(cc) BY

Егорова Надежда Константиновна
учитель-логопед
МБОУ «СОШ №3»
г. Балашиха, Московская область

РАЗВИТИЕ РЕЧЕВОГО ДЫХАНИЯ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С НАРУШЕНИЯМИ РЕЧИ КАК ЭФФЕКТИВНОЕ СРЕДСТВО КОРРЕКЦИИ РЕЧИ

Аннотация*: в статье рассматривается значение дыхания в речевом развитии детей дошкольного возраста, а также использование дыхательных упражнений в процессе работы с дошкольниками.*

Ключевые слова*: речевое дыхание, дыхательная гимнастика, дыхательные упражнения, дошкольный возраст.*

Речевое дыхание способствует созданию голосового звучания на равномерном выдохе. Наиболее правильным и целесообразным для речи является диафрагмально-реберное дыхание.

Речевое дыхание отличается от жизненного тем, что это произвольный, управляемый процесс. В речи вдох короткий, а выдох длинный. Поэтому количество выдыхаемого воздуха зависит от длины фразы. Речевое дыхание считается неправильным, если дыхание учащено, выдох укорочен, осуществляется слишком большой вдох или добор воздуха заметен для окружающих.

Дыхание входит в состав сложной функциональной речевой системы. Периферические органы слуха, дыхания, голоса, артикуляции неразрывно связаны и взаимодействуют между собой на разных уровнях под контролем ЦНС. Каждый орган речи обладает своей функцией, нарушение одной из них обязательно отразится на деятельности остальных органов. Поэтому так важна роль дыхания логопедической практике.

Правильное речевое дыхание обеспечивает:

– нормальное звукопроизношение;

– поддерживает громкость речи;

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

– сохраняет плавность речи и отвечает за правильную паузацию;

– обеспечивает обогащение кислородом головного мозга;

– обеспечивает регуляцию нервных процессов.

При целенаправленном педагогическом воздействии овладение правильным речевым дыханием происходит быстрее; раньше происходит удлинение и усиление внеречевого выдоха, удлинение выдоха в процессе фонации звуков, что дает возможность произносить больше слов на одном выдохе; создаются условия для правильного использования выдоха в процессе речевого высказывания и речь становится интонационно выразительной, четкой, понятной.

Для выработки такого типа дыхания необходимо проводить с дошкольниками учебно-тренировочные упражнения по развитию и укреплению диафрагмы, брюшных и межрёберных мышц, т. е. дыхательную гимнастику.

Дыхательная гимнастика в дошкольном возрасте решает следующие задачи:

– повышение общего жизненного тонуса ребёнка, сопротивляемости, закалённости и устойчивости его организма к заболеваниям дыхательной системы;

– развитие дыхательной мускулатуры, увеличение подвижности грудной клетки и диафрагмы, улучшение лимфо- и кровообращения, улучшение деятельности сердечно-сосудистой системы и кровообращения.

В структуру дыхательной гимнастики используются статические, динамические и специальные дыхательные упражнения. Они могут быть применены на фоне общеукрепляющих общеразвивающих физических упражнений.

Рекомендации для развития правильного речевого дыхания:

– все упражнения необходимо выполнять легко, естественно, свободно, без усилий, напряжения и скованности;

– находиться в расслабленном состоянии, но не сутулиться;

– вдох осуществляется через нос, выдох – через рот;

– губы при выдохе немного открыты;

– выдох должен быть продолжительным и плавным, предметы для поддувания должны находиться на уровне рта ребёнка;

– не надувать щёки при выдохе;

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

– проводить упражнения по формированию правильного речевого дыхания в игровой форме;

– перед проведением дыхательной гимнастики необходимо проветрить помещение;

– упражнения повторять не более 3–5 раз, 3 раза в день по 4–7 минут;

– не переутомлять ребёнка, т. е. строго дозировать количество и темп упражнений, при недомогании лучше отложить занятие;

– занятия по развитию речевого дыхания должны проходить на высоком эмоциональном фоне, приносить радость детям.

Существует множество разновидностей дыхательной гимнастики. Дыхательные упражнения, главным образом, основаны на методах Б.С. Толкачёва, А.Н. Стрельниковой, К.П. Бутейко, используется оздоровительное дыхание и другие.

Комплексы дыхательных упражнений можно использовать в работе с детьми разного дошкольного возраста, но начинать необходимо с меньшей дозировки и с упрощённой формы выполнения, с постепенным усложнением. Учитывая незавершённость формирования дыхательной системы младших дошкольников, дыхательные упражнения выполняются в медленном и среднем темпе с небольшим (4–5) количеством повторений. В старшем дошкольном возрасте эти упражнения выполняются в среднем темпе. Количество повторений увеличивается до 6–8 раз. Больше внимания уделяется специальным дыхательным упражнениям.

Дети одного возраста развиваются по-разному, поэтому каждому ребёнку нужно показать точную технику выполнения дыхательных упражнений, строить работу в зависимости от его индивидуальных возможностей. Также важным условием эффективности дыхательной гимнастики является то, что её нужно выполнять регулярно, без перерывов.

Список литературы

1. Белякова Л.И. Методика развития речевого дыхания у дошкольников с нарушениями речи / Л.И. Белякова, Н.Н. Гончарова, Т.Г. Шишкова. – М.: Книголюб, 2004. – 56 с.

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

2. Вакуленко Л.С. Воспитание правильного звукопроизношения у детей: учеб.-метод. пособ. / Л.С. Вакуленко. – Мурманск: МГПУ, 2008. – 116 с.

3. Брак Н.В. Роль дыхательной гимнастики в детском саду / Н.В. Брак [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://nsportal.ru/detskiy-sad/logopediya/2022/12/27/rol-dyhatelnoy-gimnastiki-v-detskom-sadu (дата обращения: 08.01.2023).

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