располагаются одна на плечах, другая — на животе. При спокойном дыхании определяется, какая часть туловища приподнимается: если поднимаются плечи — поверхностное ключичное дыхание, если при вдохе приподнимается живот — диафрагмальное, если расширяется грудь — грудной тип дыхания.

Ребёнок находится в состоянии покоя (может сидеть, лежать, стоять). Логопед располагает одну руку на плечи, а другую на живот и определяет, какая часть туловища приподнимается. Если приподнимаются плечи, то это поверхностное ключичное дыхание, если живот — диафрагмальное, при расширении груди — грудной тип дыхания.

2. **Исследование умения дифференцировать носовое и ротовое дыхание.** Используются специальные упражнения, которые помогают оценить способность различать вдох и выдох. Для этого используют специальные упражнения, например «Понюхай цветочек» (вдох и выдох через нос 2–3 раза, не открывая рта), «Погреем руки» (вдох носом, а выдох — ртом 2–3 раза).

Ребёнку дают инструкцию показать, как он умеет дышать: вдыхать и выдыхать. Затем просят вдохнуть носом и выдохнуть носом (2–3 раза), при этом рот закрыт. После этого нужно вдохнуть носом, а выдохнуть ртом (погреть руки) (повторить до трёх раз).

3. **Изучение целенаправленности воздушной струи.** Предлагаются задания, например, задержание в воздухе целлулоидного или пробкового шарика, гашение свечи струёй выдыхаемого воздуха с первой попытки. Для этого используют задания, например, задержание в воздухе целлулоидного или пробкового шарика, гашение свечи струей выдыхаемого воздуха с первой попытки.

4. **Исследование силы воздушной струи.** Для этого используют специальные упражнения, например, игру на губной гармошке, детских дудочках, рожках и других духовых инструментах с отверстием, сдувание со стола круглых предметов (карандаш, ручка) посредством вдоха носом и сильного выдоха.

5. **Исследование особенностей фонационного дыхания.** Включает задания, направленные на оценку способности произносить речевой материал на одном выдохе, без добора воздуха и пауз. Для этого используют задания, которые позволяют оценить способность дошкольников произносить предложенный речевой материал на одном выдохе, без добора воздуха и пауз. В задания входят предложения, увеличивающиеся по количеству слов,

чистоговорки и автоматизированные ряды. Ребёнку предлагают вдохнуть через нос и на выдохе произнести предложение.

Критерии оценки

Результаты обследования дифференцированного дыхания у детей в детском саду оцениваются с использованием балльно - уровневой системы. Некоторые критерии:

- **4 балла** — диафрагмальный тип дыхания, дифференцирует ротовой и носовой вдох и выдох, выдыхаемая воздушная струя сильная и целенаправленная.

- **3 балла** — диафрагмальный тип дыхания, дифференцирует носовой и ротовой вдох и выдох, снижен объём и сила выдоха.

- **2 балла** — диафрагмальный тип дыхания, аритмичность вдоха и выдоха, малый объём и сила выдоха, недостаточная дифференциация ротового и носового вдоха и выдоха.

- **1 балл** — верхнеключичный тип дыхания, аритмичность вдоха и выдоха, малый объём и сила выдоха, не дифференцирует ротовой и носовой вдох и выдох.

- **0 баллов** — задание не выполняет.

Для изучения речевого дыхания используют также методику, разработанную А. И. Максаковым. Она позволяет определить тип физиологического дыхания, умение дифференцировать ротовое и носовое дыхание, целенаправленность и силу воздушной струи, длительность внеречевого выдоха и другие характеристики.

Методика включает диагностику и упражнения, направленные на развитие правильного речевого дыхания у детей дошкольного возраста. Автор предложил задания, которые помогают выявить характеристики речевого дыхания: длительность и силу выдоха, умение рационально расходовать воздух при произнесении гласных звуков, количество слов (слов) на одном выдохе.

Методика Максакова направлена на:

- **Выявление особенностей речевого дыхания у детей с нарушениями речи, например, заиканием, дизартрией.**

- **Определение типа физиологического дыхания и умения дифференцировать ротовое и носовое дыхание.**

- **Исследование целенаправленности и силы воздушной струи.**

Диагностика

Методика Максакова включает несколько заданий:

1. **Выявление длительности и силы внеречевого выдоха.** Дети должны произнести выдох через рот, время выдоха фиксируют с помощью секундомера.

2. **Выявление продолжительности речевого (фонационного) выдоха** — длительности произнесения гласных звуков на одном выдохе. Дети должны как можно дольше на одном выдохе произнести звуки «а», «у», «и», наиболее контрастные по артикуляционным и акустическим свойствам.

3. **Определение количества слов (слов) на одном выдохе.** Например, задание на материале стихотворения А. Барто «Наша Таня»

(включает 17 слов или 31 слог). Наблюдают, когда ребёнок добывает воздух, делает вдох в процессе речевого высказывания.

Упражнения

После диагностики Максакова рекомендуется использовать **игры и упражнения** для развития речевого дыхания. Некоторые из них:

- **Длительное протяжное произнесение гласных звуков:** «Кукла Катя хочет спать» (А-а-а), «Дует сильный ветер» (У-у-у).
- **Многочисленное повторение слогов на одном выдохе:** «Дождик капает по крыше» («Па-па-па»), «Зайка прыгает» («Оп-оп-оп»).
- **Произнесение на одном выдохе слов и фраз** с использованием приёма наращивания: «Ветер. Дует ветер. Дует сильный ветер. Дует сильный и холодный ветер».

Важно: продолжительность дыхательных игр и упражнений ограничивается 1–2 минутами, чтобы избежать головокружения. Длительность выдоха должна соответствовать возрасту ребёнка: младшим — до 3 слов на одном выдохе, старшим — 5–6 слов.

Эффективность работы по развитию дифференцированного дыхания можно определить по таким показателям, как интерес детей, их увлечённость при выполнении заданий, доступность для большинства детей.

Регистрация результатов обследования осуществляется по схеме:

Фамилия и имя испытуемого					
Возраст					
Дата исследования					
Диагноз					
Ф.И.О. исследователя					
	0	1	2	3	4
Определение типа дыхания					
Исследование умения дифференцировать носовое и ротовое дыхание					
Изучение целенаправленности воздушной струи					
Исследование силы воздушной струи					
Исследование особенностей фонационного дыхания					
Воспроизведение на одном выдохе предложений с увеличением количества слов					
Воспроизведение на одном выдохе чистоговорки					
Воспроизведение на одном выдохе автоматизированного ряда					
Воспроизведение короткого стихотворения					
Итого					

Заключение _____

Литература

1. Алмазова Е. С. Логопедическая работа по восстановлению голоса у детей.
2. Анищенкова Е. С. "Артикуляционная гимнастика для развития речи дошкольников"
3. Белякова Л.И., Гончарова Н.Н., Шишкова Т.Г. «Методика развития речевого дыхания у дошкольников с нарушениями речи» (М., 2004)
4. Коноваленко В.В., Коноваленко С. В. Хлоп-топ: Нетрадиционные приемы коррекционной логопедической работы с детьми 6-12 лет. — М.: Издательство «ГНОМ и Д», 2003.(Практическая логопедия)
5. Костыгина В. "Бу-Бу-Бу. Артикуляционная гимнастика (2-4 года)" 2007
6. Краузе Е. "Логопедический массаж и артикуляционная гимнастика. Практическое пособие"
7. Микляева Н. В., Полозова О.А., Родинова Ю.Н. Фонетическая и логопедическая ритмика в ДОУ. - М., 2006.
8. Пожиленко Е. А. "Артикуляционная гимнастика: методические рекомендации по развитию моторики, дыхания и голоса у детей..." 2006
9. Учебник «Физиология человека» под ред. В.М. Покровского, Г.Ф. Коротко (М.: Медицина, 2003)
10. Уэст Д. Физиология дыхания. Основа. — М.: Мир, 1988.
11. https://dspace.kpfu.ru/xmlui/bitstream/handle/net/104351/apspp2015_13_2-136.pdf?sequence=1&isAllowed=y
12. <https://nsportal.ru/detskii-sad/korreksionnaya-pedagogika/2018/11/13/innovatsionnyy-proekt-formirovanie-navykov>
13. <https://nsportal.ru/detskiy-sad/razvitiye-rechi/2019/12/17/diagnostika-pervonachalnogo-urovnya-sformirovannosti-zvukovoy>
14. <https://solncesvet.ru/opublikovannyye-materialy/vyrabotka-differencirovannogo-dyhaniya.3201525466/>
- 15.