

# Роботу розробила Крайник Олена Вікторівна

## РОЗВИВАЄМО МОВЛЕННЄВЕ ДИХАННЯ

Одні діти говорять тихо, інші — прямо-таки кричать. Зауваження не допомагають змінити гучність, або це вдається, але на дуже короткий проміжок часу. Деяким дітям можна бути ораторами, тому що розповідають дуже чітко, виразно, зрозуміло — приємно послухати. Інші не вміють навіть заучений вірш виразно розповісти на ранку. І скільки не прикладати зусиль — усе марно. Уважається, що не дано. Чи так це?

Якість мовлення, його гучність, плавність, інтонаційна виразність багато в чому залежать від мовленнєвого дихання. Неможливо вимовити жодного звуку, не залучивши до роботи дихальну систему. Фізіологічне дихання ми не контролюємо, воно відбувається рефлекторно, безупинно. Вдих і видих відбуваються через ніс, і за тривалістю ці процеси є однаковими. Мовленнєве дихання істотно відрізняється. По-перше, воно контролюється нашою свідомістю; по-друге, вдих відбувається через ніс, а видих — через рот, вдих дуже короткий, а видих досить довгий, між вдихом і видихом передбачається пауза. Крім усього переліченого вище важливим є те, що мовленнєвого дихання можна навчитися.

Послухайте, як дихає ваша дитина, чи не утруднене в неї носове дихання, чи не доводиться дитині тримати рот відкритим. Ротова порожнина виконує відразу три функції: механічне оброблення їжі, звукоутворення й дихання.



Перед проведенням дихальної гімнастики необхідно втерти пил у приміщенні, провітрити його, якщо в будинку є зволожувач повітря, то скористатися ним. Вправи рекомендується виконувати у вільному одязі, що не стискає рухів.

Дихальну гімнастику не рекомендується проводити після щільної вечері або обіду. Краще, щоб між заняттями й останнім прийманням їжі минула хоча б година, ще краще, якщо заняття проводяться натще.

Під час проведення ігор, спрямованих на розвиток у дитини дихання, необхідно мати на увазі, що дихальні вправи швидко стомлюють дитину, навіть можуть викликати запаморочення. Тому такі ігри необхідно обмежувати за часом.

Дихальні вправи можна проводити й під час купання дитини. Зробіть паперовий кораблик, покажіть, як він може плисти по хвилях за допомогою видихуваного через рот повітря. У ньому можна перевозити пасажирів – дрібні іграшки або вантажі з одного берега ванни на протилежний. Можна взяти гумову качку з каченятами. «Мама вже вийшла на берег, кличе своїх дитиночок, які ще купаються». Попросіть дитину допомогти малятам дістатися берега, підігнати їх вітерцем.

Багато дітей уміють пускати сік через трубочку. Для чого це вона може придатися? У неї можна подумати, створюючи спрямований струмінь повітряного потоку. А щоб це було наочно, налийте в чашечку води, опустіть туди трубочку, і дозвольте дитині створити «бурю в скляниці». Спочатку запропонуйте їй трубочку з більшим діаметром (0,5 см), поступово зменшуючи його до мінімального. Коли ця вправа виходитиме досить добре, дайте дитині дві склянки: в одну з них налейте води до половини, а в другу – майже до країв.

Нехай спробує тепер подумати через трубочку так, щоб вода не розплескалася в жодній зі склянок.



Якщо у воду додати трішки рідини для миття посуду й запропонувати дитині чарівну паличку (трубочку), то можна зробити цілу скарбницю морської піни, можна з неї надувати мильні бульбашки, які так подобаються дітям.

До речі, про мильні бульбашки. З ними теж можна пограти. Це дуже гарна вправа для розвитку довгого видиху через рот, оскільки вої витрати повітря. Навчіть дитину надувати багато маленьких бульбашок – так виробляється спрямованість повітряного потоку. Можна дати трубочки декільком дітям, щоб пограти в гру «Хто надує найбільшу куляю».

Якщо в дитини поки не виходить упоратися із цим завданням, відкладіть його на деякий час. Натомість запропонуйте іншу гру. Дорослий надуває дві куляки, а діти їх піддувають, щоб вони не впали. Чия куляка полетить найвище?

Навесні, під час цвітіння кульбаб; коли вони стають пухнатими, саме час займатися на вулиці. Можна просто здувати парашутики. Можна пограти в гру «Баба або дід». Якщо за один раз удається здути всі парашутики й кульбаба залишається лисою, це виходить «дід», якщо трохи «волосків» залишається, вийшла «баба». Отже, один із гравців загадує, хто вийде, а другий думляє на кульбабу. Якщо відгадав, міняються ролями. Ця гра корисна тим, що дитина вчиться використовувати певну силу видиху, адже потрібно намагатися виграти.

Улітку багато батьків везуть дітей до моря. Звісно ж, беруть із собою надувні кола, плавці, жилети, м'ячі. Нехай дитина вам допоможе надути хоча б щось одне.

На прилавках наших магазинів продається безліч надувних іграшок: зайці, тигри, півники тощо.

Медорога яскрава іграшка має властивість періодично здуватися. Розкажіть дитині, начебто «звірі схудли», у них зникли «животики», вони, вочевидь, «занедужали» і їм необхідно «полікувати», «погодувати», тобто надути. Нехай дитина стане лікарем Айболитом і надує їх.



Дуже важко дихати ротом у момент пережовування їжі – це зрозумів із власного досвіду кожний. Те саме відбувається й з мовленням. Можна промовляти звуки, але виразність зникне, бракуватиме об'єму вдихуваного повітря для вимовляння довгої фрази, або виголошувати її на вдиху, звідси виникає «захливання», судорожні зупинки. Тількино говорити взагалі неможливо.

Дитині можна пояснити це так. Повітря, що видихається з ротику, виштовхує, виганяє звук із ротику назовні. Якщо йому перешкоджають щічки (дуже часто діти в момент мовлення надувають щічки, особливо, вимовляючи шиплячі), звук залишиться в будиночку, і його буде погано чути. А якщо повітря побіжить у горлечко, його взагалі ніхто не почує і не зрозуміє, що ти намагався сказати. Тому важливо навчитися виганяти голос із рота.

Порушення мовленнєвого дихання можуть бути наслідком загального ослаблення, аденоїдних розрощень, різних серцево-судинних захворювань тощо. Але найчастіше це невміння пов'язане з неправильним вихованням, недостатньою увагою батьків до мовлення дітей. Якщо ваша дитина говорить тихо, отже, у неї є недостатній обсяг вдихуваного повітря. Якщо вона не може вимовити довгу фразу до кінця, якщо останні слова вимовляються майже пошепки, отже, вона нерационально використовує видихуване повітря. Якщо дитина говорить швидко, не дотримуючи логічних пауз, отже, її видих дуже короткий, вона поспішає встигнути домовити фразу до кінця, не звертаючи уваги на відсутність інтонації.

Беручись до розвитку в дитини мовленнєвого дихання, необхідно, насамперед, сформувати правильний ротовий видих. Яким він повинен бути? Повітря має виходити спокійно, плавно, без ривків. Туби складаються з трубочкою, але не стискаються. Не повинні роздуватися щічки, потік повітря не повинен рухатися через ніс. Якщо це відбувається, слід затиснути дитині ніздрі, неха сама собі надавить пальчиками на щічки.



Повітряні кулі - завжди свято для дітей. Надувати їх - не така вже проста робота. Вдухати потрібно швидко, через ніс, видихати повільно, із силою, через рот, випус-каючи все повітря, що є в легенях. Хіба все це не нагадує мовленнєве дихання? Так чому б не потренуватися?

Якщо в дитини запитати, яке свято вона найбільше любить, вона відповість: «День народження». Звісно, саме його й кожного іншого. Запропонуйте влаштувати це свято для якої-небудь іграшки. Завітали гості, подарували подарунки, сіли за стіл і от, нарешті, усі дочекалися святкового торта (це може бути зефір, безе або куполо подібна цукерка). Чим він відрізняється від звичайного торта? Тим, що на ньому є свічки. Вам потрібно їх запалити, а дитині - згасити. Завдання можна давати різне: задіти все одним видихом, задіти по черзі жовту, синю, потім червону свічу. Найскладнішим завданням є подіти на вогонь так, щоб він не потух, а тільки відхилився. Дітям подобається гасити свічі, але не перестарайтеся. Пам'ятайте, що дихальні вправи швидко стомлюють, викликають запаморочення, тому потрібно вчасно зупинити гру.

Щойно дитина опанує технологію правильного видиху, можна переходити до промовляння звуків. Спочатку навчіть дитину промовляти голосні, потім - приголосні, потім переходьте до складів, слів і, нарешті, фраз.



# ВОДУВІТАЄ ЯБЛУНЯ

Із двостороннього паперу рожевого кольору виріжте багато маленьких кружечків — це пелюстки квіток яблуні. Зробіть із них зірку. Це крона «дерева», що квітне. Поясніть дитині, що «дерево відувітає», і «пелюстки» повинні «обпасти». Нехай вона допоможе «яблуньці» скинути «пелюстки» на підлогу.



# ТОПОЛАНЬКА ПУХ

Розсипте на столі ватяні кувальки. Поясніть дитині, що тополаний пух насправді не такий. Він не повинен стати покривалом на столі, тобто слід зібрати в одну кучку всі ватяні кувальки, підсуваючи їх. У цьому випадку виробляється не тільки ротовий видих, але й спрямований повітряний струмінь.



# ОСЕННЯ ЛИСТОЧКИ



Виріжте із двостороннього паперу жовтого й жовтогарячого кольору маленькі листочки.

Розкладіть їх на столі. Дитина грає роль вітру. Запропонуйте їй здути зі столу всі листочки.

Можна вирізати два види листочків: кленові й дубові. Запросіть до виконання завдання двох ді-

тей. Коли всі листочки опиняться на підлозі, нехай зберуть їх у кошики. Одна дитина збирає кленові, друга - дубові листочки або одна - жовті, друга - жовтогарячі.







# СНІГ ЛІТАЄ



Зробіть разом із дитиною ватяні кульки, складіть їх у відро і, висипаючи на стіл, створіть «снігопад».

Рантом «подув вітер» (його роль грає дитина) і «здув увесь сніг із дороги» (зі столу). Не забудьте потім зібрати «сніг» у відро.



# ЗДУЇ КУЛЬКУ

Запропонуйте малюкам пограти в таку гру: стоячи на килимі, потрібно розвести руки в сторони – вийшла «кулька», потім тривалий час вимовляти звук [ф], одночасно зводячи руки перед собою – «кулька здувається». Наприкінці потрібно обхопити себе за плечі – «кулька здулася».



# ХОР

Покажіть картинку із зображенням дівчаток, які співають. Кожна з них має свою артикуляцію: велике коло - [а], маленьке коло - [в], півколо-[и], прямокутник - [і], овал - [о].

Нехай дитина догадається, хто з них який звук співає. Проспівайте разом із дитиною кожний звук. Можна проспівати хором кожний свій.

Якщо на уроці присутні кілька дітей, то вони можуть помагатися, хто з них зможе довше протягнути заданий звук.



# МЕТЕЛИК ЛЕТАТЬ!

Для проведення цієї гри вам знадобляться три метелики, вирізані з паперу. Приклейте до них нитку завдовжки 25-30 см. Потім нитки від кожного метелика приклейте на одній смужці паперу.

«Подивися, дитино, які метелики! Гарні? Цікаво, вони вміють літати? Давай подуємо на них.

Дивися, летять! А в тебе так вийде? Давай думатимемо разом і подивимось, чий метелик полетить вище. А тепер давай перевіримо, чий метелик літатиме найдовше».



# ВІТЕРЕЦЬ

Вам знадобиться аркуш паперу, розрізаний на тонкі смужки (не до кінця). Якщо на нього подути, вони ворухнуться. Гра проводиться за тим самим принципом, що й попередня.

«Подивися, дитино, яка травичка! Тарна? Цікаво, вона всіє рухатись? Давай уявимо що ти вітер і подуємо на неї. Дивися, рухається! А в тебе так вийде? Давай думатемо разом і подивимось, чи гарно буде рухатись травичка. А тепер давай перевіримо, чий вітерець сильніше дме».



# ЗМІЯ

Дайте дитині іграшку — змію.  
Змія повзе по доріжці й сичить:  
«Ш-ш-ш!»



# НАСОС

Гра проводиться на підлозі й супроводжується рухами, що імітують накачування колеса за допомогою насоса. Спочатку потрібно набрати повні груди повітря через ніс, а потім повільно видихнути через рот і вимовити при цьому звук [с-с-с].



# ВЕСЕЛА ПІСЕНЬКА

«До нас у гості завітала лялька Марічка й пропонує проспівати з нею пісеньки». Ня-ля!  
Ня-ля-ля! Ня-ля-ля-ля! Ня-ля-ля-ля-ля!

Під час співу стежте, щоб запропонована кількість складів співалася на одному видиху.

Дітям можна запропонувати й рухливі ігри. Щоправда, у такому випадку важко проконтролювати дихання дітей. Але, якщо дітей небагато, варто спробувати.





# ВЕСЕЛА ПОДОРОЖ

«Ми вирушаємо подорожувати. Спочатку сядемо в машину й поїдемо (бі-бі-бі), потім потчимося на поїзді (ту-ту-ту), назад попливемо на човні (буль-буль-буль), а далі побіжимо до будинку (хе-хе-хе)». Усе проводиться з імітацією рухів, щоб дитина звикла до спонтанного мовленнєвого дицання.



# КВІТЧКА

## Квіточка

Підносимо до дитини уявну квіточку. Вдихаємо носиком і кажемо: «Ах!»



# КУЛЬКА

## Кулька

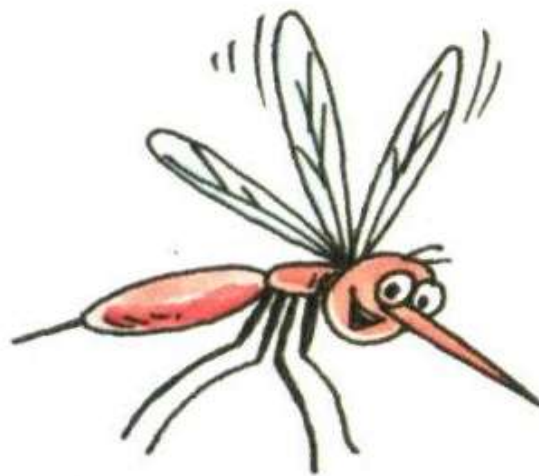
Долоньки малюка міцно притиснуті одна до одної. Промовляємо: «Ш-ш-ш» — і долоньки розходяться, показуючи, як «надувається» кулька. Ось яка кулька вийшла!



# КОМАРИК

## Комарик

Попросіть малюка підняти вказівний палець і виконати спіралеподібні рухи, вдаючи політ комарика. При цьому малюк промовляє: «З-З-З». Вправа закінчується плеском у долоні: «Зловили комарика!»



# СВІЧКА

## Свічка

Тримайте перед дитиною запалену свічку. Попросіть малюка загасити її. Кожного разу збільшуйте відстань між дитиною та свічкою.

Другий варіант гри: намалюйте на тонкому аркуші свічку з полум'ям, виріжте її. Попросіть малюка дути на паперову свічку, щоб «полум'я» колівалося.



# ВЕДМЕДИК

## Ведмедик

Ручки в сторони. Ідемо перева-  
люючись, як ведмедик, і промовляє-  
мо: «Ух!.. Ух!..»



# СЛОН

## Слон

Руки складені разом і витяг-  
нуті вперед (вдаємо хобот сло-  
на). Декілька разів нагинаємося  
вперед, а потім випрямляємося.  
На кожний нагин промовляємо  
почергово один зі складів: «ха»,  
«хо», «ху», «хі».





Березівська спеціальна  
загальноосвітня школа - інтернат  
I-III ступенів  
Житомирської обласної ради

Розвиваємо  
мовленнєве дихання

БЕРЕЗІВКА - 2012

