

Формирование правильного речевого дыхания у дошкольников

Наша речь осуществляется благодаря четкой и правильной работе всех органов, принимающих участие в речевом акте. Неотъемлемой частью речевого процесса является дыхание. Дыхание в жизни происходит непроизвольно, неосознанно. Вдох и выдох совершаются через нос, они коротки и равны по времени. Последовательность физиологического дыхания – вдох, выдох, пауза.

Для речи, особенно монологической, обычного физиологического дыхания не достаточно. Активная речь, а также чтение вслух требуют большого количества воздуха, постоянного дыхательного запаса, экономного расходования его и своевременного возобновления. Именно поэтому в речевом дыхании вдох и выдох не равны, выдох гораздо длиннее вдоха. После короткого вдоха следует пауза, а затем – длинный выдох. Количество выдыхаемого воздуха зависит от длины фразы. Таким образом, речевое дыхание необходимо для создания голосового звучания на равномерном выдохе. Иными словами, процесс говорения осуществляется на длительном выдохе. В случае учащенного дыхания или слишком большого вдоха и укороченного выдоха, речь становится сбивчивой, невнятной.

У детей дошкольного возраста дыхательная система еще не развита в полной мере. Дыхание у детей поверхностное, учащенное. При этом ослаблен вдох и укорочен выдох, что приводит к затруднениям в произнесении длинных фраз. В результате неэкономного и неравномерного распределения выдыхаемого воздуха ребенок выдыхает весь запас воздуха на первом слоге и затем договаривает фразу или слово шепотом. Зачастую это является причиной так называемого “заглатывания” конца слова или фразы.



В результате очень слабого вдоха и выдоха речь становится едва слышимой, что является препятствием для общения с окружающими. Это нередко отмечается у зажатых, робких, застенчивых детей, а также у физически ослабленных. При нерациональном распределении дыхания по словам, ребенок делает вдох в середине слова («Мне дали вкус – (вдох) – ную конфету»).

При неравномерном скачкообразном выдохе речь звучит то громко, то тихо, едва слышно. Порой при укороченном выдохе фраза произносится в ускоренном темпе, что влечет за собой нарушение правильности расстановки логических пауз.

Также правильное речевое дыхание очень важно для развития звукопроизношения. А именно, необходима длительная целенаправленная воздушная струя.

Как сформировать у ребенка правильное речевое дыхание? Для этого существует немало интересных игр.

При занятиях дыхательной гимнастикой следует выполнять определенные правила:

- при вдохе плечи не должны подниматься;
- вдох делают через нос;
- щеки не должны надуваться, на первых занятиях их можно придерживать руками;
- выдох должен быть плавным и длительным.

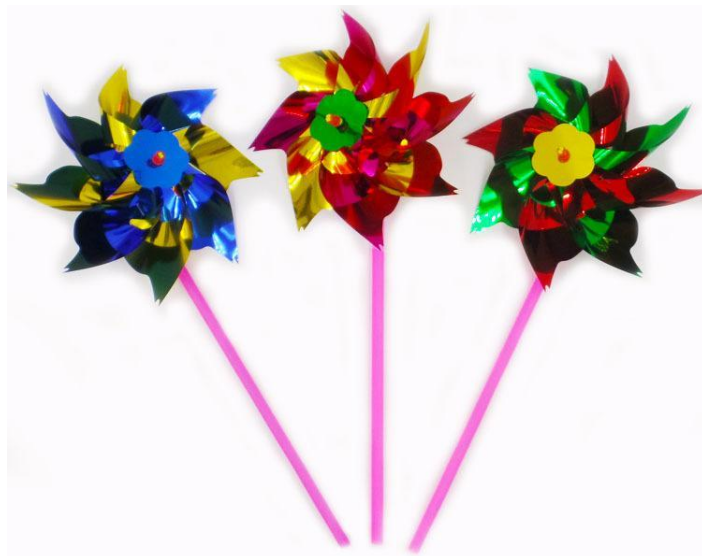


Ветерок

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

Ход игры: Взрослый предлагает поиграть с вертушкой. Показывает, как можно подуть на нее, потом предлагает подуть ребенку.

— Представь, что ты ветер. Ты можешь подуть на вертушку и заставить ее крутиться. Подул слабый ветерок — и медленно крутится вертушка, подул сильный ветер — быстро-быстро закрутилась вертушка!



Лети, бабочка!

Цель: развитие длительного непрерывного ротового выдоха; активизация губных мышц.

Ход игры: Шнур с бабочками натянут так, чтобы бабочки висели на уровне лица ребенка.

Взрослый показывает ребенку бабочек и предлагает поиграть с ними.

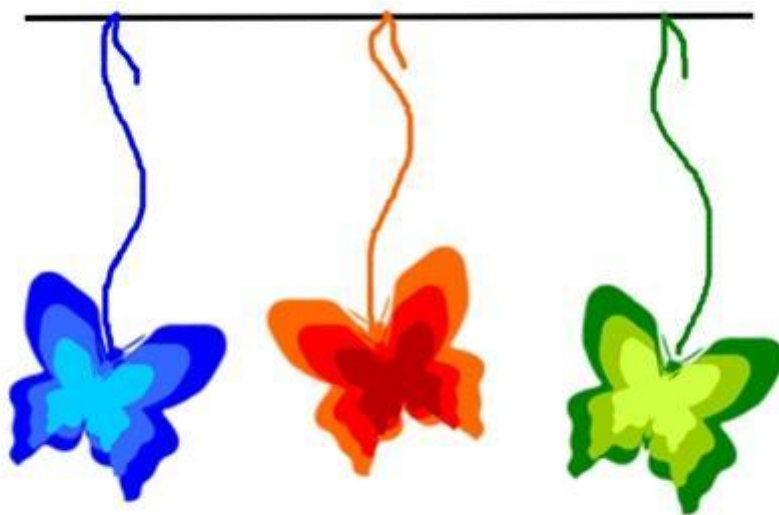
— Смотри, какие красивые разноцветные бабочки! Посмотрим, умеют ли они летать.

Взрослый дует на бабочек.

— Смотри, полетели! Как живые! Теперь ты попробуй подуть. Какая бабочка улетит дальше?

Необходимо следить, чтобы ребенок при выдохе не поднимал плечи, дул на одном выдохе, не добирая воздух, не надувал щеки, а губы слегка выдвигал вперед.

Дуть можно не более 10 секунд с паузами, чтобы не закружилась голова.



Снег идёт!

Цель: формирование плавного длительного выдоха; активизация губных мышц.

Ход игры: Взрослый раскладывает на столе кусочки ваты.

— Представь, что сейчас зима. На улице снежок падает. Давай подуем на снежинки!

Взрослый показывает, как дуть на вату, ребенок повторяет.



Воздушный шарик

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

Ход игры: Повесьте воздушный шар на уровне лица ребенка. Подуйте на шар так, чтобы он высоко взлетел, затем предложите подуть ребенку.

Возможен более сложный вариант игры. Подбросьте воздушный шарик вверх. Предложите ребенку подуть на шарик несколько раз так, чтобы он подольше не опускался на пол.

— Давай дуть на шарик, чтобы он не упал вниз. Вот так! Сильнее!

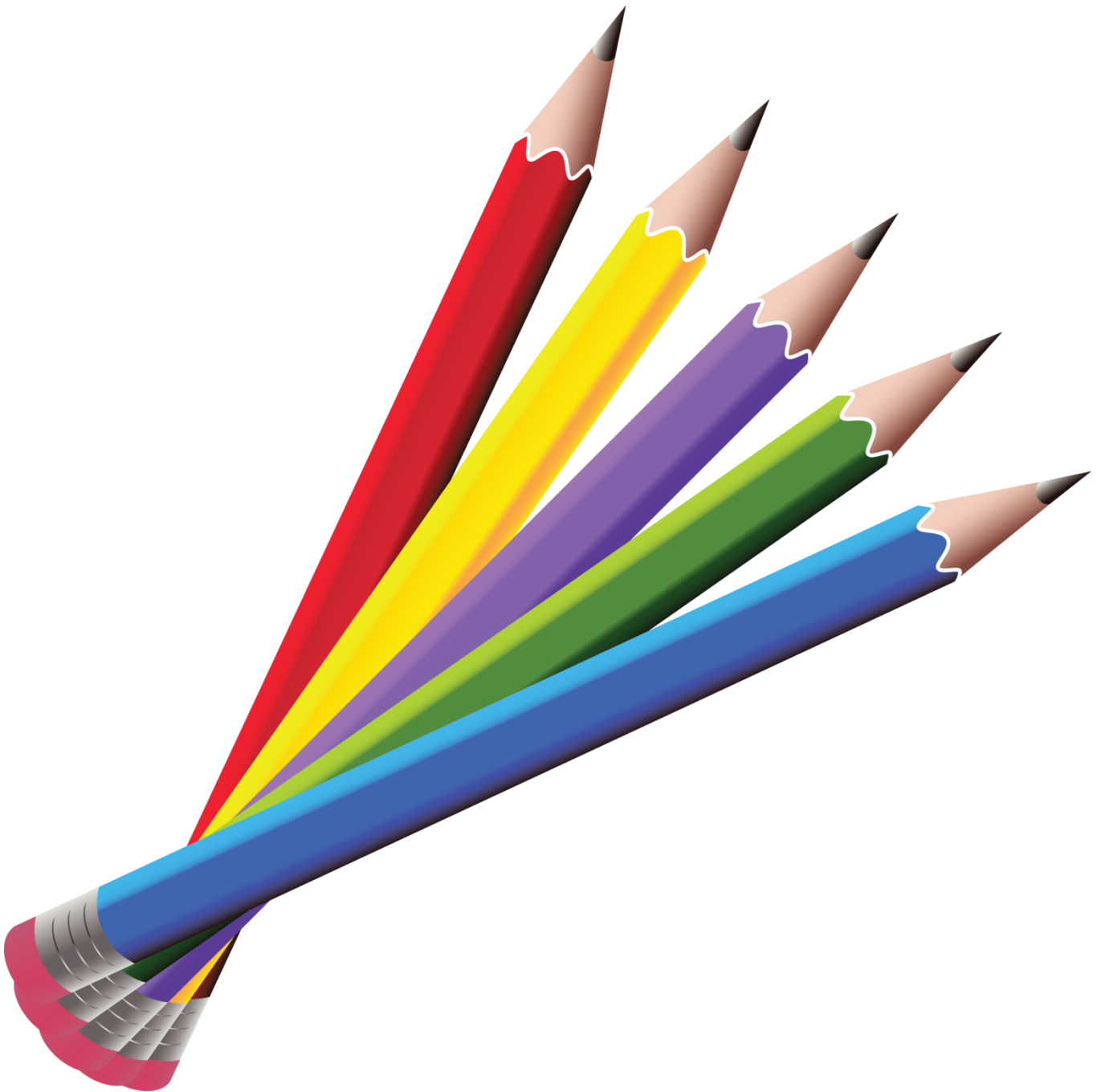
Если игра проводится в группе, можно организовать соревнование: двое детей (или небольшие команды) становятся друг напротив друга лицом к шарiku (расстояние до шара 50-60 см) и одновременно начинают дуть. Побеждает тот, кому удалось послать шарик на противоположную территорию (можно разделить территорию при помощи ленточки или веревки).



Самый быстрый карандаш

Цель: развитие длинного и плавного выдоха.

Ход игры: перед ребенком, сидящим за столом, на расстоянии 20 см кладем карандаш. Сначала сами показываем ребенку, как дуть на карандаш, чтобы он укатился на противоположный край стола. Можно поиграть в эту игру вдвоем сидя друг напротив друга и перекатывать карандаш друг другу.



Кораблик

Цель: чередование длительного плавного и сильного выдоха, активизация мышц губ.

Ход игры: На стол поставить таз с водой. Взрослый предлагает ребенку покататься на кораблике из одного города в другой, обозначив города значками на краю таза. Чтобы кораблик двигался, нужно на него дуть не торопясь, сложив губы, как для звука «Ф». Кораблик при этом двигается плавно. Но вот налетает порывистый ветер «П-п-п...». Дуть следует, не надувая щек, вытянув губы трубочкой.



Волшебные пузырьки

Цель: развитие длительного, плавного и сильного выдоха, активизация мышц губ.

Ход игры: Предложите ребенку поиграть с мыльными пузырями. Он может сам выдувать мыльные пузыри, если же у него не получается дуть или он не хочет заниматься, то выдувайте пузыри Вы, направляя их в ребенка. Это стимулирует ребенка дуть на пузыри, чтобы они не попали в него.



Список использованной литературы:

1. Белякова Л.И., Гончарова Н.Н., Шишкова Т.Г, Методика развития речевого дыхания у дошкольников с нарушениями речи.
2. Гуськова А.А., Развитие речевого дыхания детей 3-7 лет.
3. Земляченко М. В., Формирование речевого дыхания у дошкольников 5–7 лет с речевыми нарушениями посредством использования логопедических игр и дыхательных упражнений в системе работы «учитель-логопед — ребенок — родитель».
4. Н.В. Нищева, «Веселая дыхательная гимнастика», наглядно-дидактическое пособие.