

«Здоровьесберегающая технология формирования правильного речевого дыхания у детей дошкольного возраста».

Известно, что дошкольный возраст является решающим этапом в формировании фундамента физического и психического здоровья ребенка. В этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма. Наметившаяся в последние 10 лет устойчивая тенденция ухудшения здоровья дошкольников диктует необходимость поиска механизмов, позволяющих изменить эту ситуацию.

Логопедическая практика показывает, что с каждым годом увеличивается количество детей с дизартрией, стертой формой дизартрии, моторной, сенсорной алалией, заиканием, ринолалией. В связи с этим в последние годы среди логопедов получила широкое применение здоровьесберегающая практика. Для детей характерен ряд нарушений и синдромов: синдром артикуляционных расстройств, синдром нарушений речевого дыхания, синдром нарушения фонетической стороны речи. Кроме этого, у детей нередко наблюдаются нарушения интеллектуальной деятельности, эмоционально-волевые нарушения в виде повышенной эмоциональной возбудимости и истощаемости нервной системы, соматическая ослабленность. В связи с этим, работа с детьми обязательно должна быть направлена на коррекцию дыхания, фонетической стороны речи, поведения, развитие интеллектуальной деятельности, на общее оздоровление детей.

Наша речь осуществляется благодаря четкой и правильной работе всех органов, принимающих участие в речевой акте. Важной частью речи является дыхание. К органам дыхания относятся: грудная клетка, легкие и дыхательные пути (наружный нос, полость носа, глотка, гортань, трахея, бронхи). Дыхательный аппарат обеспечивает газообмен между вдыхаемым воздухом и кровью, а также очищение от пылевых частиц, увлажнение и согревание вдыхаемого воздуха.

Регулярные занятия дыхательной гимнастикой способствуют воспитанию правильного речевого дыхания с удлиненным постепенным вдохом, профилактике болезней дыхательных путей. Такие заболевания, как ринит, ринофарингит, риносинусит, гайморит, хронический бронхит, аденоидит, полипы носовой полости часто являются причиной звукопроизношения у детей, затрудняют процесс правильного речевого дыхания, меняют интонационную окраску голоса, вызывают изменения в строении органов артикуляции.

Правильное носовое дыхание способствует тренировке дыхательной мускулатуры, улучшает местное и мозговое кровообращение, препятствует разрастанию аденоидов, предохраняет от переохлаждения.

В дошкольном учреждении дыхательным упражнениям необходимо уделять особое внимание. Правильное речевое дыхание — основа для нормального звукопроизношения, речи в целом. Некоторые звуки требуют энергичного сильного выдоха, сильной воздушной струи.

Рекомендации по проведению дыхательной гимнастики:

- выполнять упражнения каждый день по 3—6 мин, в зависимости от возраста детей;
- проводить упражнения в хорошо проветренном помещении или при открытой форточке;
- заниматься до еды;
- заниматься в свободной, не стесняющей движения одежде;
- дозировать количество и темп проведения упражнений;
- вдыхать воздух через рот и нос, выдыхать — через рот;
- вдыхать легко и коротко, а выдыхать длительно и экономно;
- в процессе речевого дыхания не напрягать мышцы в области шеи, рук, живота, груди; плечи не поднимать при вдохе и опускать при выдохе;
- после выдоха перед новым вдохом сделать остановку на 2—3 секунд.

Здоровьесберегающая технология формирования правильного речевого дыхания у детей 6 лет с ОНР, направлена на физическое развитие и укрепление здоровья детей с речевой патологией, на развитие физических качеств и двигательной активности, на целенаправленное воздействие на дыхательную и голосообразовательную функциональные системы организма с целью преодоления ОНР, на оптимизацию коррекционного процесса с использованием нестандартного оборудования (это сухой бассейн, «пузырьковые» игры, подвесные конструкции, массажные коврики-панно, фонотека и т. д.))

Комплексное воздействие на дыхательную систему ребенка осуществляется нами 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 (прогулки, самостоятельная деятельность, занятия) .

Материал подготовила: учитель-логопед Лопатина Е.А.