

РАЗВИТИЕ РЕЧЕВОГО ДЫХАНИЯ У ДОШКОЛЬНИКОВ

Дыхание ребенка в своем развитии сильно изменяется. У новорожденного из-за почти перпендикулярного положения ребер в отношении позвоночника грудная клетка приподнята и при вдохе почти не расширяется. И действует только диафрагмальное дыхание. Но в дальнейшем развитии ребра принимают саблевидную форму, грудь опускается.

К 3-7 годам создаются условия для грудного дыхания, сочетающегося с диафрагмальным дыханием. С развитием же плечевого пояса грудное дыхание становится господствующим. Все же так как у дошкольника ребра меньше наклонены, чем у взрослого, то дыхание его в значительной степени поверхностно. С 7 лет у мальчиков снова развивается диафрагмальное дыхание, у девочек же остается без изменения.

Учащенный дыхательный пульс нарушает ритм и плавность произношения слов и фраз, что в свою очередь ведет к искажению звуков. Из-за легкой возбудимости дыхательного центра в мозге ребенка, недоразвития нервной регуляции всякое физическое напряжение и небольшое повышение температуры еще более учащают пульс дыхания, нарушают его ритм, а, следовательно, усиливают несовершенства речи.

Наконец, неумение малышей дышать ртом так же вносит известную дезорганизацию, а произношение – пропуски звуков, задержки в их произношении, произношение на вдохе.

Полное урегулирование дыхания достигается лишь к 15-18 годам.



У дошкольников наблюдаются такие несовершенства речевого дыхания:

Очень слабый вдох и выдох, что ведет к тихой, едва слышимой речи. Это часто наблюдается у физически слабых детей, а также у робких, стеснительных.

Неэкономное и неравномерное распределение выдыхаемого воздуха на первом слове, а то и на первом слоге и затем договаривание фразы или слова шепотом. Нередко из-за этого ребенок не договаривает, «заглатывает» конец слова или фразы.

Неумелое распределение дыхания по словам. Ребенок вдыхает в середине слова (мы с мамой пой (вдох) идем гулять).

Торопливое произнесение фраз без перерыва и на вдохе, с «захлебыванием».

Неравномерный толчкообразный выдох: речь звучит то громко, то тихо, едва слышно.

Недочеты детского дыхания преодолеваются:

Развитием более глубокого вдоха и более длительного выдоха.

Выработкой у детей умения правильного дыхания в процессе речи.

То и другое достигается в младшем дошкольном возрасте исключительно в игре, а в среднем и старшем, отчасти и через гимнастику. Во избежание головокружения продолжительность дыхательных упражнений ограничивается 3-5 минутами с соблюдением чередования в это время детей.

Для развития дыхания ребенка пользуются следующими методами:

Сдувание снежинки, бумажки, пушинки со стола, с руки;

Дутье на легкие шарики, карандаши и катают их по столу, загоняют шарики по лотку вверх в лузу; приводят дутьем в движение плавающих в тазике уток, лебедей, кораблики, флажки, различные вертушки, бумажные колпачки и ватные шарики, подвешенные на натянутой горизонтальной нитке; сдувают тычинки созревших одуванчиков; дуют двумя группами с противоположных сторон на натянутый между ними легкий шарф (играют на детских духовых музыкальных инструментах дудочках, трубах, губных гармошках);

Надувание резиновых детских игрушек, бумажных мешков – хлопушек; особенно полезна игра в мыльные пузыри, она вырабатывает очень тонкое регулирование выдоха.

Поддувание вверх пушинок, ваты, бумажки, мыльных пузырей. На кого упадет предмет, тот читает стих, поет песенку и т. д.

Индивидуальные игры чередуются с групповыми.

Перечисленные игры развивают дифференцированное дыхание, более длинный, ровный и плавный выдох.

Во всех играх, развивающих дыхание, как и при дыхательной гимнастике, строго соблюдается правило: вдох совпадает с расширением грудной клетки, выдох с сужением ее. В процессе речи дети приучаются вдыхать только через рот, а не через нос, как это следует делать вне речевых актов. Для развития длительного, плавного речевого выдоха рекомендуется предлагать детям говорить на одном выдохе, постепенно увеличивая число слов (порядковый счет с загибанием пальцев; называние детей своей группы поименно). Упражнение проводится в форме игры «Кто больше скажет без передышки?»

Необходимо приучать детей говорить не торопясь, вдыхать перед началом речи, перед каждой фразой. Для этого взрослый, беседуя или рассказывая, читая сказку, стих, говорит короткими фразами, вдыхая перед каждой из них. Ребенок через рефлекс подражания усвоит эту манеру общения.

В младшей группе дети приучаются говорить на одном выдохе короткими фразами от 2 до 5 слов. В средней и старшей группах фразы несколько удлиняются. Развитию дыхания очень помогает пение с соответствующими тексту движениями. Не менее полезно читать в старшей группе стихи под маршировку и с дыханием под команду «вдох» после каждой строки. Для этого надо подобрать стихотворения, подходящие для этой цели по содержанию и форме.

Успех закрепляется постоянным надзором за дыханием детей и соответствующим внушением.

Успехов Вам, дорогие родители!