*МБДОУ №40*

**ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ**

**ДЛЯ РАЗВИТИЯ РЕЧЕВОГО ДЫХАНИЯ У ДЕТЕЙ**

**ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

*ПОДГОТОВИЛА ВОСПИТАТЕЛЬ*

*1 КВАЛИФИКАЦИОННОЙ КАТЕГОРИИ*

 *КУЗНЕЦОВА ВАЛЕНТИНА ГРИГОРЬЕВНА*

*г. Киржач*

*2014год*

 *«Дыхание – основа жизни.*

 *Правильное дыхание –*

 *основа здоровья и долголетия»*

*К.С.Станиславский*

**Актуальность**

У детей дошкольного возраста речевое дыхание несовершенно. Дети не умеют рационально использовать выдох, речь на вдохе, что отрицательно влияет на развитие их речи. Дети, имеющие ослабленный вдох и выдох, как правило, говорят тихо, затрудняются в произношении длинных фраз, не договаривают слова. Этой проблеме надо уделять особое внимание. Решать эти задачи помогут игры и упражнения на развитие речевого дыхания. Они помогут тренировать дыхание ребёнка. А для поддержания интереса детей проводить их следует в игровой форме.

**Цель**

Формировать у детей умения и навыки правильного физиологического и речевого дыхания. Развивать такие качества дыхания, как сила, продолжительность, постепенность, целенаправленность.

**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 выдоха через нос;
* выдыхать следует, пока не закончится воздух;
* во время пения или разговора нельзя добирать воздух при помощи частых коротких вдохов.

**Продолжительность игровых упражнений:**

* 5 – 8 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.

**ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ПЛАВНОГО РОТОВОГО ВЫДОХА:**

**«ВАРЕЖКА»**

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

**Оборудование:** бумажные снежинки на ленточках, прикрепленные к варежкам.

**Ход игры:** Педагог напоминает детям про зиму.

- Представьте, что сейчас зима. Наденем варежки. Давайте сдуем с варежек снежинки. «Я на варежку подую. Все снежинки с неё сдую».

**«ЛЕТИ, БАБОЧКА»**

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

 активизация губных мышц.

**Оборудование:** бабочки на ленточках, привязанные к обручу; бабочки на ленточках, прикрепленные к цветкам.

**Ход игры:** Педагог показывает детям бабочек и предлагает поиграть с ними.

- Посмотрите, какие красивые бабочки! Посмотрим, умеют ли они летать.

«С цветка на цветок,

Я порхаю весь денёк».

Дети дуют на бабочек. Необходимо следить, чтобы дети стояли прямо, при выдохе не поднимали плечи. Дуть на одном выдохе, не добирая воздух, не надувая щёки. Губы слегка выдвигать вперед. Дуть можно не более 10 секунд с паузами, чтобы не закружилась голова.

**«ОБЛАКА»**

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

**Оборудование:** бумажные облака на ниточках.

**Ход игры:** Педагог: - Представьте, что подул сильный ветер и облака поплыли по небу. А теперь вы подуйте на облака.

«Подуем на плечо,

Подуем на другое,

Подуем на живот,

Как трубочка, наш рот.

Ну а теперь – на облака,

И отдохнем пока»

Игра может проводиться как индивидуально, так и с группой детей. Во втором случае дети дуют на облака одновременно.

 **«ГОРЯЧИЙ ЧАЙ»**

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

**Оборудование:** чашки из цветного картона, сверху наклеены узкие полоски тонкой цветной бумаги.

**Ход игры: -** Здравствуйте, девчонки и мальчишки!

 Сегодня гости вы мои

 Горячим чаем всех я угощаю.

 А чтобы не обжечься вам –

 Дуть я предлагаю! (Дети дуют на чай, чтобы остудить)

**«НАЙДИ КАРТИНКУ НА СТАКАНЕ»**

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

**Оборудование:** стаканчики из картона, закрытые узкими полосками цветной бумаги.

**Ход игры:** Ребята, в стакане спряталась картинка. Чтобы её найти, нужно сильно и длительно подуть на стакан. Не надувать щёки.

 **«ВЕТЕРОК»**

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

**Оборудование:** бумажные султанчики.

**Ход игры:** Педагог предлагает поиграть с султанчиками.

- Представьте, что это волшебное дерево. Подул ветерок – и зашелестели на дереве листочки! Дети одновременно дуют на свои султанчики.

 **«ОСЕННЕЕ ДЕРЕВО»**

**Цель:** обучение плавному свободному выдоху; активизация губных мышц.

**Оборудование:** дерево, сделанное из картона с привязанными листьями на подставке.

**Ход игры:** Педагог читает стихотворение:

«Дует ветер нам в лицо,

Закачалось деревцо

Ветер быстро затихает,

Дворник листья подметает».

(Дети дуют на листья, обращая внимание на шуршание листьев).

 **«БУМАЖНЫЕ ФЛАЖКИ»**

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

**Оборудование:** полоски тонкой цветной бумаги.

**Ход игры:** Ребята, нужно сделать так, чтобы поднялся сильный ветер. Детям предлагается подуть на флажки. Флажки полощутся на ветру! Это не простое упражнение, оно получается у детей не сразу. Игра может проводиться как индивидуально, так и в группе детей.

 **«КАТИСЬ, КАРАНДАШ»**

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

**Оборудование:** карандаши с гладкой или ребристой поверхностью.

**Ход игры:** Дети сидят за столом. На столе на расстоянии 20 см от ребёнка лежит карандаш. Педагог предлагает с силой подуть на карандаш, чтобы он укатился на противоположный конец стола. Второй участник игры ловит карандаш.

Можно устроить соревнование. Дуть на карандаш можно только один раз. Побеждает тот, чей карандаш укатится дальше.

 **«ВЕРТУШКИ»**

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

**Оборудование:** игрушки – вертушки.

**Ход игры:** На улице показать детям, как она начинает вертеться от дуновения ветра. Затем в группе предложить подуть на вертушку. Вот как завертелась! Подуйте ещё сильнее – вертушка вертится ещё быстрее. Игра может проводиться как индивидуально, так и в группе детей.

**«ФУТБОЛ»**

**Цель:** развитие длительного сильного выдоха, ориентировки в пространстве, умения работать в парах.

**Оборудование:** игровое поле, коктейльные трубочки, горох, шарики из ваты или фольги.

**Ход игры:**

**1 вариант.** Два игрока, сидя друг напротив друга, длительным, сильным выдохом в коктейльную трубочку, должны переместить горошины на поле соперника и забить гол в ворота. Выигрывает тот, кто забьёт больше голов.

**2 вариант.** Дети забивают мячи из ваты или фольги в футбольные ворота.

**«ПРОКАТИ МЯЧ ЧЕРЕЗ ВОРОТА»**

**Цель:** развитие сильного, плавного, направленного выдоха, ориентировки в пространстве; активизация губных мышц.

**Оборудование:** ворота, сделанные из картона, теннисный или ватный шарик.

**Ход игры:** Дети сидят за столом. Ворота стоят на расстоянии 20 – 30 см. от ребёнка. Педагог предлагает подуть на «мяч», чтобы он покатился через ворота на противоположный конец стола. Второй участник ловит «мяч».

 **«ЗАБЕЙ ГОЛ ДРАКОШЕ»**

**Цель:** развитие сильного непрерывного выдоха, развитие губных мышц.

**Оборудование:** легкий шарик, игрушка дракона.

**Ход игры:** Педагог: - Сегодня ты будешь футболистом и тебе нужно забить как можно больше голов Дракоше. Вытягиваем губы трубочкой и плавно дуем на шарик, загоняя его в ворота Дракоше. При этом педагог своей рукой может передвигать Дракона, тем самым создавая трудность в забивании гола. Следить, чтобы ребенок не надувал щеки.

**«СВЕЧА»**

**Цель:** развитие слабого и сильного направленного выдоха.

**Оборудование:** свеча.

**Ход игры:** Сделать вдох. По сигналу «Тихий ветерок» медленно выдохнуть на пламя свечи, так чтобы оно отклонялось, но не гасло. По сигналу «Сильный ветерок» задуть свечу резким выдохом.

Свеча ставится на расстоянии около 30 см от ребёнка. Постепенно расстояние от ребенка до свечи можно увеличивать до 40 – 50 см.

 **«ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ»**

**Цель:** развитие сильного длительного плавного ротового выдоха;

 активизация губных мышц.

**Оборудование:** торт из пенопласта, свечи для торта, игрушка – Мишка.

**Ход игры:** Педагог: - Сегодня у Мишки день рождения. Ему исполнилось шесть лет. Давайте его поздравим! Вот праздничный торт. Помогите Мишке задуть свечи. Каждый ребенок индивидуально задувает свечу. Следить, чтобы выдох был длительным, сильным и плавным. Дуть можно только один раз. Если свеча не потухла – снова набираем в грудь воздух и пробуем ещё.

 **«ПЛЫВИ, КОРАБЛИК»**

**Цель:** развитие сильного плавного направленного выдоха;

 активизация губных мышц.

**Оборудование:** бумажные или пластмассовые кораблики, таз с водой.

**Ход игры:** На невысоком столе стоит таз с водой. Педагог: – Представьте, что это море. Давайте пустим в плавание кораблик. Поднялся сильный ветер. Каждый ребенок дует на кораблик. Игру можно усложнить, предложив ребенку покататься из одного города в другой, обозначив города значками на краях таза. В этом случае струя воздуха во время ротового выдоха должна быть не только сильной, но и направленной. Можно организовать соревнование: «чей кораблик быстрее приплывет».

 **«УТОЧКИ»**

**Цель:** развитие сильного плавного направленного выдоха;

 активизация губных мышц.

**Оборудование:** резиновые уточки, плавающие в воде.

**Ход игры:** На невысоком столе стоит таз с водой. Педагог: – Представьте, что это озеро. Уточки пришли поплавать. Поможем им далеко уплыть. Для этого подуем сильно на уточку. В этом случае струя воздуха во время ротового выдоха должна быть не только сильной, но и направленной. Игру можно проводить и индивидуально и в группе детей.

 **«МЫЛЬНЫЕ ПУЗЫРИ»**

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

**Оборудование:** флаконы с мыльным раствором.

**Ход игры:** Педагог предлагает детям выдувать мыльные пузыри. Если у ребенка не получается, надо постараться помочь подобрать разные рамки и трубочки для выдувания, чтобы ребенок пробовал и выбирал, с помощью чего легче добиться результата.

**«БУРЯ В СТАКАНЕ»**

**Цель:** развитие сильного ротового выдоха, обучение умению дуть через трубочку, активизация губных мышц.

**Оборудование:** стакан с водой, коктейльные трубочки разного размера.

**Ход игры:** - Давайте устроим бурю! Возьмите трубочку и подуйте в стакан воды. Если дуть слабо – получится маленькая буря. А если подуть сильно, то получится сильная буря!

По «буре» в воде можно легко оценить силу выдоха и его длительность. В начале диаметр трубочки должен быть 5-6 мм, в дальнейшем можно использовать более тонкие трубочки. Ребенок может держать трубочку в губах, вдыхать воздух через нос.

 **«НАДУЕМ ШАРЫ»**

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

**Оборудование:** воздушные шары.

**Ход игры:** Педагог показывает детям, как надо надуть шар. Набирать воздух через нос и медленно выдыхать его через рот в отверстие шара.

Педагог: - Давайте надуем шары. Тот, кто правильно выполнил задание, может поиграть шаром. Это задание требует сформированного сильного выдоха. Кроме этого, необходимо научить детей правильно держать шары, чтобы из них не выходил воздух. Эту игру предлагать только после того, как сильный плавный выдох уже сформирован.

 **«СВИСТУЛЬКИ»**

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

**Оборудование:** детские деревянные и пластмассовые свистульки в виде птиц и животных.

**Ход игры:** Педагог: - Посмотрите, какие красивые у вас игрушки – свистульки! Давайте устроим лесной концерт. Каждая из птиц поет свою песенку! Игру можно повторять несколько раз. Следить, чтобы дети дули, не напрягаясь. Игра может проводиться как индивидуально, так и в группе детей.

 **«ПОДУЙ В ДУДОЧКУ»**

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

**Оборудование**: дудочки, губные гармошки, различные духовые музыкальные инструменты.

**Ход игры:** Педагог раздаёт детям дудочки и предлагает поиграть на них сначала по очереди, затем всем вместе. – Давайте устроим музыкальный парад! Берите дудочки – начинаем играть! Если у кого не получается извлечь из дудочки звук, нужно проследить, правильно ли он дует: выдох через рот должен быть сильным и попадать точно в раструб трубы, для чего его необходимо плотно зажать губами: воздух не должен выходить через нос.

 **«УЗНАЙ ОВОЩ»**

**Цель:** развитие плавного длительного вдоха.

**Материал:** лук, чеснок, огурец, нож, тарелки.

**Ход игры:** Дети рассматривают овощи (лук, чеснок, огурец), называют их. Затем на овощах делаются надрезы. Дети нюхают овощи, запоминают запахи. Далее всем по очереди взрослый завязывает глаза. Дети должны по запаху узнать предложенный овощ.

**«УЗНАЙ ФРУКТ»**

**Цель:** развитие плавного длительного вдоха.

**Материал:** апельсин, лимон, яблоко, нож, тарелки.

**Ход игры:** Дети рассматривают фрукты (апельсин, лимон, яблоко), называют их. Затем на фруктах делаются надрезы. Дети нюхают фрукты, запоминают ароматы. Дети с завязанными глазами узнают фрукт по запаху.

**Результативность.**

В результате проведённой работы в конце года выявлен сравнительный анализ, который показал значительное продвижение в развитии речевого дыхания детей. По сравнению с началом учебного года высокий уровень развития речевого дыхания увеличился с 0% до 14,2% (2 ребёнка), средний – с 14,2% до 42,6% (6 детей). Кроме того, дети стали более активны, охотно выполняют игровые упражнения. Родители проявляют заинтересованность, принимают участие в оборудовании дидактического уголка по данной теме.

**Используемая литература и интернетресурсы:**

1. Белякова Л.И. «Методика развития речевого дыхания у дошкольников с нарушениями речи»;
2. Гуськова А.А. «Развитие речевого дыхания детей 3 – 7 лет»;
3. Дуплинская А. «О речевом дыхании детей с дизартрией». Журнал «Дошкольное воспитание»;
4. Коноваленко В.В. «Дыхательно-голосовые упражнения»;

5. [http://ped-kopilka.ru/blogs/ivleva-irina/igrovoi-kompleks-dyhatelnoi- gimnastiki.html](http://ped-kopilka.ru/blogs/ivleva-irina/igrovoi-kompleks-dyhatelnoi-gimnastiki.html)

 6. <http://ped-kopilka.ru/igry-konkursy-razvlechenija/razvivayuschie-igry-dlja-doshkolnikov/igry-na-razvitie-rechevogo-dyhanija-v-srednei-starshei-grupe.html>