

ДЫШИМ ПРАВИЛЬНО – ГОВОРИМ ЛЕГКО!





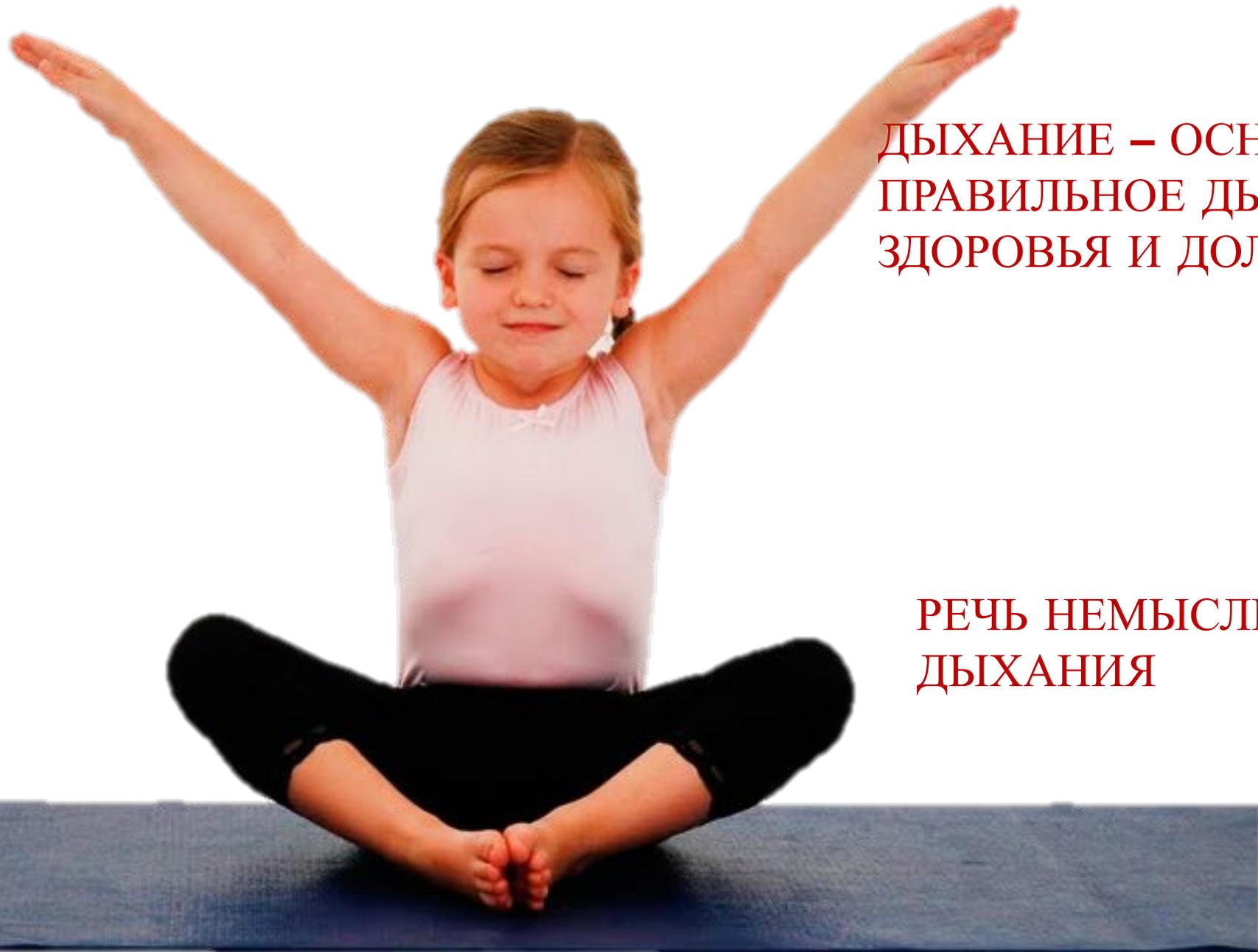
ДЫХАНИЕ – ОСНОВА ЖИЗНИ.
ПРАВИЛЬНОЕ ДЫХАНИЕ – ОСНОВА
ЗДОРОВЬЯ И ДОЛГОЛЕТИЯ

(К. С. СТАНИСЛАВСКИЙ)



РЕЧЬ НЕМЫСЛИМА БЕЗ РЕЧЕВОГО
ДЫХАНИЯ

(Л. С. ВЫГОТСКИЙ)



ДЫХАНИЕ – ОСНОВА ЖИЗНИ.
ПРАВИЛЬНОЕ ДЫХАНИЕ – ОСНОВА
ЗДОРОВЬЯ И ДОЛГОЛЕТИЯ

(К. С. СТАНИСЛАВСКИЙ)

РЕЧЬ НЕМЫСЛИМА БЕЗ РЕЧЕВОГО
ДЫХАНИЯ

(Л. С. ВЫГОТСКИЙ)





**ХАНИЕ – СПОСОБНОСТЬ
ДЕКА В ПРОЦЕССЕ
АНИЯ СВОЕВРЕМЕННО
ОДИТЬ КОРОТКИЙ,
НО ГЛУБОКИЙ ВДОХ И
ПО РАСХОДОВАТЬ ВОЗДУХ
РИ ВЫДОХЕ.**

ТИПЫ ДЫХАНИЯ:

1. ВЕРХНЕЕ ДЫХАНИЕ (КЛЮЧИЧНОЕ)

**2. СРЕДНЕЕ ДЫХАНИЕ
(ГРУДНОЕ И РЕБЕРНОЕ
ИЛИ МЕЖРЕБЕРНОЕ)**

**3. НИЖНЕЕ ДЫХАНИЕ
(БРЮШНОЕ ИЛИ ГЛУБОКОЕ,
ИЛИ ДИАФРАГМАЛЬНОЕ)**



РЕЧЕВОЕ ДЫХАНИЕ ДОШКОЛЬНИКОМ ВКЛЮЧАЕТ В СЕБЯ:

ОЧЕНЬ СЛАБЫЙ ВДОХ И
ВЫДОХ

ТИХАЯ, ЕДВА
СЛЫШИМАЯ РЕЧЬ

ОЧЕНЬ СЛАБЫЙ ВДОХ И
ВЫДОХ

ТИХАЯ, ЕДВА
СЛЫШИМАЯ РЕЧЬ

НЕЭКОНОМНОЕ И НЕРАВ-
НОМЕРНОЕ РАСПРЕДЕ-ЛЕНИЕ
ВЫДЫХАЕМОГО ВОЗДУХА

«ПРОГЛАТЫВАНИЕ»
КОНЦА СЛОВА ИЛИ
ФРАЗЫ

НЕУМЕЛОЕ РАСПРЕДЕЛЕНИЕ
ДЫХАНИЯ ПО СЛОВАМ

РЕБЕНОК ВДЫХАЕТ
СЕРЕДИНЕ СЛОВА



РЕЧЕВОЕ ДЫХАНИЕ ДОШКОЛЬНИКОВ МОЖЕТ ВКЛЮЧАТЬ В СЕБЯ:

ТОРОПЛИВОЕ
ПРОИЗНЕСЕНИЕ ФРАЗ,
БЕЗ ПЕРЕРЫВА И НА
ВДОХЕ

РЕЧЬ
«ВЗАХЛЕБ»

НЕРАВНОМЕРНЫЙ
ТОЛЧКООБРАЗНЫЙ ВЫДОХ

РЕЧЬ ЗВУЧИТ ТО
ГРОМКО, ТО
ТИХО

СЛАБЫЙ ВЫДОХ ИЛИ НЕ
ПРАВИЛЬНО
НАПРАВЛЕННАЯ
ВЫДЫХАЕМАЯ
ВОЗДУШНАЯ СТРУЯ

ИСКАЖЕНИЕ
ЗВУКОВ

ПРОСЛУШАЙТЕ
СВОЮ РЕЧЬ



ЭТАПЫ ФОРМИРОВАНИЕ РЕЧЕВОГО ДЫХАНИЯ

1. ФОРМИРОВАНИЕ ДИАФРАГМАЛЬНОГО ДЫХАНИЯ

РЕКОМЕНДУЕМЫЕ УПРАЖНЕНИЯ И ИГРЫ: «БЕГЕМОТИК», «КАЧЕЛИ», «ЧАСИКИ» И ДР.



2. ВЫРАБОТКА БОЛЕЕ ДЛИТЕЛЬНОГО ВДОХА И БОЛЕЕ ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОГО ВЫДОХА ЧЕРЕЗ РОТ ВЫЛЕТАЕТ ОТДЕЛЬНО

РЕКОМЕНДУЕМЫЕ ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ: НАДУВАНИЕ ВОЗДУШНОГО ШАРИКА, ИГРА НА ДЕТСКИХ ДУХОВЫХ ИНСТРУМЕНТАХ (ДУДОЧКА, СВИСТУЛЬКА, ГУБНАЯ ГАРМОШКА), «ВОЗДУШНЫЙ ФУТБОЛ», «ЛИСТОПАД», «СНЕГОПАД», «КОРАБЛИК» И ДР.



ПАРАМЕТРЫ ПРАВИЛЬНОГО РОТОВОГО ВЫДОХА:

- ❑ ВЫДОХУ ПРЕДШЕСТВУЕТ СИЛЬНЫЙ ВД
НОС
- ❑ ВЫДОХ ПРОИСХОДИТ ПЛАВНО, А НЕ Т
- ❑ ВО ВРЕМЯ ВЫДОХА ГУБЫ СКЛАДЫВАЮТ
ТРУБОЧКОЙ
- ❑ ВО ВРЕМЯ ВЫДОХА ВОЗДУХ ВЫХОДИТ
- ❑ ВЫДЫХАТЬ СЛЕДУЕТ, ПОКА НЕ ЗАКОН
ВОЗДУХ
- ❑ ВО ВРЕМЯ ПЕНИЯ ИЛИ РАЗГОВОРА НЕ
ДОБИРАТЬ ВОЗДУХ



ЭТАПЫ ФОРМИРОВАНИЕ РЕЧЕВОГО ДЫХАНИЯ

**3. ФОРМИРОВАНИЕ ДЛИТЕЛЬНОГО ФОНАЦИОННОГО
ВЫДОХА: ДЛИТЕЛЬНОЕ ПРОИЗНЕСЕНИЕ ОДНОГО
ГЛАСНОГО НА ВЫДОХЕ, ЗАТЕМ СОГЛАСНОГО**

*РЕКОМЕНДУЕМЫЕ ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ: «ДУЕТ ВЕТЕРОК»,
«КОМАР», «ЖУКИ», «РЫЧАЛКА», «МЫЧАЛКА» И Т.Д.*



ЭТАПЫ ФОРМИРОВАНИЕ РЕЧЕВОГО ДЫХАНИЯ

4. ФОРМИРОВАНИЕ СОБСТВЕННО РЕЧЕВОГО ДЫХАНИЯ: ВВОДЯТСЯ СЛОГИ, СЛОВА

РЕКОМЕНДУЕМЫЕ ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ: «ДРАЗНИЛКА», «ИЗОБРАЗИ ЖИВОТНОЕ – СОЧЕТАНИЕ РЕЧИ С ДВИЖЕНИЕМ, «ЭХО»



ЭТАПЫ ФОРМИРОВАНИЕ РЕЧЕВОГО ДЫХАНИЯ

5. ТРЕНИРОВКА РЕЧЕВОГО ДЫХАНИЯ В ПРОЦЕССЕ ПРОИЗНЕСЕНИЯ ФРАЗЫ

*РЕКОМЕНДУЕМЫЕ ИГРЫ: «ПОЕЗД», «ПОЛЕТ НА ШАРИКЕ»,
«ВЕСЕЛЫЕ ДВИЖЕНИЯ», «ПОТЯГУШЕНЬКИ».*

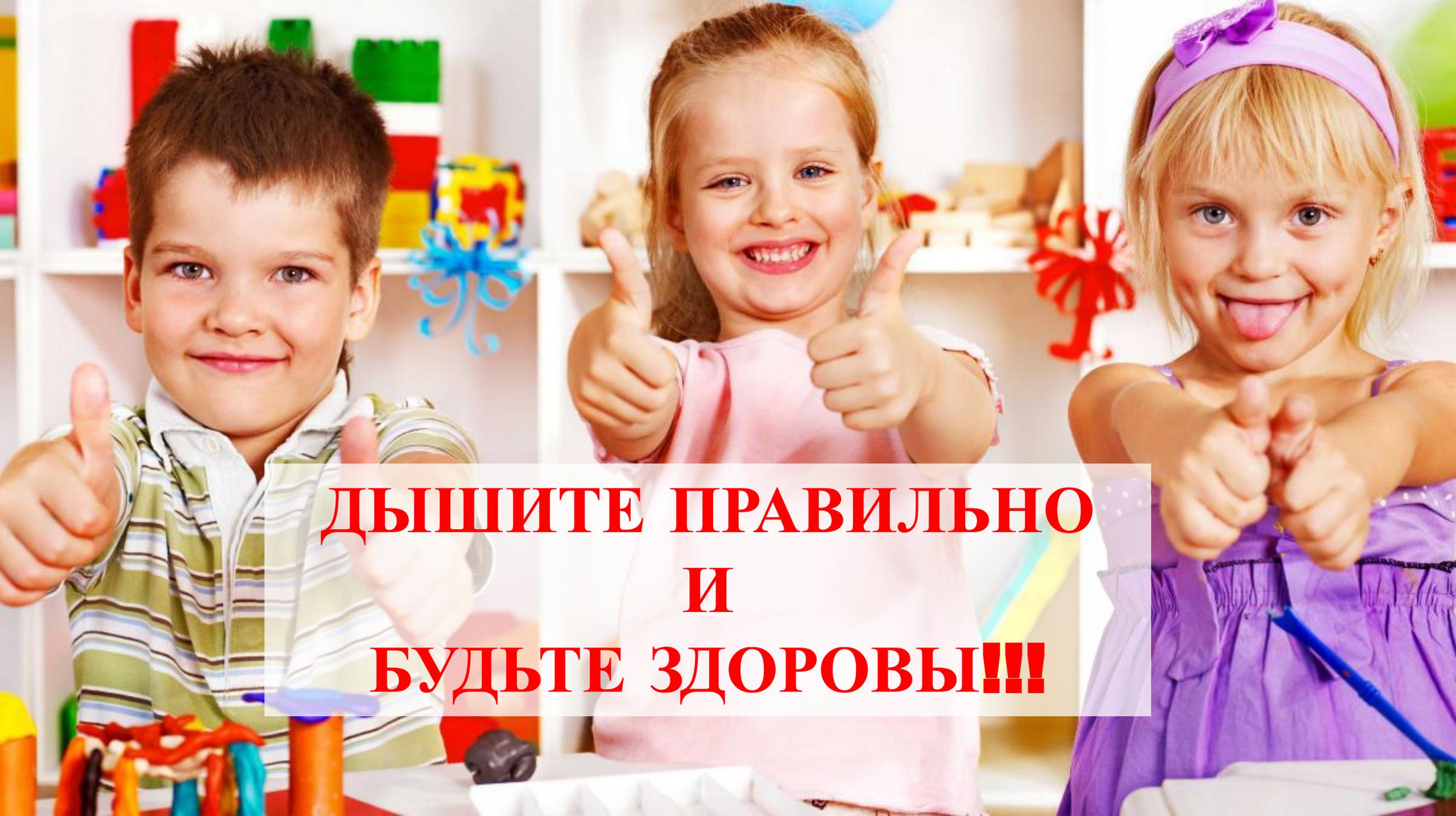


ТРЕБОВАНИЯ ПРИ ВЫПОЛНЕНИИ ДЫХАТЕЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ:



- не заниматься в пыльном, непроветренном, или сыром помещении
- ограничивать по времени (в пределах **3-5 минут**)
- одежда не должна стеснять движений
- не заниматься сразу после приема пищи
- не заниматься с ребенком, если у него заболевание органов дыхания в острой стадии





**ДЫШИТЕ ПРАВИЛЬНО
И
БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!!!**

**ДЫШИТЕ ПРАВИЛЬНО
И БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!!!**



**ДЫШИТЕ ПРАВИЛЬНО
И
БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!!!**

