

СОВРЕМЕННАЯ НАУЧНАЯ МЫСЛЬ
Международная научно-практическая конференция

Биккинина Эльмира Шамилевна,
учитель – логопед, МАДОУ № 42,
г. Казань, Республика Татарстан

**НЕТРАДИЦИОННЫЕ МЕТОДЫ ФОРМИРОВАНИЯ
ПРАВИЛЬНОГО РЕЧЕВОГО ДЫХАНИЯ У ДЕТЕЙ
СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ОНР**

Аннотация. Актуальность данного направления, описанного в статье, обусловлена тем, что с каждым годом увеличивается степень сложности речевого развития у детей, поступивших в ДОУ. Дыхание входит в сложную функциональную речевую систему, при недостаточном развитии речевого дыхания возникают проблемы: ребенок проглатывает слова во время чтения стихов и т. д; теряется плавность, выразительность речи, у ребенка нарушаются логические паузы. Поэтому мы пришли к выводу о необходимости применения нетрадиционного подхода над формированием речевого дыхания для успешного освоения звукопроизношения и в целом речевого развития.

Ключевые слова: дошкольный возраст, нетрадиционные методы, дыхательные упражнения, речевое дыхание.

Анализ литературы свидетельствует о том, что в настоящее время проблемы речевого дыхания остаются актуальными и нерешенными, а работы, посвященные изучению физиологических механизмов речевого дыхания в норме и при патологии в последние десятилетия крайне немногочисленные.

Речь выполняет основную функцию – коммуникативную, благодаря которой речь является средством общения. Источником образования звуков речи является воздушная струя, выходящая из легких через гортань, глотку, полость рта или носа наружу. Правильное речевое дыхание обеспечивает нормальное звукообразование, создает условия для поддержания нормальной громкости речи, четкого соблюдения пауз, сохранения плавности речи и интонационной выразительности.

Логопедическая практика показывает, что с каждым годом увеличивается количество детей с дизартрией, моторной, сенсорной алалией, заиканием, которые составляют группу дошкольников с общим недоразвитием речи.

СОВРЕМЕННАЯ НАУЧНАЯ МЫСЛЬ

Международная научно-практическая конференция

Общее недоразвитие речи (ОНР) – это сложное речевое расстройство, при котором у детей с нормальным слухом и первично сохранным интеллектом отмечаются позднее начало развития речи, скудный словарный запас, аграмматизмы, дефекты произношения и фонемообразования. Характер нарушенного звукопроизношения у детей с общим недоразвитием речи указывает на низкий уровень развития фонематического восприятия, артикуляторной моторики, неформированность физиологического и речевого дыхания. [2, с. 57]

Несовершенства речевого дыхания у дошкольников с ОНР:

1. Очень слабый вдох и выдох, что ведет к тихой, едва слышимой речи. Это

часто наблюдается у физически слабых детей, а также у робких, стеснительных.

2. Неэкономное и неравномерное распределение 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, “заглатывает” конец слова или фразы.

3. Неумелое распределение дыхания по словам. Ребенок вдыхает в середине слова (*мы с мамой пой – (вдох) – дем гулять*).

4. Торопливое произнесение фраз без перерыва и на вдохе, с “захлебыванием”.

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

6. Слабый выдох или неправильно направленная выдыхаемая воздушная струя в свою очередь приводит к искажению звуков.

Данная категория детей нуждается в коррекционной логопедической работе. С учетом того, что дыхание является источником здоровья, основой звучащей речи, то сформировать его надо в оптимальные сроки. Для эффективности работы по формированию речевого дыхания у дошкольников с речевыми нарушениями необходимо применять нетрадиционные подходы.

Реализация предлагаемого нетрадиционного подхода по решению данной проблемы позволяет избежать стереотипности в коррекционно-развивающем процессе, а также: снизить трудоемкость; преодолеть детям эмоциональные барьеры; стабилизировать у ребенка психофизиологические процессы; интенсифициро-

СОВРЕМЕННАЯ НАУЧНАЯ МЫСЛЬ

Международная научно-практическая конференция

вать процесс постановки и автоматизации речевого дыхания; формировать у дошкольника познавательную мотивацию.

Комплексное воздействие на дыхательную систему ребенка осуществляется в двух аспектах: участие в процессе коррекции разных специалистов (логопеда, воспитателя, музыкального руководителя, инструктора по физическому воспитанию); использование дыхательных упражнений в течение дня в разных режимных моментах (логотренинги, прогулки, самостоятельная деятельность, занятия). [3, с. 3]

Упражнения предъявляем ребенку только в игровой форме, не забываем, что рядом с нами находятся дошкольники и игра для них на первом месте.

При проведении игр, направленных на развитие у ребенка дыхания, необходимо знать и помнить, что дыхательные упражнения быстро утомляют его и при этом могут вызвать головокружение. Поэтому игры должны ограничиваться по времени 3-5 минут с перерывами на отдых. Следует иметь в виду и то, что во всех играх, развивающих дыхание, 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. [1. с. 13]

Этапы работы.

На I этапе мы создаем фундамент для формирования правильного дыхания на основе сохранных функциональных систем детского организма. Опираясь на имеющиеся у ребенка дыхательные и двигательные навыки, мы учим его направлять внимание на тот орган, который подвергается коррекции, и к самому акту дыхания; сохранять вертикаль позвоночника. Средством реализации этих задач являются упражнения и эмоционально-игровые настроения. Так, упражнения «Медвежонок в берлоге», «Страшный сон мышонка», «Заячьи бега» побуждают детей к утрированию дыхания, к регуляции его частоты и места возникновения. Упражнение «Великан» способствует релаксации и растяжению позвоночника. Игра и положительные эмоции увеличивают мотивацию детей и повышают их способность к волевому усилию.

На II этапе приоритетной становится тренировка дыхательных мышц с целью увеличения дыхательного объема и улучшения качественных характеристик движений дыхательной мускулатуры.

СОВРЕМЕННАЯ НАУЧНАЯ МЫСЛЬ

Международная научно-практическая конференция

Формирование качественных характеристик движений происходит на контрасте напряжения и расслабления. Поэтому мы помогаем детям максимально расслабляться, применяя игры типа «Медуза», «Чайка», «Ленивец», «Отдых», а также учим чередовать напряжение и расслабление сначала крупных мышц, затем дыхательных (игры «Полоскание», «Гора» И др.). Улучшить качественные характеристики движений мышц, участвующих в акте дыхания (шеи, грудино-ключично-сосцевидных), помогают игры-упражнения «Буратино удивился», «Колобок», «Надави на бортик» (затылком, лбом, ухом, подбородком). Укреплению брюшных мышц способствуют упражнения «Ёжики», «Водный велосипед», «Переложит шарик ногами», «Бревнышки».

Задачи III этапа:

- создание активного вдоха с акцентом на качественные его характеристики (силу, скорость и объем воздушного потока);
- регуляция дыхательного ритма. Отработка этих навыков дыхания способствует улучшению аэродинамики воздушного потока, созданию внутриклеточного сопротивления и активизации рефлексогенных зон верхних дыхательных путей. Мы учим детей контролировать и регулировать длительность и глубину вдоха, выдоха и пауз между ними. Силу и направленность выдоха формируют упражнения «Ветер, ветерок, ветрище», «Костер». Осознанной задержке дыхания способствуют игры «Поиграй со светлячками», «Ловцы жемчуга». Результатом использования этих упражнений является сформированный стереотип правильного дыхания.

Задачи IV этапа:

- автоматизация нижне-реберного диафрагмального типа дыхания;
- формирование речевого дыхания.

В основу наших тренинговых циклов легли упражнения парадоксальной гимнастики А. Н. Стрельниковой, согласно которой, тренировочный эффект усиливается благодаря созданию дополнительного сопротивления как дыхательным мышцам, так и потоку воздушной струи. Тренинги, предложенные этим автором, мы адаптировали к нашему игровому оборудованию. В основу адаптированных игр положен принцип парадоксального дыхания, который призваны сформировать игры упражнения «Пожарни-

СОВРЕМЕННАЯ НАУЧНАЯ МЫСЛЬ

Международная научно-практическая конференция

ки», «Насос», «Гармошка», «Шарик», «Сосчитай мячики», «Покачай игрушку на животе». При проведении этих упражнений детям дается установка - делать шумный вдох носом на максимум движения, а выдох произвольный. При этом оборудование создает дополнительное сопротивление или нагрузку. [3. с. 3]

Игровые упражнения для развития физиологического и речевого дыхания.

- «Медвежонок в берлоге»

Цель. Активизировать глубокий спокойный вдох и шумный выдох носом.

Описание. Дети ложатся в сухой бассейн-берлогу, удобно устраиваются на разбросанных в нем мячах и поворачиваются с боку на бок.

Педагог.

Медведь в берлоге сладко спит

И шумно, на весь лес сопит.

Дети выполняют 8-12 шумных вдохов.

Выдох произвольный.

- «Страшный сон мышонка»

Цель. Направить внимание детей на частое, поверхностное дыхание ртом.

Описание. В норе (сухом бассейне) спят мышата. Им снятся сладкие сны, и они дышат спокойно.

Педагог.

Как дышит мышка-крошка,

Коль снится злая кошка?»

Дети дышат поверхностно и учащенно.

- «Заячьи бега»

Цель. Стимулировать глубокое, частое дыхание.

Описание. Дети-зайцы резвятся на поляне, догоняют друг друга, прыгая на фитболах. После слов педагога, что зайцы устали, дети останавливаются, дышат глубоко и часто ртом, изображая запыхавшегося зайца.

- «Великан»

Цель: Формировать вертикаль позвоночника.

Педагог. Дети, представьте, что сенсорная комната - это пещера гномов, добывающих самоцветы. Светильники не способны показать нам все великолепие драгоценных камней, сокрытых в

СОВРЕМЕННАЯ НАУЧНАЯ МЫСЛЬ

Международная научно-практическая конференция

глубине пещеры. Здесь трудно дышать, мало свежего воздуха. Сверху давит каменный потолок. Каждый из вас - могучий великан, который с радостью помогает гномам удерживать этот каменный свод. Вы уверены в своих силах, и это видно по вашим телам. Вы очень прямые и высокие, живот втянут, головой вы устремлены вверх, тянетесь макушкой, плечами все выше и выше! Вы становитесь выше и стройнее. Почувствуйте, как вы красивы, могучи и надежны. Все самоцветы подземелья у ваших ног. Гномы благодарят вас за помощь маленьким труженикам. И вы делаете это для них с радостью и любовью.

- «Медуза»

Цель. Учить детей расслаблять мышцы всего туловища с последующим напряжением их.

Описание. Дети лежат на ковриках, руки и ноги врозь.

Педагог.

Я лежу на спине,
Как медуза на воде.
Руки расслабляю,
В воду опускаю.

На сигнал «Шторм» дети сворачиваются калачиком, напрягаются. «Шторм закончился» - дети снова расслабляются, ложатся свободно.

- «Чайка»

Цель. Учить глубокому, спокойному вдоху согласовывать ритм дыхания с движениями рук.

Описание. Дети лежат в сухом бассейне на спине.

Педагог.

Спокойно на спине лежу,
Как чайка, медленно летаю.
Ладонями в воде скольжу:

Вверх - вдох, на выдох опускаю.

Дети поднимают через стороны руки вверх, скользят ладонями по лежащим в бассейне мячам; делают вдох, выдох, опуская руки через стороны вниз.

- «Ленивец»

Цель. Удерживать позу общего расслабления.

Описание. Дети ложатся животом на мячи-гиганты.

Педагог.

СОВРЕМЕННАЯ НАУЧНАЯ МЫСЛЬ

Международная научно-практическая конференция

Я ленивец, милый, славный,
Неуклюжий и забавный.
Вишу на ветке целый день.
Даже и висеть мне лень.
- «Отдых»

Цель. Учить расслаблять мышцы шеи и плечевого пояса.

Описание. Дети сидят на мячах-гигантах, широко расставив ноги, держа руки вдоль туловища, и отдыхают. опустив голову на грудь. Педагог осуществляет контроль за качеством расслабления детей.

- «Полоскание»

Цель. Учить выполнять упражнение с усилием, преодолевая сопротивление.

Описание. Дети стоят возле сухого бассейна, опустив в него руку (ногу), и выполняют движения вправо, влево и вглубь с последующим встряхиванием воображаемых брызг.

Педагог.

Руки в бассейн опущу,
Тщательно прополощу.
Ну, а потом по порядку
Выну, стряхну, разотру.
- «Гора»

Цель. Развивать силу и амплитуду движений мышц плечевого пояса.

Описание. Дети стоят возле сухого бассейна и сгребают руками шарики в кучу.

Педагог.

Это, конечно, не Эверест
Гору нагреб я руками.
Горы покруче, наверное, есть.
Попробуйте, сделайте сами!

- «Буратино удивляется»

Цель. Активизировать мышцы плечевого пояса.

Описание. Дети сидят на мячах гигантах.

Педагог.

Удивляется полено:

- Папа Карло, где колено?

Поднимает плечики,

СОВРЕМЕННАЯ НАУЧНАЯ МЫСЛЬ

Международная научно-практическая конференция

Смотрит так доверчиво.

Дети попеременно поднимают вверх правое, потом левое плечо.

- «Колобок»

Цель. Формировать плавность и амплитуду движения мышц шеи.

Описание. Дети сидят на мячах-гигантах.

Педагог.

Покатился колобок

С левого на правый бок.

А потом на спинке,

Будто по тропинке. [3. с. 5]

Рассматривая физиологическое дыхание как один из факторов здоровьесбережения ребенка, а речевое - как фундамент для формирования устной речи, нам удалось удовлетворить потребности детей в двигательной активности и различных формах деятельности, сообразной их природе; сформировать фундамент дыхания в наиболее сжатые сроки и без ущерба для психофизического здоровья ребенка и педагога; вызывать и закрепить у детей энергетический экономный тип дыхания, который лежит в основе речевого дыхания; обеспечить комплексное развитие всех систем, отвечающих за речевое высказывание (мимический и артикуляционный праксис, голосообразование и просодия). Использование и внедрение в логопедическую работу нетрадиционных методов дает возможность компенсировать нарушения речи, предупредить вторичные отклонения, подготовить детей к последующему обучению в школе.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Логопедия: практическое пособие / авт. сост. В.И. Руденко. - Ростов н/Д: 2008. - 287 с.
2. Основы логопедии с практикумом по звукопроизношению: Учеб. пособие для студ. сред. пед. учеб. заведений / М.Ф. Фомичева, Т. В. Волосовец, Е. Н. Кутепова и др.; Под ред. Т. В. Волосовец. - М.: Издательский центр «Академия», 2002. - 200 с.
3. Новикова Е.Л. Здоровьесберегающая технология формирования правильного речевого дыхания у детей 6 лет с ОНР // Дошкольная педагогика, 2007. - №1