Развитие речевого дыхания у детей с нарушением речи

Речевое дыхание — основа звучащей речи, источник образования звуков, голоса. Хорошо поставленное дыхание обеспечивает ясную дикцию и четкое произношение звуков. Чтобы научить ребёнка владеть голосом, надо научить его правильно дышать: и та и другая функция выполняются одними и теми же органами. Правильное дыхание — это короткий глубокий вдох и плавный, экономный выдох. Такое выполнение движений представляет трудность для детей, у которых имеются речевые нарушения. С ними необходимо планомерно работать над формированием речевого дыхания, начиная с лёгких дыхательных упражнений, переходя к более сложным. Логопедическая практика показывает, что речевые нарушения у детей дошкольного возраста становятся все более сложными. Поэтому залогом четкого произношения звуков и ясной дикции является хорошо поставленное речевое дыхание.

Речевое дыхание у дошкольников 5–7 лет с речевыми нарушениями характеризуется:

‒ малым объемом легких;

‒ слабой дыхательной мускулатурой;

‒ слабым вдохом и выдохом, что ведет к тихой, едва слышной речи (часто наблюдается у физически слабых детей, а также у робких, стеснительных);

‒ неэкономным и неравномерным распределением выдыхаемого воздуха (в результате этого дошкольник иногда выдыхает весь запас воздуха на первом слоге и затем договаривает фразу или слово шепотом, нередко из-за этого он не договаривает конец слова или фразы);

‒ неумелым распределением дыхания по словам (ребенок вдыхает в середине слова (мы с мамой пой — (вдох) — дем гулять);

‒ торопливым произнесением фраз без перерыва и на вдохе, с «захлебыванием;

‒ слабым выдохом или неправильно направленной выдыхаемой воздушной струей, которая, в свою очередь, приводит к искажению звуков.

Правильно сформированное речевое дыхание у дошкольников, нуждающихся в логопедической помощи, обеспечивает быстрое усвоение звуков, способно изменять силу их звучания, помогает соблюдать паузы, сохранять плавность речи, менять громкость, использовать речевую мелодику. Учитель-логопед, проводя коррекционно-развивающую деятельность по формированию речевого дыхания у дошкольников 5–7 лет с речевыми нарушениями, тесно сотрудничает с родителями и воспитателями. Родители следят за дыханием своих детей и контролируют его.

Рекомендации по выполнению дыхательной гимнастики:

‒ проводить дыхательные упражнения в хорошо проветренном помещении или при открытой форточке;

‒ коррекционно-развивающую деятельность проводить до еды;

‒ заниматься в свободной, не стесняющей движения одежде; ‒ воздух необходимо набирать через нос, плечи не поднимать;

‒ выдох должен быть длительным, плавным;

‒ необходимо следить, чтобы не надувались щеки (на начальном этапе можно прижимать их ладонями);

‒ в процессе речевого дыхания не напрягать мышцы в области шеи, рук, груди, живота;

‒ дыхательные упражнения можно выполнять как в положении сидя, так и стоя;

‒ достаточно трех-пяти повторений. Многократное выполнение дыхательных упражнений может привести к гипервентиляции!

Наступление гипервентиляции можно определить по следующим признакам: ‒ дозировать количество и темп проведения упражнений; после выдоха перед новым вдохом сделать паузу на 2–3 секунды.

Работа по формированию правильного речевого дыхания проводится проекта в определённой последовательности:

1 этап: формирование диафрагмального дыхания (упражнение «Удержи игрушку». Дети, лёжа на ковре, глубоко вдыхают — при этом животик надувается, затем выдыхают — животик втягивается).

2 этап: обучение детей умению дифференцировать вдох и выдох через нос и рот (по схеме), сидя, стоя рука на животике.

3 этап: формируем целенаправленную воздушную струю, вырабатываем сильный плавный удлинённый выдох.

Для развития дыхания ребенка используются дыхательные игры: сдувать снежинки, бумажки, пушинки со стола, с руки; дуть на легкие шарики, карандаши, свечи, на плавающих в тазу уточек, корабликов, на всевозможные вертушки; надувать надувные игрушки, воздушные шары, пускать мыльные пузыри; поддувать вверх пушинку, ватку.

4 этап: развитие таких качеств дыхания, как сила, продолжительность, постепенность и целенаправленность.

Регуляция дыхательного ритма. Начинать с пропевания гласных звуков: ‒ На выдохе один звук (а, у, о) ‒ На выдохе два звука (ау, уа) ‒ Проговаривание на одном выдохе слова, простого предложения (Это кукла. Это собака.) ‒ Постепенно удлиняем фразу, добавляя новые слова.

Развитие и воспитание речевого дыхания тесным образом связаны с развитием и воспитанием голоса. Многие упражнения по развитию речевого дыхания (например, «Покажи, как гудит паровоз», «Как плачет малыш» и другие развивают и голос. Игровые упражнения для развития голоса проводятся на хорошо знакомых детям звукоподражаниях: вою волка — у-у-у-у, ауканью в лесу — ау-ау-ау. Выполнение дыхательных упражнений в игровой форме вызывает у ребенка положительный эмоциональный настрой, снимает напряжение и способствует формированию практических умений. Ребенок, занимаясь дыхательной гимнастикой, попадет в особый микромир сказок, песен, игр, стихов.

Формирование правильного речевого дыхания у детей старшего дошкольного возраста позволяет:

1. Сократить время для постановки и автоматизации речевых звуков.
2. Увеличить количество произнесенных слов на выдохе.
3. Выработать четкую и внятную речь.
4. Достичь координации дыхания, речи и движений.
5. Повысить эффективность коррекции звукопроизношения.

**Список литературы:**  
 1. Гуськова А. А. Развитие речевого дыхания детей 3–7 лет. — М.: ТЦ Сфера, 2011. Кривилева Т. А.

2. 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» // Молодой ученый. — 2017. — №10. — С. 421-424.

3. Методическая разработка: Здоровьесберегающие технологии на логопедических занятиях.htt://nsportal.ru/detskii-sad

4. Щетинин М. Н. Дыхательная гимнастика А. Н. Стрельниковой.-М.: Метафора, 2007.