

Комплекс дыхательных упражнений (статические):

1. И. п. – стоя, ноги слегка расставлены, руки вдоль туловища. Поворот головы вправо-влево. Одновременно с каждым поворотом делать короткий, шумный вдох носом (как ёжик). Выдох мягкий, произвольный через открытые губы. Повторить 4-6 раз.
2. И. п. – стоя, ноги слегка расставлены, руки вдоль туловища. Полный выдох через нос, втягивая живот и межрёберные мышцы. Губы сложить трубкой, резко втянуть воздух, заполнить лёгкие до отказа. Сделать глотательное движение. Пауза в течение 2-3 сек, затем поднять голову вверх и выдохнуть воздух через нос плавно и медленно. Повторить 4-6 раз.
3. И. п. – тоже. При наклоне головы к груди сделать вдох носом, напрягая носоглотку. Поднять голову вверх и спокойно выдохнуть воздух через нос, пуская мыльные пузыри. Не опуская головы, сделать вдох носом, напрягая мышцы. Выдох спокойный, через нос с опущенной головой. Повторить 3-5 раз
4. И. п. – стоя, ноги врозь, руки соединить перед грудью, сжав кулаки. Выполнить наклоны вперёд - вниз и при каждом пружинистом наклоне делать порывистые вдохи – дышать как «насос». Выдох произвольный. Повторить 5-7 наклонов.

Комплекс дыхательных упражнений (динамические):

1. И. п. – сидя, руки поднять, ладони на уровень лица, локти опустить. Делать короткий шумный активный вдох носом и одновременно сжимать кулаки. Выдох плавный, свободный через нос или через рот, пальцы разжать, кисти рук расслабить.
2. И. п. – стоя, руки опущены, ноги слегка расставлены. Слегка наклониться вперед, округлить спину, опустить голову и руки. Сделать короткий шумный вдох в конечной точке поклона ("понюхать пол"). Затем плавно, свободно выдыхая через нос или рот, вернуться в исходное положение.
3. И. п. – сидя, ногами обхватив ножки стула, руки поставить на пояс. Вдохнуть, медленно повернуть туловище в сторону; на выдохе показать, как звенит комарик - «з-з-з»; быстро вернуться в исходное положение. Новый вдох - и поворот в другую сторону.
4. И. п. – стоя, руки в стороны, одну ногу, согнув в колене, вынести вперед и зафиксировать положение на несколько секунд – вдох,

удерживая равновесие; на выдохе опустить ногу и руки, тихо произнося «ш-ш-ш» (6-8 раз).

Комплекс общей артикуляционной гимнастики:

1. «Окошко»

Рот широко раскрыть («жарко»), удерживать на медленный счет до 5. Спокойно закрыть рот («холодно»). Чередовать раскрытие-закрытие

2. «Заборчик»

Улыбнуться, показать зубки («заборчик»), удерживать на медленный счет до 5. Улыбка очень активная. Следить, чтобы ее ширина не уменьшалась и не было асимметрии.

3. «Часы» («Маятник»)

Рот раскрыт. Язык движется влево-вправо, точно прикасаясь кончиком то к левому, то к правому углу рта (качается маятник у часов). В медленном темпе. Язык не должен прикасаться к губам. Под счет до 5-10.

4. «Вкусное варенье»

Рот в широкой улыбке. Широким языком облизнуть верхнюю губу движением сверху вниз. При этом язык принимает форму чашечки. Не выходить за край верхней губы.

5. «Чашечка»

Рот широко раскрыт. Язык в форме чашки (широкий кончик и боковые края языка загнуты кверху). Удерживать на медленный счет до 5-10. Язык не должен дрожать или его кончик опускаться вниз.

6. «Качели»

Рот раскрыт. Язык движется вверх-вниз, прикасаясь кончиком: - то к верхней, то к нижней губе; -то к краю верхних резцов, то к краю нижних резцов; -то к альвеолам за верхними резцами, то к основаниям нижних резцов.

7. «Маляр»

Рот широко раскрыть. Поставить кончик языка на альвеолы. Язык движется от альвеол кзади, вглубь рта. Пытаться дотягиваться до неба максимально долго. Не делать пауз, не отдыхать. Повторить 10-20 раз в медленном темпе.

8. «Блинчик»

Положить широкий плоский язык на нижнюю губку. Кончик не высовывается за губу. Удерживать на медленный счет до 5-8. Следить, чтобы язык не дергался, не «уползал» с губы и чтобы нижняя губа не подворачивалась.

9. «Месим тесто» («Накажи непослушный язык»)

Пошлепать язык губами: «пя-пя-пя», затем покусать язык зубками, выдвигая его изо рта и втягивая, повторить 5-6 раз.

10. «Киска сердится – киска, опусти спинку»

Рот раскрыт. Упереть кончик языка в нижние зубы, а спинку выгнуть горкой. Не меняя положения кончика языка, опустить спинку языка вниз. Повторить чередование несколько раз, фиксируя внимания на произвольном удержании спинки в нижнем положении. Рот не закрывать.

11. «Лошадка»

Рот в широкой улыбке. Медленно щелкать языком, с силой растягивая уздечку языка. Язык должен присосаться широким, его кончик точно за верхними резцами на альвеолах. Повторить 5-10-20 раз.

12. «Барабан»

Рот широко раскрыт. Поставить кончик языка на альвеолы. Язык напряжен, работает только кончик языка – с силой стучит по альвеолам: д-д-ддд, д-д-ддд. Воздух выдыхается сильными толчками. Движения кончика языка очень небольшой амплитуды и очень точные.

13. «Грибок»

Улыбнуться, с силой присосать язык к небу. Кончик языка – на альвеолах, уздечка языка сильно натянута, рот широко раскрыт. Удерживать язык в таком положении на медленный счет до 5-10-20.

Комплекс специальной артикуляционной гимнастики (специально для постановки звуков [р], [р'], [ш], [ж], а также [л]):

1. «Вкусное варенье»

Рот в широкой улыбке. Широким языком облизнуть верхнюю губу движением сверху вниз. При этом язык принимает форму чашечки. Не выходить за край верхней губы.

2. «Индюк»

Широким языком быстро двигать вперед-назад по верхней губе: «бл-бл-бл-бл». Движения очень точные. За край верхней губы не выходить.

3. «Чашечка»

Рот широко раскрыт. Язык в форме чашки (широкий кончик и боковые края языка загнуты кверху). Удерживать на медленный счет до 5-10. Язык не должен дрожать или его кончик опускаться вниз.

4. «Киска сердится – киска, опусти спинку»

Рот раскрыт. Упереть кончик языка в нижние зубы, а спинку выгнуть горкой. Не меняя положения кончика языка, опустить спинку языка

вниз. Повторить чередование несколько раз, фиксируя внимания на произвольном удержании спинки в нижнем положении. Рот не закрывать.

5. «Пароходик»

Губы улыбаются. Произносить длительно «Ы-Ы-Ы», одновременно плавно придвинуть к резцам кончик языка и прикусить его, в этот момент слышится звук, похожий на «Л-Л-Л»

6. «Поймаем мышку» («Самолетик»)

Губы улыбаются. Произнести «А-А-А» и прикусить широкий кончик языка (поймали мышку за хвостик). Не допускать выдвигания губ вперед.

7. «Грибок»

Улыбнуться, с силой присосать язык к небу. Кончик языка – на альвеолах, уздечка языка сильно натянута, рот широко раскрыт. Удерживать язык в таком положении на медленный счет до 5-10-20.

Комплекс упражнений на развитие высоты, силы, тембра голоса.

1) И.п. стоя, ноги на ширине плеч, руки в замке над головой. Вдохнуть через нос, слегка прогнувшись назад. Наклоняясь вперед, медленно выдохнуть. При этом произносить каждый раз новый гласный: «а», «о», «у», «ы», «э».

- «А» — руки вверх.
- «О» — руки кольцом перед собой.
- «У» — руки рупором.
- «Ы» — руки овалом впереди.
- «Э» — руки овалом сзади

2) Произносить на выдохе нараспев слова, пословицы, поговорки, которые насыщены гласными звуками, требующими широкого раскрытия рта. Например:

Мы в лес пойдем (Дети поднимают руки в стороны и вверх)

Детей позовем: «Ау! Ау! ». (Делают руки рупором)

Взял я лук и крикнул:

«Эх! Удивлю сейчас я всех!».

Натянул потуже лук,

Да стрела застряла вдруг!

И вокруг сказали все:

«Э__ э__ э__ э».

3) Сидя или стоя считать до 5 (10), с постепенным понижением силы голоса (от громкого до тихого), представляя, что спускаешься с верхнего этажа в подвал (и наоборот).

4) Чтение стихотворения с изменением силы голоса с каждым куплетом. Смысловое содержание каждого куплета соответствует рекомендуемому изменению силы голоса, что облегчает его правильную подачу.

Была тишина, тишина, тишина...(Почти без голоса, одной артикуляцией).

Вдруг грохотом грома сменилась она. (Шепотом)

И вот уже дождик тихонько — ты слышишь? (Голосом разговорной громкости).

Закрапал, закрапал, закрапал по крыше.

Наверно, сейчас барабанить он станет.

Уже барабанит. Уже барабанит! (очень громко).

5) Стоя разводить опущенные руки в стороны и произносить низким голосом: «О». Руки у груди, средним, нормальным голосом: «О». Руки вверх, высоким голосом: «О». Так же повторить с другими гласными и в сочетаниях с согласными типа «та—то—ту».

6) Чтение стихотворного материала, связанного с изменением высоты голоса.

Летит поезд во весь дух:

—Ух! Ух! Ух! (Произносят высоким голосом, делая круговые движения согнутыми в локтях руками).

Загудел тепловоз:

«У-у-у-у». (Низким голосом, останавливаются и гудят).

Домой деток повез:

«Ду-ду-ду ». (Приседают).

«Ой! — воскликнул окунек,

— Я попался на крючок». Произносят высоким голосом.

Сом сердито проворчал:

«Из-за шалости попал». Низким голосом.

Маленькие ножки.

Бежали по дорожке:

Топ! Топ! Топ! (Высоким голосом с одновременным легким ритмичным постукиванием двумя пальцами).

Большие ноги –

Шли по дороге:

Топ! Топ! Топ! (Низким голосом, темп речи замедлен, пальцы тяжело стучат по столу).

Конспект занятия на развитие речевого дыхания, дикции, голоса в старшей группе.

«Звонкоголосики»

Цель: Развивать речевое дыхание, правильную артикуляцию, дикцию, силу голоса.

Задачи:

- Активизировать мышцы губ;
- Работать над развитием речи детей;
- Сохранять творческий характер театрализованной деятельности, побуждать детей с помощью жестов, мимики, движений стремиться к созданию целостного художественного образа.

Ход работы:

Воспитатель: Ребята, сегодня мы с вами отправимся в путешествие.

Предлагает детям построиться «Паровозиком».

Воспитатель: Стучат, стучат колесики,

Грохочет паровоз,

Он в «Звонкоголосики»

Всех ребят привез.

Воспитатель: Сегодня мы с вами побываем на станции под названием «Звонкоголосики». Что бы наше путешествие было интересным, нужно обязательно сделать гимнастику для языка и губ.

Артикуляционная гимнастика:

Скажем волшебные слова «Чоки – чоки- чоки-чок! Поработай язычок!»

1. «Качели». Рот слегка приоткрыт. Кончиком языка касаемся то верхней, то нижней губы.

2. «Часики». Рот приоткрыт. Кончиком языка поочередно касаемся левого и правого уголка губ.

3. «Лошадка». Улыбнуться, открыть рот и пощёлкать кончиком языка («лошадка цокает копытами»). Обратите внимание! Упражнение сначала выполняется в медленном темпе, а затем темп убыстряется («лошадка поскакала быстрее»). Нижняя челюсть не двигается, работает только язык.

4. «Грибок». Улыбнуться, широко открыть рот, присосать язык к нёбу, чтобы подъязычная связка была натянута («ножка гриба»). Удерживать в таком положении 5-10 секунд. Обратите внимание! Если имеются затруднения выполнить это упражнение, то необходимо вернуться к упражнению

«Лошадка». Щёлкать языком, постепенно замедляя темп («лошадка идёт медленно») и присасывать язык к нёбу.

Воспитатель: На станции «Звонкоголосики» очень весело и интересно. Можно играть в различные игры.

Игра «Гудок».

Цель. Учить детей менять силу голоса от громкого к тихому. Выработка умения регулировать силу голоса.

Подготовительная работа. Подготовить картинку с изображением паровоза.

Краткое описание:

Дети становятся в один ряд лицом к воспитателю и поднимают руки через стороны вверх до встречи их ладонями. Затем медленно опускают через стороны вниз. Одновременно с опусканием рук дети произносят звук (У) сначала громко, а затем постепенно все тише (паровоз удаляется). Опустив руки, замолкают.

Методические указания. Сначала упражнение показывает сам педагог, затем он вызывает двух детей, которые изображают гудок вместе с ним. Остальные дети делают только движения руками. Потом в игре принимает участие вся группа.

Воспитатель: На станции «Звонкоголосики» живут зверята. Посмотрите, кто? (на столе игрушки - животные). Давайте позовем их играть с нами!

Игра «Идите с нами играть»

Цель. Учить детей говорить громко. Выработка умения пользоваться громким голосом.

Подготовительная работа. Подобрать игрушки: мишку, зайку, лису.

Краткое описание:

Дети сидят полукругом. Взрослый на расстоянии 2-3 м от детей расставляет игрушки и говорит: «Мишке, зайке и лисичке скучно сидеть одним. Позовем их играть вместе с нами. Чтобы они нас услышали, звать надо громко, но не кричать, вот так: «Миша, иди!» Дети вместе с воспитателем зовут мишку, лису, зайку, потом играют с ними.

Методические указания. Следить, чтобы дети, когда зовут игрушки, говорили громко, а не кричали.

Воспитатель: А теперь, ребята, давайте поиграем вместе со зверями!

Физкультминутка «Мы тоже можем так»

Пастух в лесу трубит в рожок-

Пугается русак.

Сейчас он сделает прыжок...

Мы тоже можем так.

(Дети приседают на корточки, поднимают руки к голове, указательные пальцы вверх, изображают заячьи уши. Прыжки на месте.)

Идет медведь, шумит в кустах,

Спускается в овраг...

На двух ногах, на лапах двух.

Мы тоже можем так.

(Дети становятся на четвереньки, двигаются сначала в одну сторону, затем в другую).

Воспитатель: На станции «Звонкоголосики» живет и кукла Катя.

Игра «Не разбуди Катю»

Цель. Учить детей говорить тихо. Воспитание умения пользоваться тихим голосом.

Подготовительная работа. Взрослый приготавливает куклу с закрывающимися глазами, кровать с постельными принадлежностями; мелкие игрушки, например кубик, машинку, башенку и др., а также коробку для игрушек.

Краткое описание:

Педагог ставит к себе на стол кровать со спящей куклой и говорит: «Катя сначала играла, а потом гуляла и устала. Пообедала и уснула. А нам надо убрать игрушки, но только тихо, чтобы не разбудить Катю. Идите ко мне, Настя и Ваня. Настя, скажи тихо Ване, какую игрушку надо убрать в коробку». Так педагог вызывает всех детей по двое, и они убирают игрушки, расставленные на столе.

Методические указания. Следить, чтобы дети говорили тихо, но не шепотом.

Воспитатель: На станции «Звонкоголосики» обитает много птиц.

Игра «Чья птичка дальше улетит?»

Цель. Добиваться от каждого ребенка умения делать длительный, непрерывный, направленный выдох. Воспитание длительного направленного ротового выдоха.

Подготовительная работа. Педагог вырезает из тонкой бумаги птичек и ярко раскрашивает.

Краткое описание:

На двух столах ставят птичек (у самого края стола) на расстоянии не менее 30 см друг от друга. Вызывают четверых детей, каждый садится напротив птички. По сигналу «птички полетели» дети дуют на фигурки, остальные следят, чья птичка дальше улетит.

Методические указания. Следить, чтобы дети не надували щеки, когда будут дуть на бумажных птичек. Продвигать фигурку можно лишь на одном

выдохе. Сначала это показывает воспитатель, предупредив, что дуть на птичку несколько раз подряд нельзя.

Игра: «Скажи быстро»

Воспитатель медленно произносит скороговорку: «Шесть мышат в камышах шуршат». Дети повторяют ее сначала медленно, затем постепенно темп увеличивается. При этом нужно следить за точной артикуляцией буквы ш.

Воспитатель: Предлагает детям построиться «Паровозиком».

Воспитатель: Стучат, стучат колесики,

Грохочет паровоз,

Он в Детский сад веселый,

Всех ребят привез!

Воспитатель: Вот и подошло к концу наше путешествие. Какое у вас настроение? Что вам понравилось, запомнилось?