

Развитие дыхания и голоса

Учитель – логопед Жданова О.А.

20.12.2021г.

Для того чтобы родился звук, струя воздуха должна пройти сквозь естественные преграды в организме человека: связки, язык, зубы и губы.

А за силу звука отвечают наши легкие, которые нельзя сдавливать ни ребрами, ни позвоночником. Поэтому человек должен следить за осанкой и правильно дышать.

Мамы и папы, посмотрите на своего ребенка сбоку и сзади: прямая ли у него спинка? Не ходит ли он, поднимая одно плечо выше другого? Посмотрели?

А теперь помогайте держать спину ровно. Вместе делайте зарядку, отправьте его на плаванье, а если необходимо – на лечебную гимнастику.

Следите за тем, чтобы громкость голоса была достаточна. Чтобы слушатели не напрягались, стараясь расслышать сказанное, или, наоборот, не отходили подальше. Это важно!

Тихая неразборчивая речь создает имидж неуверенного в себе человека. Нужно ли это вашему ребенку? А чересчур громкая речь производит отталкивающее впечатление.

Для выполнения упражнений по развитию речевого дыхания принимаем правильное положение:

- сначала надо ссутулиться как можно больше;
- затем приподнять плечи и грудь и откинуть их назад;
- теперь надо почувствовать, что спина стала прямой, а руки, шея, плечи – легкими.

Упражнение «Пильщики»

Вместе с ребенком, держась за руки, имитировать движения пильщиков.

При этом говорить вместе:

– *Пилим, пилим, пилим, пилим!*

Мы сейчас бревно распилим,

Раз-два, раз-два.

Будут на зиму дрова.

Необходимо следить за правильным дыханием ребенка: вдох – через нос, выдох – при говорении.

Упражнение «Освобождение от усталости»

Исходное положение: ноги на ширине плеч, руки опущены.

На вдохе поднимаемся на носки, руки вытягиваем вверх.

Когда тело вытянется полностью, наклониться вниз с восклицанием «Ух-ух-ух!»

Упражнение «Насос»

«А теперь насос включаем, воду из реки качаем».

Ноги на ширине плеч, руки опущены вдоль туловища. Производим наклоны туловища в стороны, поднимая согнутую то правую, то левую руки поочередно.

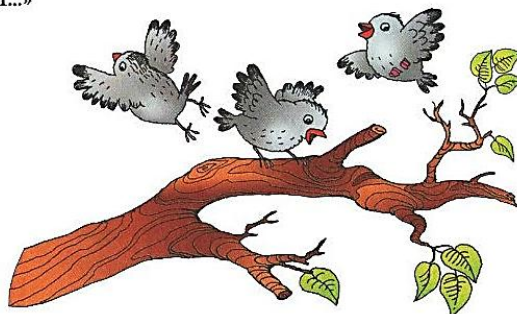
Упражнение «Звукоподражание»

Длительный речевой выдох тренируем с помощью подражания различным звукам.

Самолет летит:
«У-У-У!»



Птичка поет высоким голосом:
«И-И-И...»



Медвежонок заболел
и тихонько стонет: «О-О-О...»



Волк сердито рычит:
«Ы-Ы-Ы!»



Упражнение «Мельница»

Ноги на ширине плеч, руки – в стороны, наклоняемся в стороны.

Правая рука касается пола, левая рука поднята над головой. И наоборот. При наклоне выдыхаем воздух со звуком «Ж – Ж – Ж».

Упражнение «Дровосек»

Исходное положение: ноги на ширине плеч, руки опущены вдоль туловища.

Представьте, что вы взяли в руки топор, высоко подняли его над головой, глубоко вдохнули и на выдохе опустите «топор», совершая наклон вниз и вперед.

При этом надо произносить: «Раз!».

Упражнение «Самолет»

Ноги на ширине плеч. Руки разведены в стороны на уровне груди.

Отправляем самолет в полет: поднимаем то одно «крыло», то другое вверх.

При этом на выдохе произносим длительно звук «У – у – у»

Упражнение «Качу-стучу»

Для этого упражнения лучше использовать предмет цилиндрической формы, его можно и катать и по нему же стучать.

Катаем ногой цилиндр и поем негромко: «У-у-у-у» – качу-качу.

Переворачиваем цилиндр плоской поверхностью вверх-вниз и стучим ним об пол, произнося громко и раздельно: «У – У – У – У» – стучу-стучу.

Упражнение «Пчела»

Жужжим как пчела, изменяя на одном выдохе громкость голоса – пчела далеко – жужжим тихо, пчела подлетает ближе – громкость увеличивается, пчела улетает – громкость снова уменьшается «Ж – Ж – Ж – Ж – Ж – Ж – Ж – Ж – Ж».

Подготовила: учитель-логопед Жданова О.А.