

Сегодня речь пойдёт об очень важном аспекте становления речи. Часто педагоги упускают его либо не предают должного значения работе с детьми в данном направлении. А родители в большинстве не осведомлены об этом этапе речевого развития. Сегодня мы поговорим о проблемах развития речевого дыхания у дошкольников.

Человек родился. Он делает первый вздох. Его лёгкие расправляются и он кричит. Дыхание – это естественный физиологический процесс обеспечивающий жизнедеятельность всего организма. Мы дышим непринуждённо. И все было бы просто и замечательно, если бы не одно но: дыхательная система является основой звукопроизводительной. Артикуляционный аппарат базируется на внешних органах дыхания.

Речь – это важнейшая психическая функция. Речь бывает внутренняя и внешняя. Внешняя речь подразделяется на устную и письменную. Каждая из них позволяет в разной степени общаться. Но именно устная речь является основой коммуникации и социализации. И от того насколько эта речь правильная и благозвучная на столько успешнее и увереннее человек чувствует себя в обществе, и как следствие имеет больше возможностей в жизни.

Вот здесь мы и должны обратить своё пристальное внимание на процесс звукообразования. Что делает речь правильной и благозвучной, обеспечивает ей нормальный темп, уровень громкости и выразительность словарного ряда? Ответ прост: правильный речевой выдох. Речевая фраза произносится на плавном, спокойном выдохе. Если ребёнок-дошкольник своевременно не овладевает данным навыком, то последствия могут быть очень печальными и даже привести к возникновению заикания.

Причины нарушения развития речевого дыхания:

- Соматическое состояние ребёнка (частые простуды, наличие хронических заболеваний дыхательных путей (синуситы, гаймориты - воспаление околоносовых пазух, гипертрофия аденоидов);
- Малоподвижный образ жизни;
- Чрезмерная двигательная активность, очень подвижная психика (часто в тонусе, не умеет расслабляться);
- Внешние факторы, заставляющие ребёнка нервничать, держат его в напряжении (сложная жизненная ситуация);

- Подражание речевому поведению старшего или авторитетного ребёнка.

Как могут выражаться проблемы связанные с речевым дыханием у дошколят.

1. Нерациональный расход выдыхаемого воздуха

Часто родители бывают свидетелями такой картины: малыш, который только начал говорить, пытаясь что-то сказать, делает вдох, начинает произносить нужные слова, но не может закончить предложение до конца, так как ему не хватает набранного в лёгкие объёма воздуха.

Он останавливается, чтобы набрать воздух, возникает пауза, во время которой ребёнок может забыть, о чём он говорил в начале разговора. Ему приходится вспоминать – и длина паузы увеличивается.

Такая картина свидетельствует о нерациональном расходовании воздуха. Это же может послужить причиной того, что говорящий ребёнок конец фразы произносит на пониженных тонах, иногда практически шёпотом.

2. Слабое развитие дыхательного аппарата.

Ещё один пример нарушения в развитии речевого дыхания: дыхательный аппарат дошкольника развит плохо, у него слабый вдох и такой же выдох. В этом случае он говорит тихо, нечётко и редко договаривает фразу до конца. Либо, пытаясь успеть сказать нужные слова на вдохе, малыш говорит быстро, частит, от чего страдает интонация, не соблюдается расстановка логических пауз. Слабое развитие дыхательного аппарата у дошкольников тесно связано с их физическим состоянием и малоподвижным образом жизни.

3. Ребёнок дышит через рот, затруднённое дыхание через нос.

Рот у ребёнка постоянно приоткрыт, произносит фразу частично на вдохе. Звукопроизношение получается в нос (так называемая гнусавость). Очень часто эти дети храпят во сне.

Данная ситуация самая сложная. Она может возникнуть как у ребёнка ЧДБ, у которого постоянно забиты носовые проходы и у него вырабатывается привычка говорить в нос. А ещё велика вероятность, что у ребёнка хроническая форма воспаления аденоидов и ему необходима медицинская помощь. При отсутствии своевременной помощи процесс становления речи очень затруднен, а последствия не предсказуемы.

В данной ситуации важно объяснить родителям серьёзность состояния ребёнка озадачить их и направить к специалисту как можно быстрее (и желательно не к одному).

Однако, последнее время в отечественной, как и в мировой медицине придерживаются правила – всё, что заложено в организме человека изначально имеет свою функцию и радикальное лечение не приветствуется. Если раньше ЛОР рекомендовал удалять аденоиды сразу, то теперь предлагает лечение, а операцию проводят не раньше 6-ти лет. А мы знаем, что дошкольный период является сенситивным для становления речи, и если лечение не приносит ощутимых улучшений не приводит к облегчению носового дыхания, то, как правило, дети испытывают огромные проблемы с формированием фонематического слуха. Не могут контролировать звукопроизношение, а как следствие, не овладевают чистой речью. При поступлении в школу данная проблема отражается на письме и чтении.

Как развить речевое дыхание

Решающее значение для правильной постановки речевого дыхания несёт развитие фазы выдоха. Поэтому основная задача, на которую направлены упражнения по развитию речевого дыхания – это формирование у ребёнка сильного и плавного выдоха ртом.

Формируем правильный выдох

Основные моменты правильного речевого дыхания:

- Короткий сильный вдох через нос, взрослый может визуально оценить расширение диафрагмы ребёнка.
- Выдох осуществляется плавно, желательно избегать толчков. Губы при этом необходимо складывать трубочкой. Для того чтобы малышу было понятнее, нужно показать ему пропев букву «О».
- Выдох сопровождается выходом воздуха через рот, а не через нос, обязательно проконтролируйте этот момент!
- Выдох осуществляется до самого конца. После каждого выдоха необходимо делать паузу на 2-3 секунды

Наиболее эффективными мерами по тренировке правильного выдоха у дошкольников являются упражнения и игры, включающие в себя элементы дыхательной зарядки, а также артикуляционная гимнастика.

Приступая к занятиям, необходимо понимать, что эти занятия могут быстро утомить ребёнка и даже вызвать у него головокружение, поэтому желательно придерживаться нескольких простых правил:

- Выполнение упражнений должно происходить в течение 3-6 минут. Количество минут зависит от возраста детей. Малышам двух-трёх лет упражнения нужно делать в течение 3 минут, не более.
- Игры и упражнения должны проводиться в хорошо проветриваемом помещении с достаточным количеством свежего воздуха
- Занятия по дыхательной гимнастике нужно проводить до приёма пищи.

Для организации игр на развитие речевого дыхания можно использовать любые предметы и игрушки. Важно только чтобы они наглядно демонстрировали ребёнку воздействие на него силы и длительность выдох. Это всевозможные ватные шарики и диски, вертушки-цветочки, пёрышки, полоски бумаги, лёгкие игрушки, теннисные шарики и прочее.

Дыхательные упражнения по своему содержанию, очень однообразны. По этому, задача педагога каждый раз предлагать игровую ситуацию, которая будет интересна дошкольнику и поддержит мотивацию к выполнению упражнений.

(Обзор пособий для дыхательных упражнений).

Хочу предложить вашему вниманию игровой приём для развития речевого дыхания с детьми группы раннего возраста. В данном возрасте мы занимаемся пропедевтикой, т.е. профилактикой речевых нарушений. Лучше предотвратить, чем исправлять. **Цель нашей игры** с малышами - обратить внимание на процесс дыхания, дать ребёнку представление о глубоком вдохе и плавном выдохе. Очень часто малыши дышат поверхностно, а мы уже говорили о необходимости постановки диафрагмально-реберного дыхания.

Игра называется «Качели», она содержит элементы релаксации. Вам понадобятся резиновые устойчивые игрушки по числу детей. Можно использовать лёгкую, фоновую музыку. Дети ложатся на ковёр, предлагаем им подышать носиками, затем положить ручки на животик и попробовать вдохнуть глубоко и надуть животики, затем шарики сдуваются через рот. «А теперь покачаем на качелях наши игрушки». Ставим каждому ребёнку

на живот игрушку и предлагаем делать глубокий вдох, надувая живот и плавный выдох. Дать детям установку, не уронить игрушку.

(Практические задания на диафрагмальное дыхание – ладонь на грудь, на живот; игра на двойной вдох «Стоит мишка за дверями»)

Как правило, большинство детей, успешно овладевает навыком правильного речевого дыхания под руководством логопеда и воспитателей ДОУ, музыкального руководителя, инструктора по физической культуре. Но в связи с тем, что последнее время количество детей с тяжёлыми нарушениями речи неуклонно растёт, мы обязаны активно привлекать родителей в организацию развивающей среды и повышать их уровень компетенции в вопросах развития речи.

Данные задачи эффективнее всего решать через проектную деятельность с детьми и родителями.

В ноябре прошлого года я провела краткосрочный проект «Правильно дышим – красиво говорим».

Цель: повышение уровня компетенции родителей в вопросах развития речи и активное привлечение их в коррекционно-развивающий процесс дошкольников.

На общем родительском собрании в начале учебного года я озвучила проблему перед родителями и пригласила к сотрудничеству, первой ступенью которого стал проект по развитию речевого дыхания. Провела небольшой практикум по технике выполнения упражнений.

Задачи проектной деятельности были озвучены в первую очередь для родителей, как самым заинтересованным участникам коррекционно-развивающего процесса:

Изготовьте вместе с детьми дома любой тренажёр для развития речевого дыхания. Большим подспорьем для вас станет интернет.

Для чего это необходимо:

- Во-первых, вы становитесь непосредственным участником речевого развития вашего малыша.
- Во-вторых, ребёнок, создавая вместе с вами данную поделку, осознает насколько это важно, если даже родители принимают в этом участие.
- В-третьих, вы поможете пополнить речевые уголки групп новыми интересными пособиями по развитию речевого дыхания.

- В-четвёртых, повысится мотивация ребёнка при выполнении упражнений. Ведь данный тренажёр был изготовлен дома с самыми близкими людьми.

Содержание проекта «Правильно дышим – красиво говорим»:

1. Выступление на общем родительском собрании «Содержание работы по логопедическому сопровождению в ДОУ» (практикум по развитию речевого дыхания, озвучивание начала проекта).
2. Стендовая информация для родителей «Дышите правильно».
3. Памятки для родителей «Помогаем ребёнку говорить правильно. Развитие речевого дыхания».
4. Занятие с детьми «Учимся правильно дышать»
5. Выставка игровых пособий по развитию речевого дыхания «Вместе играем, выдох развиваем».
6. Подведение итогов проекта, награждение участников.

Я не скажу, что в проекте приняли участие все родители, далеко не все. Но дети из семей участников были очень горды и более других были заинтересованы в правильном выполнении упражнений на развитие речевого дыхания. Итоги проекта мы подводили перед Новогодним утренником в праздничном зале. Все участники получили сертификаты и благодарность от администрации сада, а дети получили в награду мыльные пузыри. Такая форма взаимодействия с семьёй ведёт к сближению в детско-родительских отношениях и более тесному и доверительному отношению членов семей воспитанников и специалистов ДОУ. И, естественно, повышается уровень компетентности родителей в вопросах развития речи.

Конечно, основную работу по диагностике, коррекции и формированию речевого дыхания проводит учитель-логопед. Но, уважаемые педагоги, работа по рекомендациям логопеда подразумевает знание вами техники выполнения дыхательных упражнений, и наличие в арсенале достаточное количество атрибутов и игровых приёмов для их организации. 2 – 3 раза в неделю вам необходимо включать в работу с детьми игры на развитие правильного речевого выдоха.

И хотелось бы донести до вас такую мысль, все мы родом из детства. Я не исключение и прекрасно помню свой детский сад, как мы занимались. У нас не было логопедов. Но вот не могу назвать, ни одной специализированной игры или занятия по развитию речевого дыхания. Вопросы развития речи всегда были в приоритете, но решались они в то время в комплексе и опосредованно. А ведущей задачей в советском детском саду была охрана жизни и здоровья детей. А обеспечивалось это за счёт достаточной двигательной активности, длительных прогулок на свежем воздухе. Это ключевые моменты для развития диафрагмального дыхания, а,

следовательно, речевого выдоха. Очень много было подвижных игр со словесным сопровождением, физкультурных занятий с хорошей кардиологической нагрузкой, и полноценные музыкальные занятия с распевами и пением. Вот о чём должны мы взрослые побеспокоиться и обеспечить подрастающему поколению. Удачи вам во всех начинаниях. Спасибо за внимание.