(cc) BY

Левыкина Лилия Валентиновна
учитель-логопед
Маренкова Татьяна Александровна
учитель-логопед
Саликова Светлана Павловна
воспитатель
Корсакова Елена Викторовна
воспитатель
Бочкарева Людмила Викторовна
воспитатель

МАДОУ «Д/С №47 «Лесовичок»
г. Старый Оскол, Белгородская область

РАЗВИТИЕ РЕЧЕВОГО ДЫХАНИЯ У ДЕТЕЙ С ТЯЖЕЛЫМИ НАРУШЕНИЯМИ РЕЧИ. ПРАВИЛЬНО ДЫШИМ – ПРАВИЛЬНО ГОВОРИМ

Аннотация*: в статье рассматриваются основные этапы формирования речевого дыхания у старших дошкольников с тяжелыми нарушениями речи. Авторами предлагаются игры, которые могут быть использованы в коррекционно-развивающей деятельности.*

Ключевые слова*: тяжелые нарушения речи, фонационное дыхание, речевое дыхание, дыхательные игры, дыхательные упражнения.*

Сегодня в стране отмечается тенденция неуклонного роста количества детей с речевыми патологиями. Во многом причина нарушений у детей с тяжелыми нарушениями (ТНР) речи состоит в неправильном дыхании дошкольников. Развитие дыхания – это один из первых и очень важных этапов коррекционного воздействия.

Одним из компонентов просодической стороны речи, а также основным источником энергии при образовании звуков является речевое (фонационное)

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

дыхание. Его нарушение негативно влияет на процесс звукопроизношения и голосоподачи,что отрицательным образом сказывается на нервно-психическом становлении ребенка, и приводит к его проблемам с коммуникацией.

Правильное фонационное дыхание позволяет оптимизировать расход воздуха в процессе речевого высказывания, при минимальном мышечном напряжении достигать достаточной громкости голоса, менять его тональность, сохраняя пластику, экспрессию и четкость речи. Логопедическая работа по развитию речевого дыхания строится с учетом данных, полученных в результате комплексной оценки состояния дыхания и голосового аппарата.

Давайте рассмотрим как нарушается дыхание при некоторых видах речевой патологии. При дизартрии у большинства детей отмечается нарушение речевого дыхания. Для них характерны: чрезмерный забор воздуха на фазе вдоха, форсированное начало фазы выдоха, сокращение длительности речевого выдоха, неравномерность выдоха на протяжении фразы, спастичность дыхательной мускулатуры в процессе дыхания и связанную с этим судорожность вдоха и выдоха, расстройства координации между дыханием и артикуляцией.

У детей с ТНР (заикание) в момент эмоционального возбуждения дыхание становится поверхностным. Объем выдыхаемого воздуха сильно уменьшается. Речь прерывается, а в середине слова делается судорожный вдох. Работа ведется над разными видами дыхания параллельно в зависимости от структуры речевого дефекта, возраста, интеллектуальных возможностей ребенка.

Существуют два основных блока работы над формированием речевого дыхания:

1) формирование неречевого диафрагмального дыхания;

2) формирование фонационного и речевого дыхания.

Каждый блок делится на этапы, в процессе которых отрабатывается с ребенком разные типы и способы дыхания через различные упражнения и коррекционные игры. Работу над развитием речевого дыхания с дошкольниками лучше проводить в игровой форме. Это обеспечит более высокий уровень активности детей во время организованной образовательной деятельности.

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

Основные рекомендации по проведению дыхательных игр и упражнений на логопедических занятиях и в режиме коррекционного часа и режимных моментах заключаются в следующем:

1) формировать у детей знания о необходимости дышать носом, не поднимая плеч при вдохе, при активном участии в процессе дыхания живота;

2) развивать у детей навыки носового дыхания и первичных приемов дыхательной гимнастики, которые являются подготовкой к развитию грудобрюшного типа дыхания;

3) учить ребенка дышать при закрытом рте, попеременно зажимая то одну, то другую ноздрю, для усиления глубины вдоха перед ноздрями ребенка создавать «веер воздуха»;

4) упражнения выполнять последовательно, вначале лежа, затем сидя и стоя;

5) сформированность грудобрюшного типа дыхания определяется визуально и тактильно (с помощью ладони, положенной на область диафрагмы ребенка);

6) поддерживать активное внимание дошкольников во время проведения занятий, которое сосредотачивается не на длительности вдоха и выдоха, а на работе диафрагмы, т. е. на ощущениях сокращений этой мышцы;

7) соблюдать регулярность и этапность работы и постепенное усложнение предлагаемых заданий.

Формирование диафрагмального дыхания, ротового, речевого выдоха, носового дыхания, дифференцированного дыхания «рот – нос», развитие дыхательной мускулатуры могут включать:

– упражнения диафрагмального вдоха – выдоха;

– упражнения на дифференциацию ротового и носового дыхания;

– упражнения на выработку целенаправленной воздушной струи;

– упражнения на выработку длительного выдоха.

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

Это такие упражнения как «Качели», «Бегемотик-1», «Бегемотик-2», «Зеркало», «Ныряльщики за жемчугом», «Заморозь ладонь», «Дыхание», « Сдуй снежинку», «Футбол» и т. д.

Длительность дыхательных упражнений на первых занятиях составляет 20–25 секунд, постепенно увеличивая нагрузку в течение двух недель до 2 минут. Упражнения выполняют 4–5 раз. В дальнейшем в течение дня упражнения необходимо повторять 2–3 раза по 2 минуты за прием. Если упражнение вызывает головокружение, то продолжительность сокращается до 10–15–20 секунд.

Далее планируется работа по постановке диафрагмально-реберного типа дыхания и формирование длительного ротового выдоха. При этом типе дыхания полностью расширяется грудная полость, максимально вентилируются все участки легких. Напряжение нижних межреберных мышц позволяет удерживать диафрагму в сокращенном состоянии, что ведет к спокойному, равномерному выдоху, незаметному для окружающих, что в свою очередь опосредованно снижает утечку воздуха через нос. Традиционно для формирования дыхания используют комплексы физических упражнений (методика «Дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой»).

На этом же этапе проводят работу по дифференциации ротового и носового выдоха. В результате выполнения упражнений ребенок должен научиться ощущать разницу в направлении воздушной струи.

Основными рекомендациями на этом этапе будут:

1) в процессе занятий формировать у детей знания об основных дыхательных процессах: вдох и выдох и о том, о силе выдоха, которую можно тренировать;

2) обучать детей приемам специальной дыхательной гимнастики, навыкам «быстрого вдоха» – короткого и резкого – через нос и плавного и длительного выдоха через рот, тренировать силу выдоха;

3) необходимо научить детей «затаивать и прятать» дыхание;

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

4) при осуществлении «быстрого вдоха» прохождение воздуха через носовые ходы сопровождается наибольшим шумом и примыканием ноздрей к носовой перегородке;

5) в игры и упражнения активно включаться должны работа всех частей тела;

6) для правильного понимания и усвоения детьми дыхательного упражнения по выработке навыка осуществлять подряд два «быстрых вдоха» можно использовать игровые приемы «Подышим как собачки», или как поросята быстро понюхаем цветок «нюх-нюх»;

7) необходим постоянный контроль за дыханием детей;

8) выполнять упражнения помогает тактильный контроль: поднесение ладони ко рту, наматывание нитки на клубок; различные движения руками по графическим схемам: горки, дорожки, спирали и т. д.;

9) формировать длительную и плавную воздушную струю на выдохе.

Для формирования плавной воздушной струи необходимо учитывать следующие моменты:

– выдоху предшествует сильный вдох через нос или рот («Ребята, набираем полную грудь воздуха»);

– выдох происходит плавно, а не толчками («Выдохнули: фу-у-у-у-у-у-у»);

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

– во время выдоха воздух выходит через ротик;

– выдыхать следует, пока не закончится воздух.

Развивать способность направлять воздушную струю в нужном направлении («Дуем на ветрячок», «Волшебную палочку»).

Здесь учителем-логопедом и воспитателями могут использоваться следующие игры и упражнения на развитие «быстрых вдохов» – «Собачки», «Маршировка», «Мышата», «Зайчики», «Ушки», «Маятники», «Обнимашки», а на выработку длительного неречевого выдоха – «Воздушный футбол», «Листопад»,

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

«Ветерок», «Снегопад», «Кораблик», «Мой воздушный шарик», «Лети бабочка», «Свистульки» и др.

Как только дошкольники овладели данными типами дыхания приступаем к развитию фонационного выдоха. Внимание детей направляется на звучание голоса в процессе выдоха. Здесь дети знакомятся со звуковыми дыхательными играми.

Ребенок тянет без голоса или с голосом звуки на выдохе, максимально долго. Сначала тянутся гласные звуки, с изменением силы голоса, с разной интонацией. Затем – согласные звуки. Дети сначала обучаются в процессе выдоха произносить слоги и отдельные слова, затем фразы из двух, а далее из трех-, четырех слов, поговорки и скороговорки, стихотворения. Упражнения на развитие дыхания, которые включены в содержание занятий фонетической ритмики, направлены на выработку продолжительного выдоха, что позволяет нормализовать речевое дыхание и связанную с ним снитность речи.

Звуковые дыхательные упражнения могут выполняться ребенком ежедневно, как элемент зарядки в детском саду и дома. Эти игры могут быть включены в занятия по формированию правильного звукопроизношения. В ходе работы происходит постепенное усложнение предлагаемых заданий. В течение одного занятия каждое упражнение необходимо повторять 2–3 раза с обязательной паузой между ними на протяжении одной-двух недель. Общая продолжительность гимнастики 3–5 минут. Постепенно у детей образуется условно-рефлекторная связь между началом вдоха и движением руки педагога вверх. В дальнейшем быстрое движение руки вверх воспринимается детьми как невербальная инструкция к выполнению быстрого вдоха.

Рекомендуемые игры и упражнения отражены в приложении (приложение Д): «Пой со мной», «Звуки вокруг нас», «Пропоем звук [л]», «Паровоз», «Большой и маленький медвежонок», «Волшебный язык», «Дует ветерок», «Лесная азбука», «Комар», «Жуки», «Рычалка», «Мычалка», «Сдуй шарик».

И наконец, подошли к последнему этапу – развитие речевого дыхания. Здесь происходит формирование правильного сочетания вдоха и выдоха во

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

время произнесения слогов, слов и фраз: говорить необходимо на выдохе, нельзя добирать воздух во время произнесения слов и фраз, речь должна быть плавной. Можно использовать звуковые речевые игры: «Волшебные слоги», «Веселая песенка», «Веселое путешествие», «Волшебные слова», «Паровозик и вагоны», «Волшебные фразы», «Изобрази животное», «Поезд» и др.

Участие в этом процессе (и тесную взаимосвязь) должны принимать не только учитель-логопед и воспитатели, но и музыкальный работник, инструктор по физкультуре, а также родители.

Опыт работы показывает, что стойкость результатов в развитии правильного речевого дыхания достигается только при наличии единого коррекционно-образовательного пространства с его сетью интегративных связей.

Список литературы

1. Аксанова Т.Ю. Дыхательные упражнения в системе работы с дошкольниками, имеющими тяжёлые нарушения речи: учебно-метод. пособ. / Т.Ю. Аксанова. – СПб.: Детство-пресс, 2019. – 165 с.

2. Андреев Ю.А. Твое волшебное дыхание: энциклопедия методов лечебного дыхания / Ю.А. Андреев. – СПб.: Питер, 2018. – 160 с.

3. Архипова Е.Ф. Развитие речевого дыхания у детей дошкольного возраста с ОНР / Е.Ф. Архипова – М.: АСТ: Астрель, 2016. – 319 с.

4. Архипова Е.Ф. Коррекционно-логопедическая работа с детьми дошкольного возраста / Е.Ф. Архипова. – М.: АСТ: Астрель, 2018. – 254 с.

5. Меньшикова Г.В. Лучшие дыхательные гимнастики для вашего здоровья / Г.В. Меньшикова. – М.: АСТ; СПб.: Сова, 2018. – 261 с.

6. Фатеева Н.М. Изучение формирования речевого дыхания у детей дошкольного возраста с нарушением речи / Н.М. Фатеева – М.: Просвещение, 2020. – 244 с.

7. Кузнецова И.Е. Этапы развития речевого дыхания [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://nsportal.ru/detskiy-sad/logopediya/2015/05/11/etapy-razvitiya-rechevogo-dyhaniya (дата обращения: 11.12.2022).

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