

«Использование дидактических игр для формирования речевого дыхания у дошкольников»

Правильное дыхание осуществляется через нос. Привычка дышать ртом вредна, приводит к заболеваниям щитовидной железы, миндалин (гланд), дыхательной системы. Носовое дыхание предохраняет горло и легкие от холодного воздуха и пыли, хорошо вентилирует легкие, полость среднего уха, благотворно действует на кровеносные сосуды головного мозга.

Поэтому, правильное дыхание очень важно для развития речи, так как дыхательная система – это энергетическая база для развития речи. Дыхание влияет на звукопроизношение, артикуляцию и развитие голоса, является основой красивой звучащей речи. Надо обязательно дышать через нос и в обыденной жизни, и при выполнении дыхательных упражнений.

Дыхательные упражнения – это своеобразная зарядка нервной системы, помогающая сбросить напряжение, которая к тому же является хорошим средством профилактики заболеваний верхних дыхательных путей. В работе с дошкольниками дыхательным упражнениям необходимо уделять особое внимание.

Значение использования дыхательных упражнений.

Дыхательные упражнения улучшают осанку, стимулируют движения диафрагмы, улучшают кровообращение, гармонизируют деятельность дыхательной, нервной и сердечно - сосудистой систем, способствуют развитию речевого дыхания

Регулярные занятия дыхательными упражнениями способствуют воспитанию основ правильного речевого дыхания, характеризующееся коротким глубоким вдохом и длительным выдохом, во время которого происходит речевой акт.

Дыхание - важнейший физиологический процесс, происходящий автоматически, рефлекторно. Вместе с тем на дыхание можно влиять, регулируя его, делая поверхностным и редким, задерживая на некоторое время и т.д. Процесс дыхания, осуществляемый дыхательными центрами нервной системы, состоит из трех фаз: вдоха, паузы и выдоха, которые непрерывно и ритмично следуют одна за другой. Дышать надо через нос. Казалось бы, нет правила проще этого. Но при обследовании детей выявляется, что более чем у половины нарушено носовое дыхание (аденоиды, хронический ринит, гипертрофия небных миндалин 2,3 степеней).

Установлена связь между способом дыхания и успехами в обучении. От того, правильно дышит ребенок или нет, зависит его физическое и интеллектуальное развитие.

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

Параметры правильного ротового выдоха:

- ✧ выдоху предшествует глубокий вдох через нос - "набираем полную грудь воздуха";
- ✧ выдох происходит плавно, а не толчками;

- ✧ во время выдоха губы складываются трубочкой, не следует сжимать губы, надувать щеки;
- ✧ 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);
- ✧ выдыхать следует, пока не закончится воздух;

При проведении игр, направленных на развитие у ребенка дыхания, необходимо иметь в виду, что дыхательные упражнения быстро утомляют ребенка, даже могут вызвать головокружение, поэтому желательно придерживаться нескольких простых правил:

- ✧ Выполнение упражнений должно происходить в течение 3-6 минут. Количество минут зависит от возраста детей. Малышам двух-трех лет упражнения нужно делать в течение 3 минут, не более.
- ✧ Игры и упражнения должны проводиться в хорошо проветриваемом помещении с достаточным количеством свежего воздуха
- ✧ Занятия по дыхательной гимнастике нужно проводить до приёма пищи

Я хочу предложить вашему вниманию некоторые дидактические игры на развитие правильного речевого дыхания.

Для развития дыхания ребенка используются множество дыхательных игр:

- ✧ сдувать снежинки, бумажки, пушинки со стола, с руки;
- ✧ дуть на легкие шарики, карандаши, свечи;
- ✧ дуть на плавающих в тазу уток, корабликов, дуть на всевозможные вертушки и прочее;
- ✧ надувать надувные игрушки, воздушные шары, пускать мыльные пузыри;
- ✧ мобиль: пособие, на котором, в зависимости от сезонов меняются детали, на которые ребенку предлагается подуть (осенью – листочки; зимой – снежинки; весной – цветочки; летом – цветы и бабочки).

Примеры некоторых игр на развитие дыхания

Цветной дождик

Цель: развитие длительного непрерывного ротового выдоха; активизация губных мышц.

Закрепите на подвешенной горизонтально нити несколько разноцветных лоскутков ткани, или ёлочного дождика, или ленточек серпантина. Повесьте нить перед лицом ребёнка, на расстоянии 10-15 см.

Предложите ему подуть на висящие разноцветные ленточки. Затем усложните задание, предложив, в процессе выдоха подвинуть ленточку определённого цвета дальше, чем остальные.

При этом важно следить, чтобы малыш стоял прямо и дул, используя один длинный выдох, не добавлял воздух порциями.

Ветерок

Цель: развитие плавного ротового выдоха разной силы

В прозрачную пластиковую бутылку поместить шарики (бумажные, из ткани, из пенопласта и т.п.), закрыть крышкой с проделанной в ней дырочкой. В дырочку вставляется трубочка. Предложить ребенку дуть в трубочку с разной силой, изображая ветер.

Можно сделать несколько отверстий, и дети могут дуть по очереди.

Лети, бабочка!

Цель: развитие длительного непрерывного ротового выдоха; активизация губных мышц.

Оборудование: 2-3 яркие бумажные бабочки.

Ход игры: Перед началом занятия к каждой бабочке привязать нитку длиной 20-40 см, нитки прикрепить к шнуру на некотором расстоянии друг от друга. Шнур натяните так, чтобы бабочки висели на уровне лица стоящего ребенка. Взрослый показывает ребенку бабочек и предлагает поиграть с ними.- Смотри, какие красивые разноцветные бабочки! Посмотрим, умеют ли они летать. Взрослый дует на бабочек.- Смотри, полетели! Как живые! Теперь ты попробуй подуть. Какая бабочка улетит дальше? Необходимо следить, чтобы ребенок сидел прямо, при выдохе не поднимал плечи, дул на одном выдохе, не добывая воздух, не надувал щеки, а губы слегка выдвигал вперед. Дуть можно не более 10 секунд с паузами, чтобы не закружилась голова.

Описанные выше игры больше подходят для детей младшего дошкольного возраста.

Для старших дошкольников больше подойдут игры, включающие в себя соревновательный момент.

Например:

Летите, птички!

Цель: развитие длительного направленного плавного ротового выдоха; активизация губных мышц.

Оборудование: 2-3 разноцветные птички, сложенные из бумаги (оригами).

Ход игры: Ребенок сидит за столом. На стол напротив ребенка кладут одну птичку. Взрослый предлагает ребенку подуть на птичку, чтобы она улетела как можно дальше (дуть можно один раз).- Какая красивая у тебя птичка! А она умеет летать? Подуй так, чтобы птичка улетела далеко! Дуть можно один раз. Вдохни и набери побольше воздуха. Полетела птичка!

В ходе групповой игры можно устроить соревнование между двумя-тремя детьми: каждый дует на свою птичку. Побеждает тот, чья птица улетела дальше.

Взрослый следит за тем, чтобы дети не надували щеки, дули только один раз, сильно не напрягались.

Вместо птичек можно взять, например, фигуру лыжника, кораблик, машину, любое животное и т.д.

Катись, мяч!

Цель: развитие длительного плавного выдоха; активизация губных мышц.

Оборудование: легкий мяч.

Ход игры: Ребенок сидит за столом. На столе на расстоянии 20 см от ребенка положите мяч. Сначала взрослый показывает, как с силой дуть на мяч, чтобы он укатился на противоположный конец стола. Затем предлагает ребенку подуть на мяч. Второй участник игры ловит мяч на противоположном конце стола. Можно продолжить игру, сидя напротив друг друга, и перекачивать друг другу шар с одного конца стола на другой.

Организуя игру в группе, можно устроить соревнование: двое детей сидят за столом, перед ними лежит мяч. Дуть на мяч можно только один раз. Побеждает тот, чей мяч укатился дальше.

Так же можно придумать соревнования «Кто сильнее». Группа детей дуют на мяч, побеждает та сторона, чей мяч укатился дальше.

«Воздушный футбол»

Цель: развитие сильного плавного выдоха.

Оборудование: шарик от настольного тенниса или ватный шарик, ворота из кубиков конструктора.

Двое детей по очереди дуют на шарик, пытаются забить его в ворота.

«Лабиринт»

Цель: развитие сильного плавного целенаправленного выдоха.

Оборудование: картонные поля, на которых из шнуров сделаны различные дорожки, лабиринты и т.п., шарики из бумаги, ваты, пенопласта, трубочки.

Дети одновременно начинают дуть в трубочку, пытаются довести свой мячик до конца лабиринта. Выигрывает тот, кто быстрее дойдет до конца.

Таким образом, при систематических занятиях у детей формируется представление о правильном направлении дыхательной струи. Правильное дыхание способствует тренировке мягкого нёба, образованию звучной плавной речи

В процессе выполнения дыхательных упражнений происходит оптимизация функции дыхания, ее оздоровление, повышается общий уровень здоровья ребенка.