

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ДОШКОЛЬНИКОВ. РАБОТА С РЕБЕНКОМ ПО РАЗВИТИЮ ДЫХАНИЯ

Описание: Предложенная Вашему вниманию консультация раскрывает особенности физиологического и речевого дыхания, знакомит с методиками и игровыми упражнениями, способствующими развитию речевого дыхания.

Цель: Познакомить родителей с особенностями развития речевого дыхания у детей с нарушениями речи

Источник образования звуков речи — воздушная струя, выходящая наружу из легких через гортань, глотку, полость рта или носа. Правильное речевое дыхание обеспечивает нормальное звукообразование, создает условия для поддержания громкости речи, четкого соблюдения пауз, сохранения плавности речи и интонационной выразительности.

Развитие речевого дыхания у ребенка начинается параллельно развитию речи. Уже в возрасте 3-6 месяцев идет подготовка дыхательной системы к реализации голосовых реакций. В дошкольном возрасте у детей в процессе речевого развития одновременно формируется связная речь и речевое дыхание. У здоровых детей в 4-6-летнем возрасте диафрагмальное и речевое дыхание находятся в стадии интенсивного формирования. Таким образом, у детей без речевой патологии к пяти годам наблюдается в основном диафрагмальный тип дыхания

А у детей с речевыми нарушениями физиологическое дыхание имеет свои особенности. Оно, как правило, поверхностное, верхнереберного типа, ритм его недостаточно устойчив, легко нарушается при физической и эмоциональной нагрузке. Объем легких у таких детей существенно ниже возрастной нормы.

Различные несовершенства речевого дыхания, такие как неумение рационально использовать выдох, речь на вдохе, неполное возобновление запаса воздуха и др., могут быть обусловлены различными причинами: недостаточным вниманием взрослых к речи детей, общей ослабленностью ребенка, аденоидными разращениями, сердечно-сосудистыми заболеваниями и т.д.

Дети, которые имеют ослабленный вдох и выдох, как правило, говорят тихо и затрудняются в произнесении длинных фраз. При нерациональном расходовании воздуха нарушается плавность речи, так как дети на середине фразы вынуждены добирать воздух. Часто дети не договаривают слова и нередко в конце фразы произносят их шепотом. Иногда, чтобы закончить длинную фразу, они вынуждены говорить на вдохе, отчего речь становится нечеткой, судорожной, с захлебыванием. Укороченный выдох вынуждает говорить фразы в ускоренном темпе, без соблюдения логических пауз.

Приступая к развитию у ребенка речевого дыхания, необходимо, прежде всего, сформировать сильный плавный ротовой выдох. При этом нужно научить ребенка контролировать время выдоха, расходовать воздух экономно. Дополнительно у ребенка развивается способность направлять воздушную струю в нужном направлении.

Условия развития речевого дыхания детей:

1. Не заниматься в пыльной, непроветренной или сырой комнате;
2. Выполнять дыхательные упражнения следует не ранее чем через 1,5 – 2 часа после еды;
3. Одежда не должна стеснять шею, грудь и живот ребенка;
4. Следить за тем, чтобы во время упражнений не было напряжения мышц шеи, рук, груди; чтобы плечи и ключицы не поднимались при вдохе, а при выдохе не опускались;
5. Дидактический материал должен быть легким, безопасным, располагаться на уровне рта;
6. Выдоху предшествует сильный вдох через нос – набираем полную грудь воздуха;
7. Выдох происходит плавно, а не толчками;
8. Во время выдоха губы складываются трубочкой, не следует сжимать губы, надувать щеки;

9. Во время выдоха воздух выходит через рот, нельзя допускать выхода воздуха через нос (*если ребенок выдыхает через нос, можно зажать ему ноздри, чтобы он ощутил, как должен выходить воздух*);

10. Во время пения или разговора нельзя добирать воздух при помощи частых коротких вдохов.

При проведении упражнений, направленных на развитие у ребенка дыхания, необходимо иметь в виду, что дыхательные упражнения быстро утомляют ребенка, а частые повторения упражнений могут вызвать головокружение. Поэтому такие игры необходимо ограничивать по времени (*можно использовать песочные часы*) и обязательно чередовать с другими упражнениями.

Длительность упражнений для младшего возраста 2-3 минуты, для старшего возраста 3-5 минут с перерывом на отдых.

ЭТАПЫ РАБОТЫ ПО РАЗВИТИЮ РЕЧЕВОГО ДЫХАНИЯ ДЕТЕЙ:

I. Первый этап:

Цель: улучшить функции внешнего дыхания.

Объяснение правил выполнения упражнений: дышать нужно носом, нельзя поднимать плечи при вдохе, в дыхании должен участвовать живот.

Упражнения:

1. Вдох и выдох через нос.
2. Вдох и выдох через рот.
3. Вдох через нос, выдох через рот.
4. Вдох через рот, выдох через нос.
5. Подышать одной ноздрей, потом другой.

II. Второй этап:

Цель: вырабатывать более глубокий вдох и длительный выдох.

Упражнения (*без использования дидактического материала*):

1. **«Пошумим»** — громко вдыхать и выдыхать.
2. **«Собачке жарко»** — часто подышать носом с высунутым языком.
3. **«Воздушный шарик»** — резкий выдох – живот вытянули. Затем расслабить или **«отпустить»** мышцы живота. При вдохе живот естественно **«выталкивается»** вперед, как шарик.

Упражнения (*с использованием дидактического материала*):

1. **«Перышко, лети!»** — перышко подбрасывать в воздух и дуть на него, не давая упасть.
2. **«Ветерок»** — подуть на различные предметы, подвешенные на ниточке. Сдуть бабочку с цветка; снежинку или листья с ладони и т.д.;
3. **«Ветерок в бутылке»** — дуть через трубочку для коктейлей в бутылку с мелко нарезанными бумажками, кусочками пенопласта, фольги и др.;
4. Подуть на огонек свечи, сделанной из цветной бумаги; на дымок от паровоза; на пар, струящийся над картонной чашкой; на капельки от тучки, висящие на ниточках или сделанные из фольги и т. д.;
5. Сдуть со стола мелко нарезанные цветные бумажки, пушинки, ватку;
6. Дуть на различные предметы, лежащие на столе: палочки; карандаши разной формы (*круглые, граненые*) и длины; шарики разного веса: пластмассовые, деревянные, резиновые, стараясь сдвинуть их с места;
7. Дуть на различные предметы, плавающие в миске с водой.
8. **«Буря в стакане»** — бурление воды в стакане с помощью трубочки для коктейлей;
9. **«Футбол»** — забить мяч в игрушечные ворота с помощью воздушной струи;
10. Надувать бумажные и целлофановые мешки, воздушные шарики;
11. Ветряные игрушки – вертушки;
12. Мыльные пузыри;
13. Духовые музыкальные инструменты (*дудочка, свисток, губная гармошка*);

14. Переносить бумажные картинки (например, рыбки) из одной баночки в другую при помощи трубочки для коктейлей (развитие вдоха) и т.д.

III. Третий этап:

Цель: развитие фонационного (озвученного) выдоха.

Ребенок тянет на выдохе звуки с голосом максимально долго. Сначала гласные, потом согласные.

Упражнения:

1. Длительное протяжное произнесение гласных звуков.

«Кукла плачет – а-а-а», «Дует сильный ветер – у-у-у», «Пароход гудит – ы-ы-ы», «Болят зуб – о-о-о»;

2. Длительное произнесение согласных звуков.

«Сердитая муха» — Муха жужжит над ухом «дз-з-з» — на одном дыхании при усилении и ослаблении звука, «насос» — накачиваем колёса «с-с-с», «змейка» — шипим «ш-ш-ш».

3. Игры – соревнования:

«Кто дольше споет песенку на одном звуке?», «Чья песенка длиннее?»

IV. Четвертый этап:

Цель: развитие речевого дыхания.

Ребенок произносит на выдохе слоги, отдельные слова, фразы. Младший возраст – 2-3 слова, старший возраст – 3-5 слов.

Упражнения:

1. «Собачка» — руки положить на живот, имитировать лай собаки, сначала короткое «ав-ав», а потом длинное «а-а-ав»;

2. Многократное повторение слогов. «Паровоз – чух-чух-чух», «Дождик капает – кап-кап-кап», «Зайка прыгает – оп-оп-оп», «Мишка топает – топ-топ-топ», «Птицы разговаривают – чик-чирик, ко-ко-ко, кря-кря-кря, ку-ку»;

3. Счет от 1 до 5, от 5 до 10, от 1 до 10 и т. д.;

4. Назвать времена года, дни недели, названия месяцев и т. д.;

5. Фразы с использованием приема наращивания: Дует ветер – Дует сильный ветер – Дует сильный и холодный ветер – Дует сильный и холодный северный ветер и т.д.;

6. «Скороговорки»: «Егорка»: Как на горке на пригорке жили 33 Егорки. Раз Егорка, два Егорка, три Егорка, четыре Егорки и т.д.;

7. Поговорки;

V. Пятый этап:

Цель: формирование правильного речевого дыхания в процессе произношения текста.

Упражнения:

1. Чередование дыхательных упражнений и игр;

2. Пересказ сказок;

3. Разучивание стихов;

4. Пение.

Список литературы и источников:

1. Алмазова Е.С. Логопедическая работа по восстановлению голоса у детей. – М, 2005.

2. Шашкина Г.Р. Логопедическая ритмика для дошкольников с нарушениями речи. – М., 2005.

3. Игры и упражнения для развития плавного ротового выдоха [Интернет-источник]: (<https://ddu91grodno.schools.by/pages/igry-i-uprazhnenija-dlja-plavnogo-rotovogo-vydoha>)