

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 34 комбинированного вида» г. Владимира

**ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ДЫХАТЕЛЬНОЙ
ГИМНАСТИКИ В РАЗВИТИИ РЕЧЕВОГО
ДЫХАНИЯ**
(КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ)

Учитель-логопед: Е.В. Ловушкина

ПРАВИЛЬНОЕ РЕЧЕВОЕ ДЫХАНИЕ

- ❖ обеспечивает нормальное звукообразование;
- ❖ создает условия для поддержания нормальной громкости речи, четкого соблюдения пауз, сохранения плавности речи и интонационной выразительности;
- ❖ предохраняет голосовой аппарат от переутомления;
- ❖ способствует сохранению плавности речи, правильному соблюдению пауз



РЕЧЕВОЕ ДЫХАНИЕ –

это способность человека в процессе высказывания своевременно производить короткий, достаточно глубокий вдох и рационально расходовать воздух при выдохе



ОСНОВНЫЕ РАЗЛИЧИЯ В ДЫХАНИИ

ФИЗИОЛОГИЧЕСКОЕ ДЫХАНИЕ	РЕЧЕВОЕ ДЫХАНИЕ
НЕПРОИЗВОЛЬНОЕ (АВТОМАТИЧЕСКОЕ)	ПРОИЗВОЛЬНОЕ
ВДОХ-ВЫДОХ-ПАУЗА – ВДОХ- ВЫДОХ-ПАУЗА	ВДОХ-ПАУЗА-ВЫДОХ – ВДОХ- ПАУЗА-ВЫДОХ
ВДОХ ПЛАВНЫЙ = ВЫДОХ ПЛАВНЫЙ	ВДОХ КОРОТКИЙ, ВЫДОХ ПЛАВНЫЙ
ВДОХ И ВЫДОХ СОВЕРШАЮТСЯ ЧЕРЕЗ НОС	ВДОХ ЧЕРЕЗ РОТ И НОС ОДНОВРЕМЕННО, ВЫДОХ ЧАЩЕ ЧЕРЕЗ РОТ



НЕПРАВИЛЬНОЕ РЕЧЕВОЕ ДЫХАНИЕ МОЖЕТ ПРИВЕСТИ:

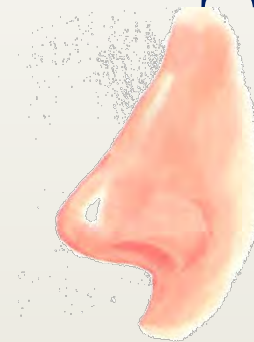
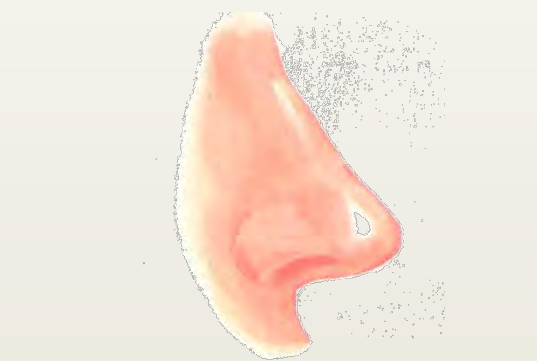
- ❖ К нарушению плавности речи (речь на вдохе);
- ❖ Позднему или неправильному усвоению некоторых звуков (например, для правильного произношения звука [р] нужна сильная воздушная струя, которая была бы способна привести в колебательное состояние кончик языка);
- ❖ Ослаблению громкости голоса, особенно в конце произношения длинных фраз;
- ❖ В некоторых случаях к ускорению темпа речи;
- ❖ Неправильному использованию интонационных средств выразительности;
- ❖ Нечеткому произношению слов (проглатывание окончаний)



НЕСОВЕРШЕНСТВА РЕЧЕВОГО ДЫХАНИЯ У ДОШКОЛЬНИКОВ

Очень слабый вдох и выдох, что ведет к тихой, едва слышимой речи. Это часто наблюдается у физически слабых, а также у робких, стеснительных детей.

ФОРМИРОВАНИЕ ДИФФЕРЕНЦИРОВАННОГО ДЫХАНИЯ



КОМПЛЕКСЫ УПРАЖНЕНИЙ ПО А.Н. СТРЕЛЬНИКОВОЙ

- ❖ «Ладони»
- ❖ «Погончики»
- ❖ «Насос»
- ❖ «Кошка»
- ❖ «Обними плечи»
- ❖ «Большой маятник»
- ❖ «Повороты головы»
- ❖ «Ушки»
- ❖ «Маятник головой»
- ❖ «Перекаты»
- ❖ «Шаги»

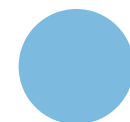


РЕЗУЛЬТАТЫ ПАРАДОКСАЛЬНОЙ ГИМНАСТИКИ

- ❖ Активизируется и тренируется мышечный аппарат диафрагмы и грудной клетки, восстанавливаются их расстроенные функции
- ❖ В клетках и тканях организма восстанавливается нарушенное крово и лимфообращение, естественно регулируются обменные процессы, проходит застой крови в органах брюшной и грудной полости



- ❖ Гимнастика тренирует отдельные мышцы и их группы, служащие для замыкания проходов или раскрытия отверстий в дыхательной, пищеварительной, мочевыделительной системах, половых органах, в кровеносных и лимфатических сосудах
- ❖ В коре головного мозга нормализуются процессы возбуждения-торможения и подкорковые структуры. Частые короткие энергичные вдохи, сопровождаемые проведением упражнений, стимулируют приток воздуха в мозг, улучшают кровообращение и обеспечивают мозговые клетки кислородом, что благотворно влияет на психоэмоциональное состояние



УПРАЖНЕНИЕ «СОБИРАЕМ ПУХ»

И. п. — стоя, ноги на ширине плеч. Делаем наклон вниз вместе с руками, как будто хотим «собрать пух с пола», одновременно производим фиксированный выдох: пффф

❖ Затем со звуками:

сссссссссссссс,
шшшшшшшшшш,
зззззззззззззззззззз,

❖ Со слогосочетаниями:

би-ба, ви-ва, га-га, ди-да
Наклон производим энергично, одновременно с произнесением слогов. Можно составлять слогосочетания, используя весь алфавит по схеме: би-ба,

ви-ва, и т. д.

❖ Затем переходим к фразам и стихам: вначале наклон производится на каждый слог во фразе, потом на каждое слово:

Бе-рем, бе-рем я-год-ки:
Чер-ну-ю чер-ни-ку,
Крас-ну-ю брус-ни-ку,
Зем-ля-ни-ку спе-лу-ю.

❖ Берем, берем ягодки;
Черную чернику,
Красную бруснику,
Землянику спелую.

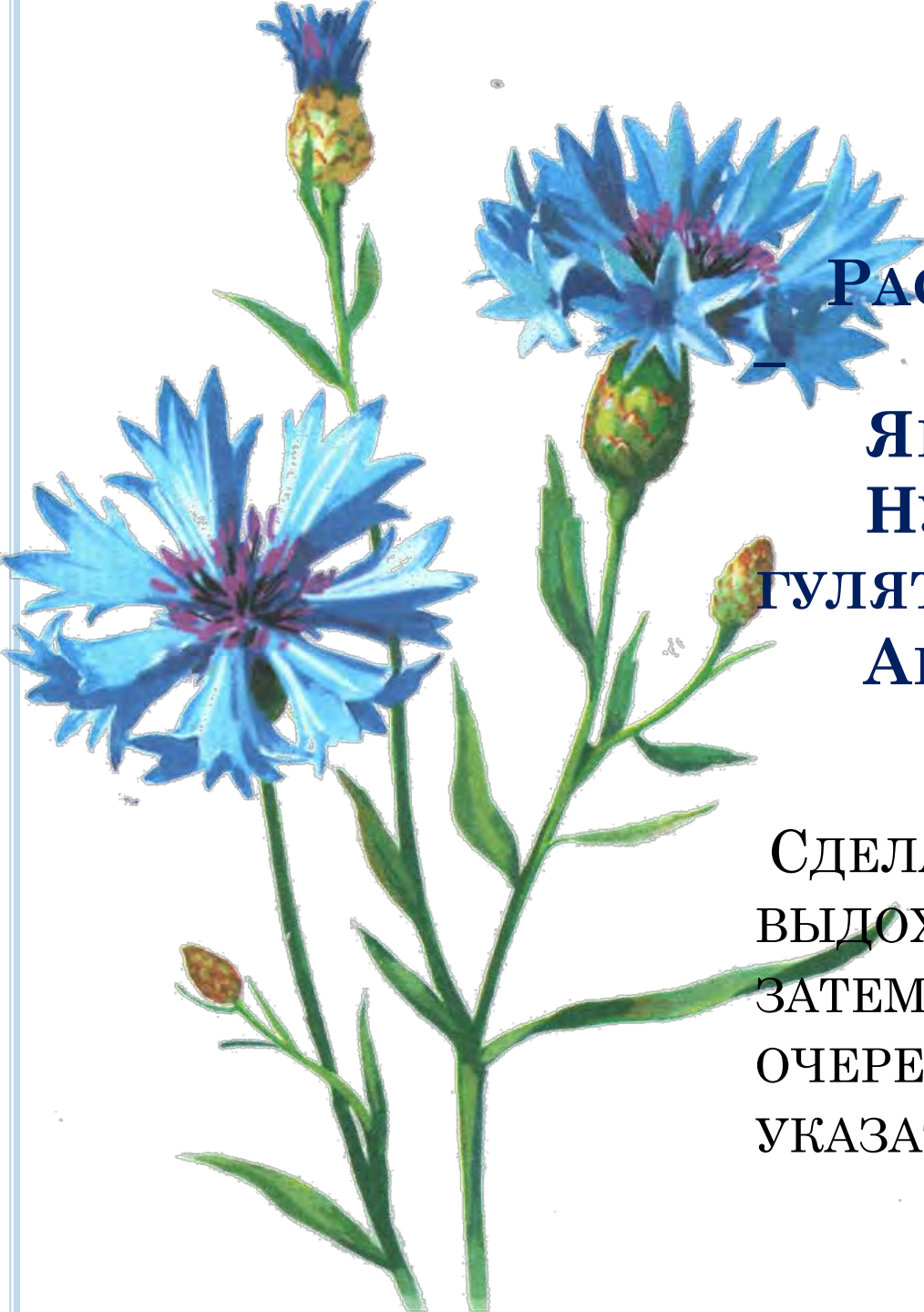




**ПЕСТРЫЙ ДЯТЕЛ ТУК ДА ТУК,
СЛЫШИМ МЫ ЗНАКОМЫЙ ЗВУК
ЭТО С ТОЙ ЗЕЛЕННОЙ ЕЛИ
РАЗДАЕТСЯ ГРОМКИЙ СТУК**

ПОГЛАДИТЬ БОКОВЫЕ ЧАСТИ НОСА ОТ
КОНЧИКА
К ПЕРЕНОСИЦЕ — СДЕЛАТЬ ВДОХ. НА ВЫДОХЕ
ПОСТУЧАТЬ ПО КРЫЛЬЯМ НОСА
УКАЗАТЕЛЬНЫМ
ПАЛЬЦЕМ (5-6 РАЗ)

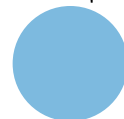




РАСПУСТИЛСЯ НАШ ЦВЕТОК

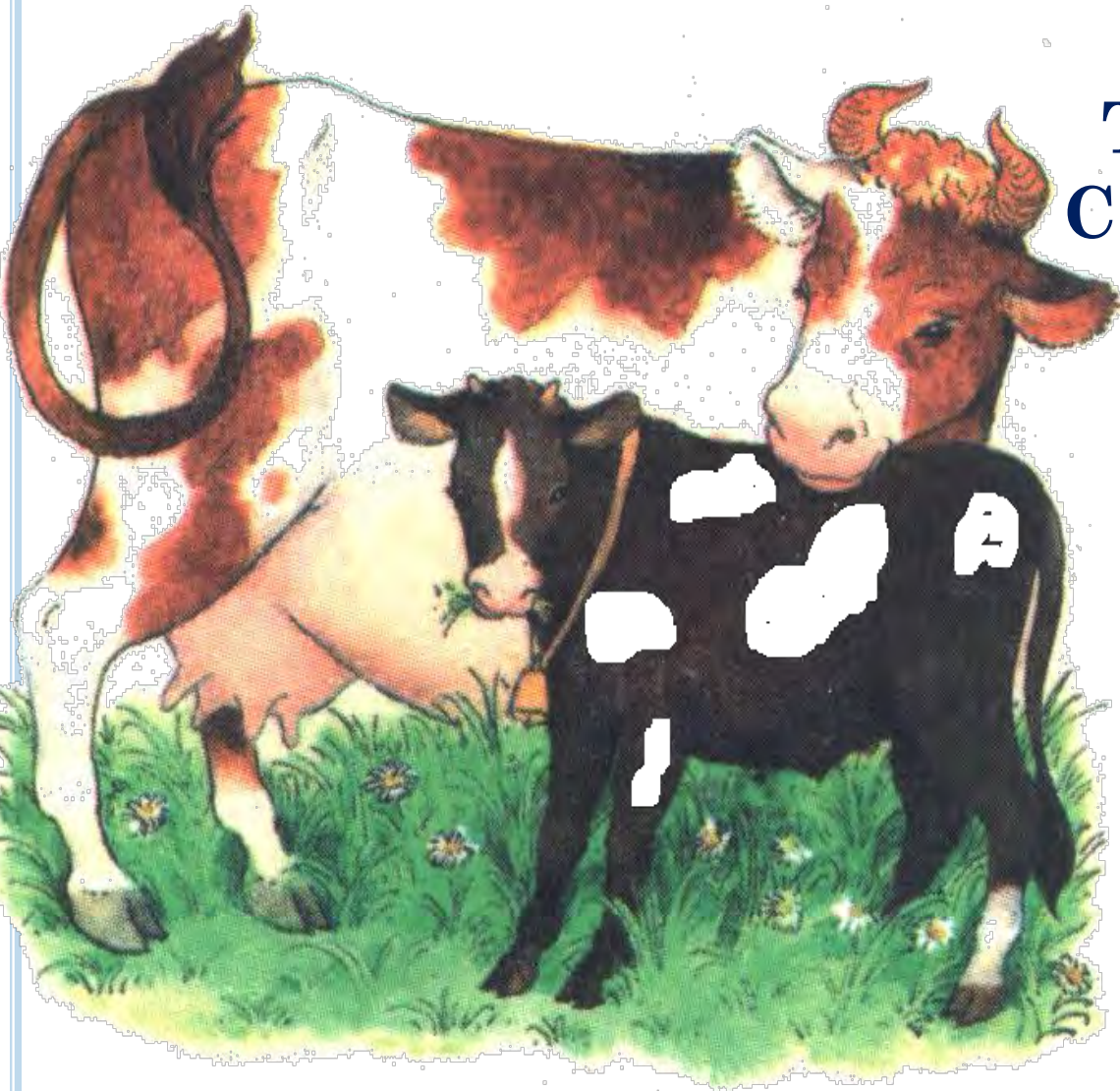
**— ЯРКО – СИНИЙ ВАСИЛЕК.
НУ, ПОЙДЕМ СКОРЕЙ
ГУЛЯТЬ,
АРОМАТ ЕГО ВДЫХАТЬ**

СДЕЛАТЬ ПО 8-10 ВДОХОВ И
ВЫДОХОВ ЧЕРЕЗ ПРАВУЮ НОЗДРЮ,
ЗАТЕМ – ЧЕРЕЗ ЛЕВУЮ, ПО
ОЧЕРЕДИ ЗАКРЫВАЯ ОТДЫХАЮЩУЮ
УКАЗАТЕЛЬНЫМ ПАЛЬЦЕМ



**ВЫШЕЛ НА ЛУЖОК БЫЧОК
В БЕЛЫХ ПЯТНЫШКАХ
БОЧОК.**

**ТЫ УЖ НЕ БОДАЙСЯ,
С НАМИ ЗАНИМАЙСЯ!**



**СДЕЛАТЬ ВДОХ НОСОМ.
НА ВЫДОХЕ ПРОТЯЖНО
ТЯНУТЬ ЗВУК (М),
ОДНОВРЕМЕННО ПОСТУ
КИВАЯ ПАЛЬЦАМИ ПО
КРЫЛЬЯМ НОСА.**





ДВЕРЬ С ТОБОЙ МЫ ЗАКРЫВАЕМ,
НА ЗАМОЧЕК ЗАПИРАЕМ.
НЕ УСПЕЛИ МЫ ЗАКРЫТЬСЯ
КТО – ТО В ДВЕРЬ УЖЕ СТУЧИТСЯ.

ПРИ ВДОХЕ ОКАЗЫВАТЬ
СОПРОТИВЛЕНИЕ ВХОДЯЩЕМУ
ВОЗДУХУ, НАДАВЛИВАЯ НА КРЫЛЬЯ
НОСА ПАЛЬЦАМИ. ВО ВРЕМЯ БОЛЕЕ
ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОГО ВЫДОХА
СОПРОТИВЛЕНИЕ ДОЛЖНО БЫТЬ
ПЕРЕМЕННЫМ ЗА СЧЕТ ПОСТУКИВАНИЯ
ПО КРЫЛЬЯМ НОСА.





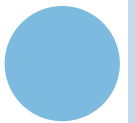
**НАШ ВЕСЕЛЫЙ ДОБРЫЙ
ГНОМ**

ЧАСТО РАЗМЫШЛЯЕТ.

**ЗВУКИ «БА – БО – БУ» И
«ГМ – М – М»**

ВСЛУХ ОН ПОВТОРЯЕТ

**СПОКОЙНЫЙ ВДОХ ЧЕРЕЗ НОС.
НА ВЫДОХЕ ОДНОВРЕМЕННО С
ПОСТУКИВАНИЕМ ПО КРЫЛЬЯМ
НОСА ПРОИЗНЕСТИ «БА – БО –
БУ» И «ГМ – М – М»**





**БУДТО ШАРИКОМ
ИГРАЕМ:**

**НАШ ЖИВОТИК МЫ
СДУВАЕМ.**

**ДРУЖНО ВСЕ ВДОХНУЛИ:
ШАРИК НАШ НАДУЛИ**

**БЫСТРО ВТЯНУТЬ ВНУТРЬ
ЖИВОТА БРЮШНЫЕ МЫШЦЫ,
ОДНОВРЕМЕННО СДЕЛАВ РЕЗКИЙ
ВЫДОХ ЧЕРЕЗ НОС (3 – 4 РАЗА)**





**ГОРЛЫШКО СВОЁ МЫ
ДОКТОРУ ПОКАЖЕМ.
ЧТОБЫ ВСЁ УВИДЕЛ –
«А – А – А» ЕМУ МЫ СКАЖЕМ**

**ВО ВРЕМЯ ВЫДОХА ШИРОКО РАСКРЫТЬ
РОТ И, НАСКОЛЬКО ВОЗМОЖНО, ВЫСУНУТЬ
ЯЗЫК, СТАРАЯСЬ КОНЧИКОМ ЕГО ДОСТАТЬ
ДО ПОДБОРОДКА, ПРОИЗНЕСТИ
«А – А – А» (5 – 6 РАЗ)**

**СПАСИБО
ЗА
ВНИМАНИЕ !**

