(cc) BY

Биленко Ольга Александровна
воспитатель
Иванова Кристина Владимировна
воспитатель
МБДОУ «Д/С №145»
г. Иркутск, Иркутская область

РАЗВИТИЕ РЕЧЕВОГО ДЫХАНИЯ В СЕМЬЯХ С ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ПОМОЩЬЮ ИГР И УПРАЖНЕНИЙ

Аннотация*: статья посвящена проблеме развития речевого дыхания у детей дошкольного возраста с помощью игр и упражнений.*

Ключевые слова*: речевое дыхание, игры, упражнения.*

Семья – это непросто кровные родственники, живущие под одной крышей, но и люди, помогающие друг другу во всем. Наблюдая и общаясь с детьми в настоящее время, мы всё чаще можем заметить, что сейчас очень мало родителей, кто смог бы полностью свое свободное время посветить семье, и должному развитию своих детей. «Обсуждать проблему по мере её поступления», вот девиз современной семьи. А что, если любую проблему можно предостеречь?! Не доводить неправильную речь до визита к логопеду, а уделить внимание ребенку гораздо раньше. Без утомительных «наседаний» на малыша, играя и поэтапно, начиная с правильного речевого дыхания. С 6 месяцев до 10 лет активно формируется речевое дыхание. Различают три типа дыхания:

1) верхнереберное;

2) грудное;

3) грудобрюшное (оно же диафрагмально-реберное).

Ребенок сначала пользуется в речи навыками физиологического дыхания и только в процессе речевого развития, под влиянием речи окружающих у него постепенно формируется наиболее оптимальный тип дыхания – грудобрюшной.

Развитие речевого дыхания у ребенка начинается параллельно развитию речи. В возрасте 6 месяцев идет подготовка дыхательной системы. В дошколь-

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

ном возрасте у детей в процессе речевого развития одновременно формируется связная речь и речевое дыхание. У здоровых детей в 4–6-летнем возрасте, грудобрюшное дыхание находятся в стадии интенсивного формирования. К 10 годам становление речевого дыхания завершается. Но, к сожалению, проведя опрос мы выяснили что многие родители понятия не имеют о необходимости и пользе правильного дыхания и очень часто сами дышат неправильно. Поэтому мы подготовили и делимся с вами: что такое речевое дыхание? Для чего оно нам необходимо? Как научится речевому дыханию самому? И самое главное – как научить своего ребенка?

Речевое дыхание – это важная часть речи. Оно участвует в создании голосового звучания. В речевом дыхании вдох намного короче выдоха, по сравнению с обычным. Чтобы речь была плавной, необходимо экономично расходовать воздух и вовремя его возобновлять. Во время речи вдох мы делаем одновременно ртом и носом, а выдох только через рот. При правильном речевом дыхание, речь произносится с нормальной громкостью, проговариванием всех звуков и выразительно.

Неправильное речевое дыхание – это когда вдох большой, а выдох маленький или когда окружающие замечают забор воздуха.

Как понять, что проблема с речевым дыханием присутствует у вас или у вашего ребенка? Явно наблюдаются:

– проглатывание окончаний слова;

– договаривание длинной фразы шепотом;

– заметен вдох в середине слова;

– ускоренный темп речи;

– несоблюдение логических пауз.

Главными причинами являются слабо развитый дыхательный аппарат, а вследствие этого нерациональный расход выдыхаемого воздуха.

Это может быт из-за:

– физического состояния;

– хронических заболеваний дыхательных путей;

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

– малоподвижный образ жизни.

Если проблемы с дыханием есть у взрослого, сначала нужно научиться правильно дышать самому, а уже потом научить своих детей.

Представим вам упражнение, которое поможет контролировать своё речевое дыхание.

1. Ложимся на достаточно твердую поверхность, без подушки. Одну руку кладём на живот. Вдох делаем носом так, чтобы воздух попал в живот и рука поднялась. Выдох через рот, длительный и плавный. Для занятий с детьми для этого упражнения лучше взять игрушку и ставить на живот для наглядности её.

2. После того, как механизм дыхания лёжа усвоен, то же самое делаем стоя, потом сидя.

3. Только после этого можно переходить к тому, чтобы дышать правильно во время речевого высказывания.

И после освоение этой простой, казалась бы заложенной в каждом человеке природой, техники. Нужно подготавливать к речи своего малыша.

Дыхание входит в сложную функциональную речевую систему. Периферические органы слуха, дыхания, голоса, артикуляции неразрывно связаны и взаимодействуют между собой на разных уровнях под контролем ЦНС. Каждый из органов речи имеет свою функцию. По мнению А.Р. Лурия нарушение одной из них отразится на деятельности остальных органов. Поэтому так важна роль дыхания как «пускового механизма» в начале постановки звукопроизношения.

Возникает вопрос: как воспитывать у детей речевое дыхание прежде чем проблема речи проявит себя? Конечно же играя. Вовлечь в игру можно всю семью, для этого совсем не нужно приобретать специальные тренажёры, все можно сделать дома, из подручных предметов таких как салфетки, трубочки, шарики, мыльные пузыри, свечи, листы бумаги (лучше если цветные), обычная вата, бумажные или пластиковые стаканчики, резиновые перчатки и многое другое.

Приведем к примеру пару игр:

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

«Футбол». Соорудите из конструктора или другого материала ворота, возьмите теннисный шарик или любой другой легкий шарик. И поиграйте с ребенком в футбол. Ребенок должен дуть на шарик, стараясь загнать его в ворота. Можно использовать трубочки, нарисовать футбольное поле и устроить чемпионат.

«Собери стаканчики» В данной игре необходимо собрать пластиковые стаканчики в один. С помощью шарика надувая его до необходимого размера и удерживая не касаясь руками.

Формировать правильное речевое дыхание задача каждого родителя, задача эта не сложная, тем более, если превратить ее в веселую игру.

Но даже если у взрослых совершенно нет времени для подготовки игр и проведение их, то всегда есть альтернативные варианты развития речевого дыхания во время прогулки, возращения из сада, поездке на автобусе.

Для таких упражнений сама природа предоставляет нам шанс.

Зимой можно взять комочки снега и раздувать их на определенное расстояние, регулируя силу выдоха.

Ну а летом сезон одуванчиков – время долгожданное для ребятишек, сдувать семена можно с разной силой и длиной выдоха: вдох непременно носиком, а выдох через ротик на вытянутых в трубочку губках.

Не для кого не секрет, что возрастает количество детей, нуждающихся в логопедической помощи, а число таких групп ограниченно, поэтому родителям приходится обращаться к частным логопедам, а это дополнительные расходы для семьи. Поэтому использую в практики дыхательные игры и упражнения, уделяя своим деткам внимания для развития правильного дыхания в раннем возрасте, можно избежать ряд проблем и затрат. А регулярные занятия ещё и способствуют профилактике болезней дыхательных путей, улучшает местное и мозговое кровообращение, препятствует разрастанию аденоидов, предохраняет от переохлаждения.

Дышите правильно, говорите красиво и будьте здоровы!

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Список литературы

1. Белякова Л.И. Методика развития речевого дыхания у дошкольников. – М.: Книголюб, 2004.

2. Выготский Л.С. Избранные психологические исследования. Мышление речь / под ред. А.Н. Леонтьева, А.Р. Лурия. – М.: Изд-во АПНРСФСР, 1956

3. Гуськова А.А. Развитие речевого дыхания детей 3–7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2011.

4. Ипполитова А.Г. Открытая ринолалия. – М.: Просвещение, 1983.

5. Лурия А.Р. Язык и сознание. – М.: Изд-во МГУ, 1979.

6. Максакова А.И. Развитие речевого голоса у дошкольников // Дошкольное воспитание. – 1988. – №1.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)