



## Чек лист

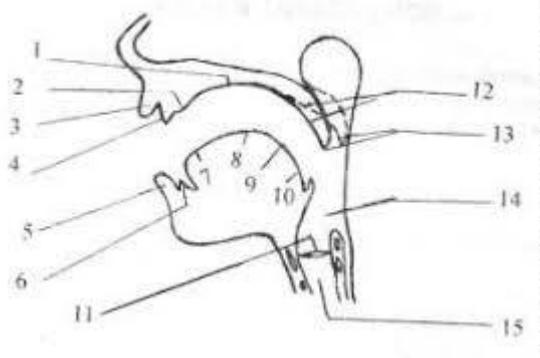
«Упражнения для формирования  
воздушной струи у детей с  
речевыми нарушениями»

## ВВЕДЕНИЕ

Работая учителем-логопедом в дошкольном учреждении часто сталкиваюсь с детьми, имеющими нарушения речи. Численность логопатов растёт с каждым годом. Самыми распространёнными недостатками речи у детей дошкольного возраста являются нарушения звукопроизношения. Дефекты речи носят разнообразный характер - может быть нарушено произношение многих групп звуков. Как известно, произношение звуков тесно связано с дыханием.

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

Вот так выглядит *речевой аппарат человека* — это совокупность органов человека, необходимых для производства речи.



- 1 – твёрдое нёбо
- 2 – альвеолы
- 3 – верхняя губа
- 4 – верхние зубы
- 5 – нижняя губа
- 6 – нижние зубы
- 7 – передняя часть языка
- 8 – средняя часть языка
- 9 – задняя часть языка
- 10 – корень языка
- 11 – голосовые связки
- 12 – мягкое нёбо
- 13 – язычок
- 14 – гортань
- 15 – трахея

Он включает в себя несколько звеньев:

- дыхательные органы;
- органы речи пассивные — это неподвижные органы, служащие точкой опоры для активных органов;
- органы речи активные — это подвижные органы, производящие основную работу, необходимую для образования звука;
- головной мозг.

Правильное речевое дыхание обеспечивает нормальное звукообразование, создаёт условия для поддержки громкости голоса, чёткого соблюдения пауз, сохранения плавности речи и интонационной выразительности.

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. Иногда, чтобы закончить длинную фразу, они вынуждены говорить на вдохе, отчего речь становится нечеткой, судорожной, с захлебыванием. Укороченный выдох вынуждает говорить фразы в ускоренном темпе, без соблюдения логических пауз отрицательно влияющие на развитие речи детей. Таким образом речевое дыхание является очень важным.

Существуют упражнения для развития речевого дыхания, которые проводятся ежедневно в течении 5-10 минут с детьми от 3 до 6 лет, имеющими различные нарушения речи - это дыхательная гимнастика. Дыхательная гимнастика начинается с общих дыхательных упражнений.

Упражнения дыхательной гимнастики направлены на закрепление навыков диафрагмально-речевого дыхания (оно считается наиболее правильным типом дыхания). Параллельно ведется работа над развитием силы, плавности, длительности выдоха.



Дополнительно у ребенка развивается способность направлять воздушную струю в нужном направлении.

Дыхательные упражнения не только влияют на формирование правильного речевого дыхания, но и помогают также научить ребенка правильно произносить звуки речи.

Данные упражнения можно использовать как физкультминутки в процессе логопедических занятия или в домашних условиях.

### **Цель дыхательных упражнений**

Увеличить объём дыхания, нормализовать его ритм, выработать плавный, длительный, экономный выдох.

### **Задачи:**

- Формировать у детей понятия о здоровом образе жизни и правильном дыхании.
  - Обучить детей технике диафрагмально – релаксационного дыхания.
  - Закрепить у детей навык дифференциации носового и ротового дыхания, эффективно использовать речевое дыхание.
  - Формировать силу, плавность и направленность выдыхаемой воздушной струи.
  - Повысить компетенцию воспитателей в данной области.
  - Привлечь внимание родителей к совместной работе по развитию правильного речевого дыхания у детей.
  - Формирование речевого дыхания предполагает выработку воздушной струи.
  - Выработка воздушной струи считается одним из необходимых и значимым условием постановки звуков.
- 

### Существуют три основных направления воздушной струи:

- 1) воздушная струя направлена прямо по центру языка. Это характерно для произнесения большинства звуков: губно-губных, заднеязычных, переднеязычных, свистящих.
- 2) воздушная струя направлена по центру языка вверх. Это характерно для произнесения шипящих звуков и вибрантов.
- 3) воздушная струя направлена по боковым краям языка. Это характерно для произнесения смычно-проходных звуков.

<b>ВОЗДУШНАЯ СТРУЯ</b>	<b>ВОЗДУШНАЯ СТРУЯ</b>
<i>Широкая</i> (при произнесении шипящих звуков)	<i>Узкая</i> (при произнесении свистящих звуков)
<i>Тёплая</i> (при произнесении шипящих звуков)	<i>Холодная</i> (при произнесении свистящих звуков)
<i>Слабая</i>	<i>Сильная</i>
<i>Рассеянная</i>	<i>Направленная</i>

### Параметры правильного ротового выдоха:

- 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;
- во время пения или разговора нельзя добирать воздух при помощи частых коротких вдохов

### **Требования к проведению игровых упражнений:**

- 3-5 минут в проветриваемом помещении;
- упражнение повторяется 3 – 5 раз;
- дуть можно не более 10 секунд с паузами, чтобы не закружилась голова;
- обязательно чередовать с другими упражнениями.
- На начальных этапах работы по развитию речевого дыхания следует сначала научить малыша совершать достаточно сильный, длительный и, вместе с этим, экономный выдох, используя игровые упражнения.
- Во время проведения игр необходим постоянный контроль за правильностью дыхания.

---

### *Карточка артикуляционных упражнений и игр*

#### *для развития физиологического дыхания и формирования воздушной струи*

---

#### **«Лети-порхай»**

**Цель:** развитие длительного плавного выдоха.

**Оборудование:** узкая коробочка из-под рулета красочно оформленная, фигурки из материала легкой текстуры, привязанные на нити.

**Ход игры:** -Наступило прекрасное, теплое утро, солнышко взошло высоко в небо. Вот проснулись и запели птички, зайчики поскакали искать себе пищу. Ах, посмотрите, запорхали бабочки, листочки. Закачались звездочки на небе, цветочки от легкого ветерка Покажи, как? Следить за тем, чтобы при вдохе рот был закрыт.



### «Буря в бутылке»

**Цель:** формирование правильной, непрерывной воздушной струи

**Оборудование:** маленькая пластиковая бутылка (от фруктового сиропа 200 мл.) красочно оформленная, с отверстием в крышке, раскрошенный пенопласт, конфети или кусочки мишуры, пластиковая трубочка. В бутылке сделать отверстия для трубочки, внутрь положить кусочки раскрошенный пенопласт, конфети или кусочки мишуры.

**Ход игры:** -Ребята, давайте устроим настоящую снежную бурю. Для этого нужно набрать побольше воздуха и подуть в трубочку, белые кусочки пенопласта и конфети закружатся.



### «Попади мячом в ворота»

**Цель:** развитие сильного плавного выдоха.

**Оборудование:** шарик от настольного тенниса или ватный шарик, ворота из стаканчика из-под йогурта или обклеенная коробочка с условной разметкой футбольного поля, коктейльные трубочки.

**Ход игры:** - Сегодня ребята, мы проводим соревнование кто точнее попадет мячом в ворота. Итак, мы начинаем. Участники, улыбнитесь, положите широкий язык на нижнюю губу (упражнение "Лопаточка") и плавно, со звуком [Ф], дуем на шарик.

Внимание! Следить за щеками ребенка и чтобы он произносил [Ф], а не [Х], то есть чтобы воздушная струя была узкая, а не рассеянная.

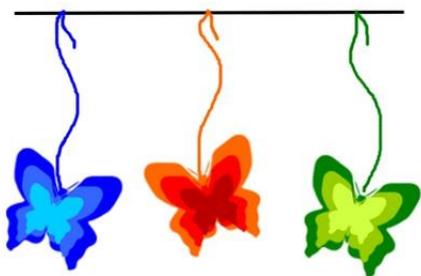


**«Бабочка, лети!»**

**Цель:** развитие длительного непрерывного ротового выдоха.

**Оборудование:** 2-3 яркие бумажные бабочки на нитках

**Ход игры:** -На лесной полянке проснулись красивые бабочки, но летать пока не хотят, давай им поможем, подуем на них, носом вдохнули, сложили губы трубочкой и долго дуем на бабочек, как ветерок, стараясь не надувать щеки. Следить за тем, чтобы при вдохе рот был закрыт.



**«Сдуй божьих коровок с листочка»**

**Цель:** развитие длительного плавного сильного выдоха; активизация губных мышц.

**Оборудование:** бумажные божьи коровки на ниточках, прикрепленные к листочку.

**Ход игры:** - Представьте, что сейчас лето. Пойдемте на прогулку в сад. На листочках сидит много божьих коровок, которые хотят отправиться в путешествие. Давайте поможем им и сдуем их с листиков. «На листочки я подую. Всех коровок быстро сдую».



### «Секретная картинка»

**Цель:** развитие сильного плавного и продолжительного выдоха.

**Оборудование:** сюжетная или предметная картинка небольшого размера, цветная бумага.

**Ход игры:** -Хотите попробовать себя в роли детектива? Хорошо! Нам пришло секретное задание, его нужно расшифровать. Для этого носом вдохнем, сложим губы трубочкой и длительно подуем, не надувая щек на цветные полосочки, как ветерок. Постарайся разглядеть, что скрыто за цветными полосками.



### «Фейерверк»

**Цель:** формирование правильной, непрерывной воздушной струи

**Оборудование:** пластиковая бутылка с крышкой, мелко нарезанная фольга, пенопласт, пластиковые трубочки. В бутылке сделать отверстия для трубочек, внутрь положить кусочки фольги.

**Ход игры:** В игре участвуют 2-3 ребенка.

-Ребята, давайте для хорошего настроения устроим фейерверк. Для этого нужно подуть в трубочки и кусочки пенопласта, фольги, переливаясь, закружатся



### «Ныряльщики»

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

**Ход игры:** 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.



### «Насос»

**Цель:** Автоматизация звука с.

**Ход игры:** ребёнок стоит с опущенными руками. На вдохе он поднимает руки вверх, на длинном выдохе произносится «с-с-с» и руки плавно опускаются вниз.



### «Кто лучше надует игрушку?»

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

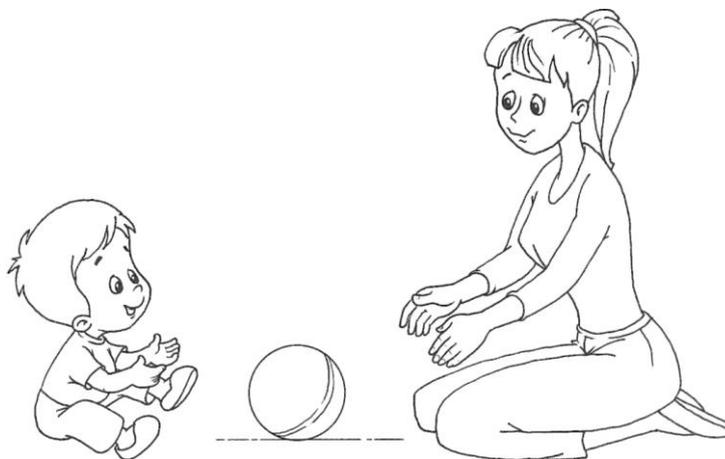
**Ход игры:** мама показывает ребёнку, как надо надуть игрушку: набирает воздух через нос и медленно выдыхает его через рот в отверстие игрушки. Ребёнок должен повторить. Если он правильно выполнит упражнение, он может поиграть с игрушкой.



### «Мяч»

**Цель:** Автоматизация звука с в словах и предложениях.

**Ход игры:** Ребёнок играет в мяч. «Мячик мой», лети высоко (бросок вверх), По полу беги скорей (катит мяч по полу), Скок об пол, смелей, смелей (бросок 4 раза об пол).



### «Толстяк»

**Цель:** Формирование направленной воздушной струи.

**Ход игры:** Ребёнок надувает щеки и удерживает воздух в течение 15 секунд.



### «Худенький»

**Цель:** Формирование направленной воздушной струи.

**Ход игры:** Ребёнок приоткрывает рот, смыкает губы и втягивает щеки внутрь.



### «Снежок»

**Цель:** Формирование направленной воздушной струи.

**Ход игры:** Ребёнок сближает губы и слегка выдвигает их вперед трубочкой, выдувает воздух, стараясь направить его на бумажную снежинку так, чтобы она слетела с ладони. Щеки при этом не надувает.

