

«РАЗВИТИЕ РЕЧЕВОГО ДЫХАНИЯ У ДОШКОЛЬНИКОВ ПОСРЕДСТВОМ ИГРОВЫХ УПРАЖНЕНИЙ»

Чистикина Е.Ю.

МДОУ «Детский сад «Солнышко», учитель-логопед, Ярославская область,

г. Переславль-Залесский

lena.tchistikina@yandex.ru

Аннотация. В данной статье поднята проблема нарушения речевого дыхания у дошкольников. Описано использование игровых упражнений в работе учителя-логопеда по формированию речевого дыхания с помощью дыхательных тренажеров.

Ключевые слова: формирование речевого дыхания, дыхательные тренажеры, дыхательные упражнения, сильный плавный выдох, дошкольники.

«Люди плохо дышат, говорят, кричат и поют
Потому, что болеют, а болеют потому,
Что не умеют правильно дышать.
Научите их этому – и болезнь отступит».

А. Н. Стрельникова

Актуальность

Одним из важных разделов логопедической работы с дошкольниками является развитие дыхания и коррекция его нарушений. Проблемой формирования речевого дыхания занимались Л.И. Белякова, М.Ф. Фомичева, О.В. Правдина, Е.И. Радина, М.Е. Хватцев, А.И. Максаков и другие. От правильности речевого дыхания «зависит красота и легкость речевого голоса, его сила, богатство динамических эффектов, музыкальность речи», подчеркивает Э.М. Чарели.

Г. В. Артоболевский указывает на то, что при правильном использовании дыхания в речи воздух расходуется экономно и равномерно, а пополнение его запаса происходит своевременно и незаметно. В своих исследованиях В. Савкова отмечает, что фонационное дыхание дает значительное количество энергии для

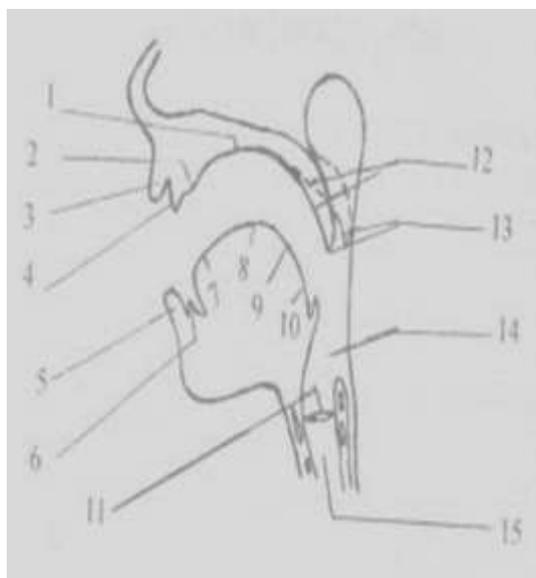
голоса, а также участвует в выравнивании силы звучания звуков[35]. В многочисленных логопедических исследованиях (Е.С. Алмазова, И.И. Ермакова, Е.В. Лаврова, О.С. Орлова) отмечается, что в структуре дефекта у многих детей с нарушениями речи выявляются проблемы в просодическом оформлении высказывания, страдает темп, ритм, имеются значительные изменения голоса, нарушается речевое дыхание.

Работая учителем-логопедом в дошкольном учреждении часто сталкиваюсь с детьми, имеющими нарушения речи. Численность логопатов растет с каждым годом. Самыми распространенными недостатками речи у детей дошкольного возраста являются нарушения звукопроизношения. Дефекты речи носят разнообразный характер - может быть нарушено произношение многих групп звуков. Как известно, произношение звуков тесно связано с дыханием.

Источником образования звуков речи является воздушная струя, выходящая из легких через гортань, глотку, полость рта или носа наружу.

Вот так выглядит **речевой аппарат человека** — это совокупность органов

человека, необходимых для производства речи.



9 — задняя часть языка;

10 — корень языка;

11 — голосовые связки;

12 — мягкое небо;

13 — язычок;

1 — твердое небо;

2 — альвеолы;

3 — верхняя губа;

4 — верхние зубы;

5 — нижняя губа;

6 — нижние зубы;

7 — передняя часть языка;

8 — средняя часть языка;

14 — гортань;

15 — трахея

Он включает в себя несколько звеньев:

дыхательные органы;

органы речи пассивные — это неподвижные органы, служащие точкой опоры для активных органов;

органы речи активные — это подвижные органы, производящие основную работу, необходимую для образования звука;

головной мозг.

Правильное речевое дыхание обеспечивает нормальное звукообразование, создаёт условия для поддержки громкости голоса, чёткого соблюдения пауз, сохранение плавности речи и интонационной выразительности.

Малыши, имеющие ослабленный вдох и выдох, как правило, говорят тихо и затрудняются в произнесении длинных фраз. Часто такие дети не договаривают слова и нередко в конце фразы произносят их шепотом. Иногда, чтобы закончить длинную фразу, они вынуждены говорить на вдохе, отчего речь становится нечеткой, судорожной, с захлебыванием. Укороченный выдох вынуждает говорить фразы в ускоренном темпе, без соблюдения логических пауз отрицательно влияющие на развитие речи детей. Таким образом речевое дыхание является очень важным.

Существуют упражнения для развития речевого дыхания, которые проводятся ежедневно в течении 5-10 минут с детьми от 3 до 6 лет, имеющими различные нарушения речи- это **дыхательная гимнастика**. Дыхательная гимнастика начинается с общих дыхательных упражнений.

Упражнения дыхательной гимнастики направлены на закрепление навыков диафрагмально-речевого дыхания (оно считается наиболее правильным типом дыхания). Параллельно ведется работа над развитием силы, плавности, длительности выдоха.

Дополнительно у ребенка развивается способность направлять воздушную струю в нужном направлении.

Дыхательные упражнения не только влияют на формирование правильного речевого дыхания, но и помогают также научить ребенка правильно произносить звуки речи.

Данные упражнения можно использовать как физкультминутки в процессе логопедических занятий или в домашних условиях.

Цель дыхательных упражнений:

увеличить объём дыхания, нормализовать его ритм, выработать плавный, длительный, экономный выдох.

Задачи:

Формировать у детей понятия о здоровом образе жизни и правильном дыхании.

Обучить детей технике диафрагмально – релаксационного дыхания.

Закрепить у детей навык дифференциации носового и ротового дыхания, эффективно использовать речевое дыхание.

Формировать силу, плавность и направленность выдыхаемой воздушной струи.

Повысить компетенцию воспитателей в данной области.

Привлечь внимание родителей к совместной работе по развитию правильного речевого дыхания у детей.

Формирование речевого дыхания предполагает выработку воздушной струи.

Выработка воздушной струи считается одним из необходимых и значимым условием постановки звуков.

Существуют три основных направления воздушной струи:

- 1) воздушная струя направлена прямо по центру языка. Это характерно для произнесения большинства звуков: губно-губных, заднеязычных, переднеязычных, свистящих.
- 2) воздушная струя направлена по центру языка вверх. Это характерно для

произнесения шипящих звуков и вибрантов.

3) воздушная струя направлена по боковым краям языка. Это характерно для произнесения смычно-проходных звуков.

<i>Воздушная струя</i>	<i>Воздушная струя</i>
<i>Широкая</i> (при произнесении шипящих звуков)	<i>Узкая</i> (при произнесении свистящих звуков)
<i>Тёплая</i> (при произнесении шипящих звуков)	<i>Холодная</i> (при произнесении свистящих звуков)
<i>Слабая</i>	<i>Сильная</i>
<i>Рассеянная</i>	<i>Направленная</i>

Параметры правильного ротового выдоха:

выдоху предшествует сильный вдох через нос — «набираем полную грудь воздуха»;

выдох происходит плавно, а не толчками;

во время выдоха губы складываются трубочкой, не следует сжимать губы, надувать щеки;

во время выдоха воздух выходит через рот, нельзя допускать выхода воздуха через нос (если ребенок выдыхает через нос, можно зажать ему ноздри, чтобы он ощутил, как должен выходить воздух);

выдыхать следует, пока не закончится воздух;

во время пения или разговора нельзя добирать воздух при помощи частых коротких вдохов.

Требования к проведению игровых упражнений:

3-5 минут в проветриваемом помещении;

упражнение повторяется 3 – 5 раз;

дуть можно не более 10 секунд с паузами, чтобы не закружилась голова;

обязательно чередовать с другими упражнениями.

На начальных этапах работы по развитию речевого дыхания следует сначала научить малыша совершать достаточно сильный, длительный и, вместе с этим, экономный выдох, используя игровые упражнения.

Во время проведения игр необходим постоянный контроль за правильностью дыхания.

Игры-упражнения, направленные на развитие способности осуществлять плавный выдох и регулировать его силу

«Лети-порхай»

Цель: развитие длительного плавного выдоха.

Оборудование: узкая коробочка из-под рулета красочно оформленная, фигурки из материала легкой текстуры, привязанные на нити.

Ход игры: -Наступило прекрасное, теплое утро, солнышко взошло высоко в небо. Вот проснулись и запели птички, зайчики поскакали искать себе пищу. Ах, посмотрите, запорхали бабочки, листочки. Закачались звездочки на небе, цветочки от легкого ветерка Покажи, как? Следить за тем, чтобы при вдохе рот был закрыт.



«Буря в бутылке»

Цель: формирование правильной, непрерывной воздушной струи

Оборудование: маленькая пластиковая бутылка

(от фруктового сиропа 200 мл.) красочно оформленная, с отверстием в крышке, раскрошенный пенопласт, конфети или кусочки мишуры, пластиковая трубочка. В бутылке сделать отверстия для трубочки, внутрь положить кусочки раскрошенный пенопласт, конфети или кусочки мишуры.

Ход игры: -Ребята, давайте устроим настоящую снежную бурю.

Для этого нужно набрать побольше воздуха и подуть в трубочку, белые кусочки пенопласта и конфети закружатся.



«Попади мячом в ворота»

Цель: развитие сильного плавного выдоха.

Оборудование: шарик от настольного тенниса или ватный шарик, ворота из стаканчика из-под йогурта или обклеенная коробка с условной разметкой футбольного поля, коктейльные трубочки.

Ход игры: - Сегодня ребята, мы проводим соревнование кто точнее попадет мячом в ворота. Итак, мы начинаем. Участники, улыбнитесь, положите широкий язык на нижнюю губу (упражнение "Лопаточка") и плавно, со звуком [Ф], дуем на шарик.

Внимание! Следить за щеками ребенка и чтобы он произносил [Ф], а не [Х], то есть чтобы воздушная струя была узкая, а не рассеянная.



«Бабочки порхают»

Цель: развитие сильного плавного выдоха.

Оборудование: тубусы из-под туалетной бумаги, нитки, яркие фантики из-под конфет, клей, скотч. Тубусы можно украсить.

Ход игры: -На лесной полянке проснулись красивые бабочки, но летать пока не хотят, давай им поможем, подуем на них, носом вдохнули, сложили губы трубочкой и долго дуем на бабочек, как ветерок, стараясь не надувать щеки. Следить за тем, чтобы при вдохе рот был закрыт.



«Укутай ёлочку снежком»

Цель: формирование правильной, непрерывной воздушной струи; активизация губных мышц.

Оборудование: пластиковый контейнер любой формы, картонная ёлочка, маленькие комочки бумаги, помпоны или шарики от пенопласта, пластиковая трубочка.

Ход игры: -Бедная ёлочка замёрзла в лесу зимой. Морозко забыл укутать её в снежную шубку. Помоги Морозке согреть ёлочку. Для этого нужно набрать побольше воздуха, подуть в трубочку и снежок укутает маленькую ёлочку.



«Прожорливые фрукты»

Цель: развитие сильного плавного направленного выдоха; активизация губных мышц.

Оборудование: пластиковые бутылки, на которую с двух противоположных сторон наклеила картинки фруктов, фантик, кусочек ваты или смятая бумажная салфетка.

Ход игры:

Игра предназначена для одного, двух или даже трёх детей одновременно.

Можно устраивать соревнования - кто больше попадёт (накормит фрукты).

-К нам в гости пришли забавные, веселые фрукты. Они очень голодные, давайте их угостим полезными витаминками (фантик, кусочек ваты или смятая бумажная салфетка). В воротики- рот, нужно задуть наши «витаминки». Носом вдохнули, сложили губы трубочкой и долго дуем на ватный шарик, как ветерок.



«Сдуй дождевики с листочка»

Цель: развитие длительного плавного сильного выдоха; активизация губных мышц.

Оборудование: бумажные капельки на ниточках, прикрепленные к листочку.

Ход игры: - Представьте, что сейчас лето. Пойдемте на прогулку в сад. Недавно прошел дождик. Давайте сдуем с листиков капельки дождя. «На листочки я подую. Все дождевики быстро сдую».



«Секретная картинка» или «Детективы»

Цель: развитие сильного плавного и продолжительного выдоха.

Оборудование: сюжетная или предметная картинка небольшого размера, цветная бумага.

Ход игры: -Хотите попробовать себя в роли детектива? Хорошо! Нам пришло секретное задание, его нужно расшифровать. Для этого носом вдохнем, сложим губы трубочкой и длительно подуем ,не надувая щек на цветные полосочки, как ветерок. Постарайся разглядеть, что скрыто за цветными полосками.



«Фейерверк»

Цель: формирование правильной, непрерывной воздушной струи

Оборудование: пластиковая бутылка с крышкой, мелко нарезанная фольга, пенопласт пластиковые трубочки.

В бутылке сделать отверстия для трубочек, внутрь положить кусочки фольги.

Ход игры: В игре участвуют 2-3 ребенка.

-Ребята, давайте для хорошего настроения устроим фейерверк. Для этого нужно подуть в трубочки и кусочки пенопласта, фольги, переливаясь, закружатся.



В своей работе я использую тренажеры, изготовленные самостоятельно и совместно с детьми из доступных материалов.



После подготовительного периода, направленного на развитие физиологического дыхания, следует постепенно переходить к развитию собственно речевого дыхания.

На данном этапе целесообразно использовать не только упражнения, направленные на развитие правильного выдоха и вдоха, но и вводить задания с воспроизведением речевого материала. Вот несколько примеров:

Длительное протяжное произнесение гласных звуков: «Кукла Катя хочет спать» (А-а-а), «Дует сильный ветер» (У-у-у) и др.

Многочисленное повторение слогов на одном выдохе: «Дождик капает по крыше» («Па-па-па»), «Зайка прыгает» («Оп-оп-оп»), «Мишка топает» («Топ-топ-топ») и т.д.;

Произнесение на одном выдохе слов и фраз с использованием приема наращивания: «Ветер. Дует ветер. Дует сильный ветер. Дует сильный и холодный ветер.»;

Проговаривание скороговорок и чистоговорок;

Выразительное чтение стихотворений.

Контролируя правильность речевого дыхания малыша, следует обращать внимание на то, чтобы он не делал слишком большой вдох и не «выжимал» из себя воздух до конца (не начинал задыхаться).

Рекомендованные игры и упражнения, помогут вам, в работе с детьми, развивать правильное речевое дыхание, тем самым создавая условия для успешного овладения правильной хорошо звучащей речью, поддержания и сохранения здоровья дошкольника.

**ДЫШИТЕ УВЕРЕННО, ДЫШИТЕ
СПОКОЙНО, ЧТОБ ВСЕ ПОЛУЧАЛОСЬ
ЛЕГКО И СВОБОДНО!**

Литература:

- 1.Белякова, Л.И. Методика развития речевого дыхания у дошкольников с нарушениями речи: практическое пособие / Л.И. Белякова, Н.Н. Гончарова, Т.Г. Шишкова ; под общ. ред. Л.И. Беляковой. – М. : Книголюб, 2005. – 65 с.
- 2.Богатырева А. В., Косткина М. А. Развитие речевого дыхания у детей с ОВЗ [Текст] // Педагогика: традиции и инновации: материалы IX Междунар. науч. конф. (г. Казань, январь 2018 г.). — Казань: Бук, 2018. — С. 11-16. — URL
3. Воробьева Т. А., Воробьева П. А. Дыхание и речь. Работа над дыханием в комплексной методике коррекции звукопроизношения [Текст] / Т.А. Воробьева, П. А. Воробьева- С-П.: Литера, 2014 г.-112с.
4. Поваляева М.А. Настольная книга логопеда. Полный справочник [Текст] / М.А. Поваляева. - М.: АСТ,Астрель,Полиграфиздат,2010 – 608 с.
- 5.Ткаченко Т.А. Логопедическая энциклопедия [Текст] / Т. А. Ткаченко.- М.: Мир книги, 2010 – 248 с.