

13.11.2024г. Тема: «Работа над дыханием»

Цель: формировать необходимые качества речи (правильность, точность, выразительность);

учить правильно выражать свои мысли, чувства, строго придерживаться норм литературной речи;

расширять кругозор детей и формировать их поведение, волю, характер.

Ход занятия.

Орг.момент (сообщение темы и цели занятия).

Теоретическая часть (объяснение учителя).

Понятие «техника речи» включает правильное дыхание, голос, дикция в процессе речи и чтения. Основой внешней речи является дыхание. От правильного дыхания зависят чистота, правильность и красота голоса и его изменений (тональных оттенков). Прежде чем начать говорить, необходимо сделать вдох. При вдохе легкие наполняются воздухом, грудная клетка расширяется, ребра поднимаются, а диафрагма опускается. Воздух задерживается в легких и в процессе речи постепенно экономно расходуется.

Дыхание бывает произвольным и произвольным. Разницу между этими видами дыхания можно схематично изобразить так:

Непроизвольное дыхание: вдох-выдох-пауза;

Произвольное дыхание: вдох-пауза-выдох.

Нельзя делать выдох до отказа или при вдохе поднимать плечи. Воздух добирается в легкие незаметно, во время естественных остановок, так называемым нижним дыханием, при котором верхняя часть груди и ребра остаются приподнятыми и неподвижными, движется только диафрагма. Этот тип дыхания называется реберно-диафрагматическим, произвольным.

Выработка правильного произвольного дыхания во время речи и чтения достигается тренировкой, т.е. соответствующими упражнениями (вначале тренировочные упражнения, учащиеся проводят под руководством преподавателя. Далее те же упражнения можно выполнять самостоятельно).

Практическая часть (выполнение упражнений под руководством учителя).

Станьте прямо, спокойно, без напряжения. Разверните плечи, не поднимая их и не опуская. Положите одну на верхнюю часть живота, другую сбоку, повыше талии, чтобы контролировать движение диафрагмы и ребер. Сделайте вдох, под счет 1-5 делайте вдох (считайте про себя). Контролируйте одновременное движение диафрагмы и ребер.

Следите, чтобы не было переполнения легких.

Сделайте вдох и задержите воздух на счет 1-3, не расслабляя мышц. Затем выдыхайте плавно, без толчков, на счет 1-2, Расслабьте мышцы брюшного пресса, отдохните и повторите упражнение.

Со счетом. Вдохнуть (3 сек.), закрепить вдох. На выдохе считать вслух, не спеша: 1,2,3,4,5 (произносить ясно). Добрать воздух (1 сек.) нижним дыханием (ребра и плечи неподвижны). Считать вслух еще раз (1,2,3,...10), не сдвигая ребер и не расслабляя брюшной пресс. Добрать воздух (1 сек.). Считать вслух (11,12,13,14,15), не ускоряя счет. Расслабьте ребра и брюшной пресс. Отдохните.

С речью. Проверьте свое дыхание при чтении текстов. После чтения отметьте, в каких местах сделан глубокий вдох, и где добиралось дыхание. При чтении стихов соблюдайте короткие остановки (стиховые паузы) в конце каждой стихотворной строки.

Телефон

У меня зазвонил телефон. – Для кого?

- Кто говорит? - Для сына моего.

- Слон. – А много ли прислать?

- Откуда? - Да пудов этак пять

- От верблюда. или шесть.

- Что вам надо? Больше ему не съесть,

- Шоколада. он у меня еще маленький!

5. Ознакомьтесь с текстом. Прочитайте его вслух, соблюдая правильное дыхание. Ясно произносите слова.

Для чего нужны руки

Петя с дедушкой большими друзьями были. Спросили как-то раз дедушка:

- А для чего, Петенька, людям руки нужны?

- Чтобы в мячик играть,- ответил Петя.

- А еще для чего? – спросил дед.

- Чтобы ложку держать.

- А еще?

- Чтобы камешки в воду бросать.

Петя правильно отвечал. Но он еще не знал, что руки нужны не только для игры...

6. Проверьте свое дыхание при чтении стихотворения.

Начало осени

Плывут паутины

Над сонным жнивьем,

Краснеют рябины

Под каждым окном.

Хрипят по утрам

Петушки молодые.

Дожди налегке

Выпадают грибные.

Поют трактористы,

На зябь выезжая.

Готовятся села

Ко Дню урожая.

А.Твардовский

7. Индивидуальная работа (3-4 учащихся). Прочитайте текст, соблюдая правильное дыхание.

Песня

Зашумела, разгулялась

В поле непогода;

Принакрылась белым снегом

Гладкая дорога.

Белым снегом принакрылась,

Не осталось следу.

Поднялась пыль и вьюга,

Не видать и свету.

И.Никитин

Встреча зимы

Здравствуй, гостья-зима!

Просим милости к нам

Песни с севера петь

По лесам и степям.

Есть раздолье у нас,-

Где угодно гуляй;

Строй мосты по рекам

И ковры расстилаи.

8. Итог. Эти упражнения рекомендуется периодически повторять для закрепления навыка правильного дыхания.