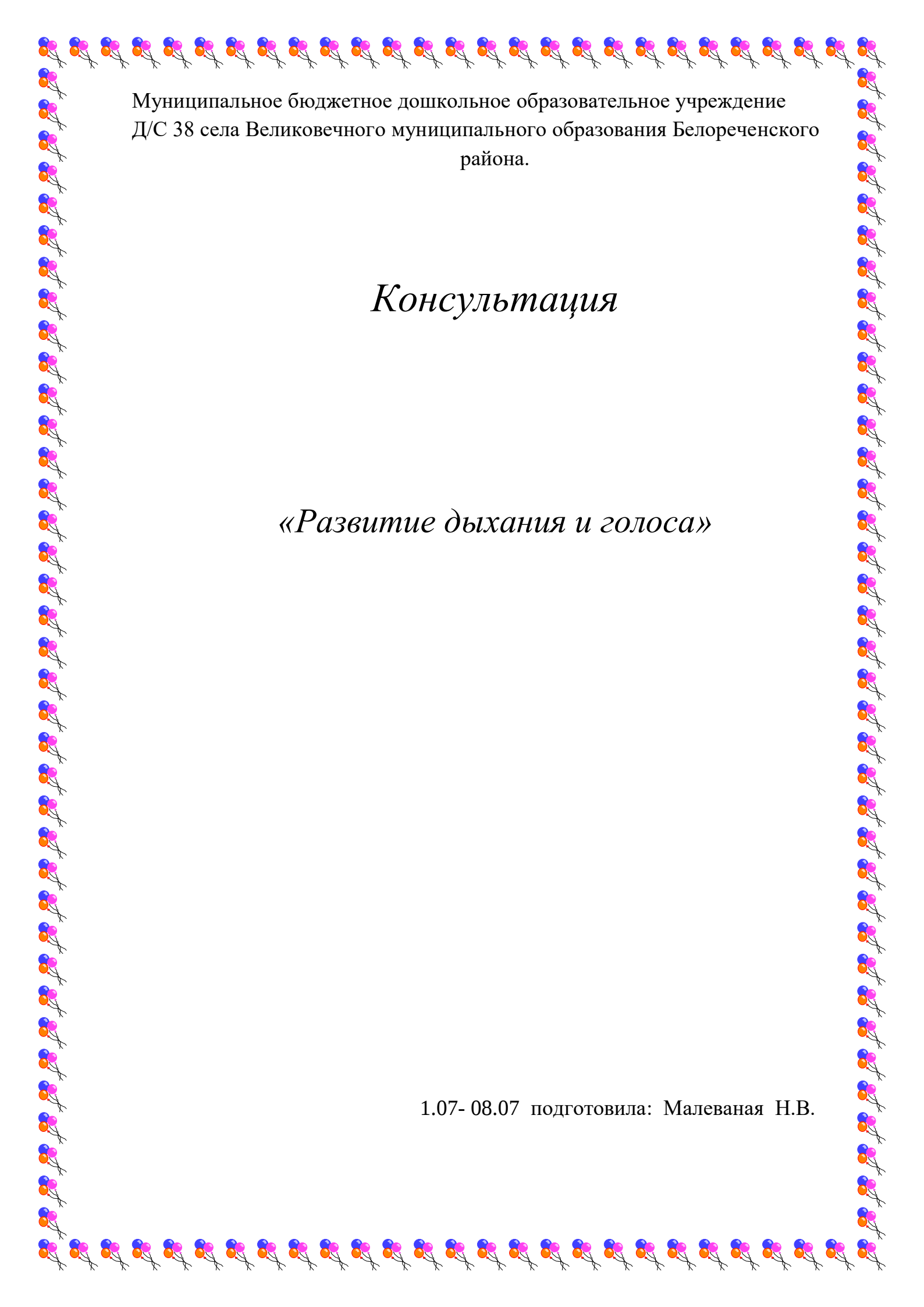




Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Д/С 38 села Великовечного муниципального образования Белореченского
района.

Консультация

«Развитие дыхания и голоса»

1.07- 08.07 подготовила: Малеваная Н.В.

Развитие физиологического, речевого дыхания, развитие голоса.

Решающую роль в формировании правильной речи ребенка играет речь окружающих его людей. Взрослые должны говорить с ребенком простым, понятным ему языком, правильно, четко произнося каждый звук, правильно ставя ударение. Следует подбирать простые по построению, немногословные предложения, делая между ними небольшие остановки: говорить не спеша, в умеренном темпе, выразительно (подчеркивая голосом более важные слова и ярко выражая в речи свои чувства), приятным, мелодичным, «теплым» голосом. Нельзя упускать из виду того, что маленький ребенок нередко охотно слушает взрослых не потому, что заинтересован тем, о чем ему говорят, а потому, что наслаждается музыкой речи.

Дыхательный аппарат

Дыхание ребенка в своем развитии сильно изменяется. У новорожденного из-за почти перпендикулярного положения ребер в отношении позвоночника грудная клетка приподнята (ребра не могут опускаться) и при вдохе почти не расширяется — действует только диафрагмальное дыхание. Но с дальнейшим развитием ребенка ребра принимают саблевидную форму, грудь опускается. К 3—7 годам создаются условия для грудного дыхания, сочетающегося с диафрагмальным. 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.

Дыхание из очень частого постепенно переходит к более редкому. С 8 лет девочки дышат несколько чаще мальчиков. У детей от 2 недель до 6 месяцев число вдохов и выдохов в минуту 25—30; от 10 до 15 лет — 18—22; у взрослых — 15—16.

Из-за легкой возбудимости дыхательного центра в мозгу 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 также вносит известную дезорганизацию в 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:

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. Незаконное и неравномерное распределение выдыхаемого воздуха. В результате этого дошкольник иногда выдыхает весь запас воздуха на первом слове, 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.

Голосовой аппарат

Недостаточная дифференцированность работы коры больших полушарий, ее несовершенная регуляция голосом и несовершенство голосового аппарата создают ряд возрастных своеобразий голоса. У дошкольников гортань мало развита, голосовые связки короткие, голосовая щель узкая. Слабо развиты и резонирующие носовая, гайморовы и лобная полости. Все это обуславливает высокий регистр, бледный тембр, слабость и музыкальную бедность детского голоса. Голос малыша — то крикливый, то, наоборот, очень слабый (до шепота), то хриплый, то дрожащий или срывающийся с низких тонов на высокие. Иногда дети говорят низким хриплым голосом («детским басом») вследствие недостаточного напряжения голосовых связок.

Интонация.

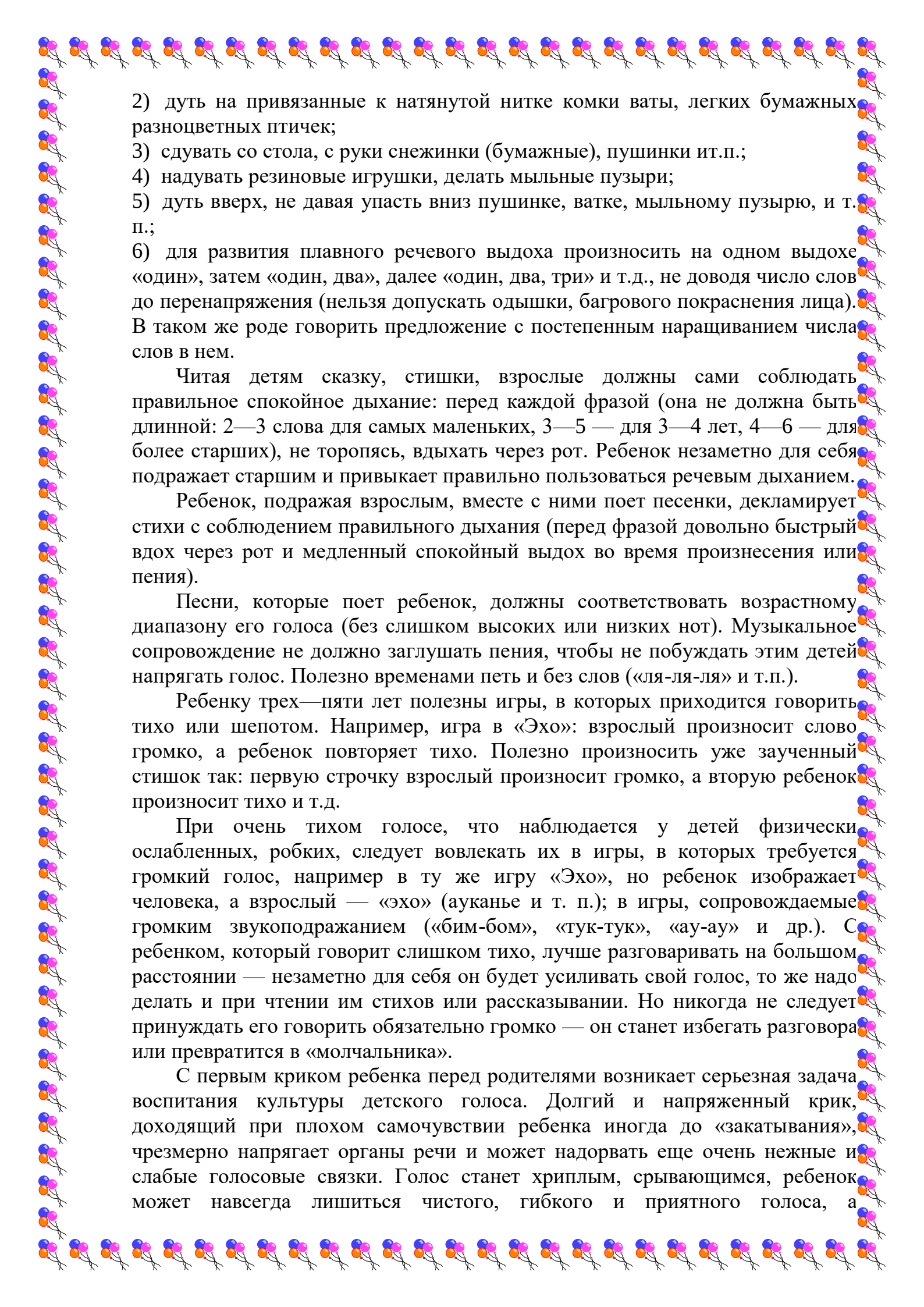
Эмоциональность в речи выражается интонациями, т. е. разнообразными изменениями голоса. Интонация — это своеобразная мелодия речи, выражающаяся в гибкости голоса (изменение его тембра и тона даже в пределах одного слога).

Физиологический механизм интонаций чрезвычайно сложный и тонкий. Как музыкальное средство выразительности слова интонация осуществляется взаимодействиями дыхания, голоса, ритма и темпа. В противоположность богатым интонациям взрослого человека, интонации речи дошкольника подчас яркие, резкие, но однообразны и музыкально бедны. Они находятся в соответствии с неразвитыми еще содержанием мышления и внутренних переживаний, с одной стороны, голосодвигательным механизмом — с другой. Также несовершенны и модуляции (переходы от одной тональности к другой), чаще всего они резки и грубы. У детей возбудимого нервного типа интонации более ярко выражены, при тормозном типе — слабо проявляются. При всем этом речевые интонации и фразовые ударения усваиваются ребенком в норме рано и без особых затруднений.

Развитие дыхания и голоса

Родителям надо следить за речевым дыханием ребенка как базой для правильного развития речи. С детьми дошкольного возраста полезно проводить ежедневно (в зависимости от возраста от 2 до 6 минут) следующие игры:

1) дуть на легкие шарики, карандаши, катать их по столу; пускать в тазу с водой уток, лебедей, лодки, кораблики; приводить в движение крылья мельницы; сдувать тычинки с созревших одуванчиков; играть на детских духовых музыкальных инструментах (дудочках, губных гармошках);

- 
- 2) дуть на привязанные к натянутой нитке комки ваты, легких бумажных разноцветных птичек;
 - 3) сдувать со стола, с руки снежинки (бумажные), пушинки ит.п.;
 - 4) надувать резиновые игрушки, делать мыльные пузыри;
 - 5) дуть вверх, не давая упасть вниз пушинке, ватке, мыльному пузырю, и т.п.;
 - 6) для развития плавного речевого выдоха произносить на одном выдохе «один», затем «один, два», далее «один, два, три» и т.д., не доводя число слов до перенапряжения (нельзя допускать одышки, багрового покраснения лица). В таком же роде говорить предложение с постепенным наращиванием числа слов в нем.

Читая детям сказку, стишки, взрослые должны сами соблюдать правильное спокойное дыхание: перед каждой фразой (она не должна быть длинной: 2—3 слова для самых маленьких, 3—5 — для 3—4 лет, 4—6 — для более старших), не торопясь, вдыхать через рот. Ребенок незаметно для себя подражает старшим и привыкает правильно пользоваться речевым дыханием.

Ребенок, подражая взрослым, вместе с ними поет песенки, декламирует стихи с соблюдением правильного дыхания (перед фразой довольно быстрый вдох через рот и медленный спокойный выдох во время произнесения или пения).

Песни, которые поет ребенок, должны соответствовать возрастному диапазону его голоса (без слишком высоких или низких нот). Музыкальное сопровождение не должно заглушать пения, чтобы не побуждать этим детей напрягать голос. Полезно временами петь и без слов («ля-ля-ля» и т.п.).

Ребенку трех—пяти лет полезны игры, в которых приходится говорить тихо или шепотом. Например, игра в «Эхо»: взрослый произносит слово громко, а ребенок повторяет тихо. Полезно произносить уже заученный стишок так: первую строчку взрослый произносит громко, а вторую ребенок произносит тихо и т.д.

При очень тихом голосе, что наблюдается у детей физически ослабленных, робких, следует вовлекать их в игры, в которых требуется громкий голос, например в ту же игру «Эхо», но ребенок изображает человека, а взрослый — «эхо» (ауканье и т. п.); в игры, сопровождаемые громким звукоподражанием («бим-бом», «тук-тук», «ау-ау» и др.). С ребенком, который говорит слишком тихо, лучше разговаривать на большом расстоянии — незаметно для себя он будет усиливать свой голос, то же надо делать и при чтении им стихов или рассказывании. Но никогда не следует принуждать его говорить обязательно громко — он станет избегать разговора или превратится в «молчальника».

С первым криком ребенка перед родителями возникает серьезная задача воспитания культуры детского голоса. Долгий и напряженный крик, доходящий при плохом самочувствии ребенка иногда до «закатывания», чрезмерно напрягает органы речи и может надорвать еще очень нежные и слабые голосовые связки. Голос станет хриплым, срывающимся, ребенок может навсегда лишиться чистого, гибкого и приятного голоса, а

следовательно, и хорошей речи. Такой крик отрицательно скажется и на нервной системе. Поэтому необходимо выяснить причину крика и устранить ее (сменить пеленки, согреть и т. п.).

Если, несмотря на все принятые меры, ребенок продолжает кричать, надо срочно обратиться к врачу.

Вреден для голоса и нервной системы также излишне громкий и долгий, неудержимый смех. Такой смех надо вовремя прервать, успокоив ребенка или переключив его внимание.

Если ребенок говорит слишком громко, крикливым или резким голосом, то прежде всего надо постараться успокоить его, разъяснить ему, что он может навсегда испортить и даже потерять свой голос, что такой голос неприятен для окружающих. В иных случаях следует обратиться и к врачу-невропатологу.

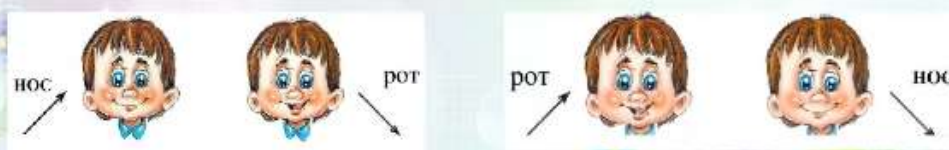
Перелом голоса.

Эти изменения происходят с голосом подростков в возрасте от 12 до 17 лет, чаще всего в 14—15 лет. Перелом голоса происходит оттого, что под влиянием попадающих в кровь гормонов из половых желез у детей этого возраста, особенно у мальчиков, быстро развивается орган голоса — гортань (у мальчиков резко выпирает наружу кадык). В результате этого голос сильно понижается. А так как в гортани в этот период голосовые связки отекают, на них накапливается много слизи, то голос звучит хрипло; происходят неожиданные переходы от самого низкого к самому высокому тону, до писка, голос становится грубым, негибким, хриплым, словно у молодого петушка; при пении подросток не попадает в тон. Перелом голоса в среднем длится от 3 до 6 месяцев, и голос у мальчиков снижается до 8 и более тонов: дискант и альт переходят постепенно в тенор, баритон или бас. У некоторых подростков этот перелом происходит почти незаметно, и голос, как почти у всех девочек, понижается лишь на 2—3 ноты. При неблагоприятных условиях перелом или совсем не происходит и голос на всю жизнь остается детским, или же переломный период затягивается на многие годы, а иногда даже «петушиный» голос остается на всю жизнь. Нужно внимательно отнестись к периоду становления голоса у детей и предупредить появление упомянутых дефектов. В период полового созревания нервная система у подростков напряжена, сам «петушиный» голос нервирует подростка, и всякие шутки, насмешки, а иногда упреки еще более усиливают его нервозность, тем самым углубляя дефекты голоса, которые могут закрепиться навсегда.

Необходимо, чтобы подросток на время прекратил всякое пение, декламацию, избегал громкой речи, по возможности вообще меньше говорил, оберегал горло от простуды. Если период перелома голоса затянется на много месяцев, необходимо следить, чтобы юноша говорил ровным, более низким голосом, обратиться за консультацией к фониатру.

Развитие речевого дыхания

Дыхательная гимнастика корректирует нарушения речевого дыхания, помогает выработать диафрагмальное дыхание, а также продолжительность, силу и правильное распределение выдоха. Выполнение дыхательной гимнастики помогает сохранить, укрепить здоровье ребенка. Она дает возможность зарядиться бодростью и жизнерадостностью, сохранять высокую работоспособность.



Правильное дыхание очень важно для развития речи. Дыхание влияет на звукопроизношение, артикуляцию и развитие голоса. Малыши, имеющие ослабленный вдох и выдох, как правило, говорят тихо и затрудняются в произнесении длинных фраз. При нерациональном расходовании воздуха нарушается плавность речи. Часто такие дети недоговаривают слова и нередко в конце фразы произносят их шёпотом. Иногда, чтобы закончить длинную фразу, они вынуждены говорить на вдохе, отчего речь становится нечёткой, с захлёбыванием. Укороченный выдох вынуждает говорить фразы в ускоренном темпе. Если ребенок плохо говорит, то начинать работу по развитию речи следует, прежде всего, с развития дыхания. Для чего это нужно? Правильное дыхание поможет ребенку научиться говорить спокойно, плавно, не торопясь. Некоторые упражнения для развития дыхания помогают также научить ребенка правильно произносить те или иные звуки.

