

В помощь родителям, имеющим детей с нарушением слуха.

Материал для практического занятия: «Игры и упражнения для развития дыхания»

Развитие дыхания один из первых и очень важных этапов коррекционного воздействия на детей независимо от вида их речевого дефекта. У большинства неговорящих детей наблюдается слабое поверхностное дыхание. А для произнесения целого ряда звуков, необходимо наличие сильной направленной воздушной струи, поэтому перед родителями стоит задача формирования правильного дыхания.

При дыхании вдох и выдох осуществляется через нос, причем вдох равен по продолжительности выдоху. Дыхательная гимнастика начинается с общих дыхательных упражнений. Их цель - увеличить объём дыхания и нормализовать его ритм. Ребёнка учат дышать при закрытом рте. Тренируют носовой выдох, говоря ребёнку: «Вдыхай глубоко и выдыхай длительно через нос». Затем тренируют ротовой выдох, закрывая при этом ноздри ребёнка.

Используются упражнения с сопротивлением, когда взрослый кладёт руки на грудную клетку ребёнка, как бы препятствуя вдоху в течение 1-2 секунд. Ребёнка учат задерживать вдох, добиваясь быстрого и глубокого вдоха и медленного продолжительного выдоха.

Комплекс упражнений по развитию правильного дыхания, поможет родителям в овладении навыками произношения звуков, а затем и устной разговорной речи. Все упражнения проводятся в игровой форме. Тогда они не напрягают ребенка он занимается с удовольствием. Предложите малышу попробовать себя в таких упражнениях по развитию правильного дыхания, что ему по душе, пусть он сам выберет, тогда и пользы от них будет больше. Упражнения можно проводить в домашних условиях или гуляя на улице вместе с ребенком. При дыхательной гимнастике не следует переутомлять ребёнка. Нужно следить, чтобы он не напрягал плечи и шею. Все дыхательные упражнения проводятся плавно, под счёт или музыку, в хорошо проветренном помещении.

Начинают тренировки с 30-40 секунд за прием, постепенно увеличивая нагрузку. Упражнения выполняют 5-6 раз. Если упражнение вызывает головокружение, то продолжительность сокращается до 15-20 секунд.

Главное активное участие взрослого! Желаем успехов!

1. Снег.

Ребенку предлагается подуть на вату, мелкие бумажки, пушинки и тем самым превратить обычную комнату в заснеженный лес. Губы ребёнка должны быть округлены и слегка вытянуты вперёд. Желательно не надувать щеки, при

выполнении этого упражнения.

2. Кораблики.

Наполните таз водой и научите ребёнка дуть на лёгкие предметы, находящиеся в тазу, например, кораблики. Вы можете устроить соревнование: чей кораблик дальше уплыл. Очень хорошо для этих целей использовать пластмассовые яйца от "киндер-сюрпризов" или упаковки от бахил, выдаваемых автоматами.

3. Футбол.

Соорудите из конструктора или другого материала ворота, возьмите шарик от пинг-понга или любой другой легкой шарик. И поиграйте с ребенком в футбол. Ребенок должен дуть на шарик, стараясь загнать его в ворота. Можно взять два шарика и поиграть в игру "Кто быстрее".

4. Бульки.

Возьмите два пластмассовых прозрачных стаканчика. В один налейте много воды, почти до краев, а в другой налейте чуть-чуть. Предложите ребенку поиграть в "бульки" с помощью трубочек для коктейля. Для этого в стаканчик, где много воды нужно дуть через трубочку слабо, а в стаканчик, где мало воды - можно дуть сильно. Задача ребенка так играть в "Бульки", чтобы не пролить воду. Обязательно обратите внимание ребенка на слова: слабо, сильно, много, мало. Эту игру можно также использовать для закрепления знания цветов. Для этого возьмите разноцветные стаканчики и трубочки и предложите ребенку подуть в зеленый стаканчик через зеленую трубочку и т.д.

5. Волшебные пузырьки.

Предложите ребенку поиграть с мыльными пузырями. Он может сам выдувать мыльные пузыри, если же у него не получается дуть или он не хочет заниматься, то выдувайте пузыри Вы, направляя их в ребенка. Это стимулирует ребенка дуть на пузыри, чтобы они не попали в него.

6. Дудочка.

Предложите ребенку высунуть узкий язык вперед, слегка касаясь кончиком языка стеклянного пузырька (подойдет любой стеклянный пузырек из-под лекарств, витаминов, йода, духов; горлышко пузырька не должно быть широким). Выдувать воздух на кончик языка так, чтобы пузырек засвистел, как дудочка.

7. Губная гармошка.

Предложите ребенку стать музыкантом, пусть он поиграет на губной гармошке. При этом ваша задача не в том, чтобы научить его играть, потому, не обращайтесь внимание на мелодию. Важно, чтобы ребенок вдыхал воздух через губную гармошку и выдыхал в нее же.

8. Цветочный магазин.

Предложите ребенку глубоко медленно вдохнуть через нос, нюхая воображаемый цветочек, чтобы выбрать самый ароматный цветочек для бабушки или мамы. Вы можете использовать для этой игры различные ароматические саше, однако они не

должны иметь резких запахов, не должны быть пыльными и нельзя подносить их слишком близко к носу.

9. Свеча.

Купите большие разноцветные свечи и поиграйте с ними. Вы зажигаете свечи и просите ребенка подуть на синюю свечу, затем на желтую свечу и т.д. Дуть нужно медленно, вдох не должен быть шумным, нельзя надуть щеки. Сначала свечу можно поднести поближе к ребенку, затем постепенно удалять ее.

10. Косари.

Это упражнение можно выполнять под звуки марша: на слабую долю мелодии делается вдох и "отведение косы" в сторону, на сильную - выдох и "взмах косой".

11. Султанчик (султанчик легко изготовить из яркой фольги или новогодней мишуры, привязав её к карандашу).

Взрослый предлагает ребенку подуть вместе с ним на султанчик, обращая внимание малыша на то, как красиво разлетаются полоски.

12. Шарик

Взрослый предлагает ребенку подуть на легкий шарик для пинг-понга, который находится в тазике с водой.

13. Перышко

Ребенок сдувает с ладони взрослого перышко, легкий ватный шарик.

14. Занавесочка

Ребенок дует на бахрому, выполненную из папиросной бумаги.

15. Кулиска (цветные перышки, нанизанные на ниточки, закрепленные на рамке в виде кулис; набор мелких игрушек, расположенных за "Кулисами").

Взрослый побуждает ребенка узнать, что находится за "кулисами", провоцируя на продолжительный ротовой выдох.