

Роль функции дыхания в формировании речевых нарушений

Затрудненное прохождение воздуха через носовые ходы определяется как ротовое или смешанное дыхание. Ротовое дыхание относится к вредным привычкам. Ребенок должен дышать носом, но отвык от этого в силу частых простудных заболеваний.

У детей с ротовым дыханием, как правило, бывает ослаблен тонус круговой мышцы рта. Во время прогулки нужно предложить ребенку медленно вдыхать и еще медленнее выдыхать носом. Выдох должен продолжаться в 1,2 – 2 раза дольше, чем вдох, его лучше делать на четыре шага, а выдох на три-пять шагов. Особенно полезно научиться дышать при быстрой ходьбе и медленном беге.

Для профилактики простудных заболеваний очень важно научить детей в детском возрасте носовому дыханию, при котором воздух проходит через множество носовых входов, увлажняется. Высушивается, охлаждается или прогревается, очищается от пыли. Одновременно раздражаются рецепторы, участвующие в регуляции активности и кровотока головного мозга.

Нарушения в состоянии этих рецепторов у детей с затруднениями носового дыхания нередко приводит к состоянию тревоги или угнетению, расстройству сна, что замедляет общее развитие организма.



При ротовом дыхании изменяется форма верхней челюсти: она сужается в боковых участках в результате неправильного положения языка и давления нижних мышц. Одновременно с сужением челюсти изменяется форма носовых входов, искривляется носовая перегородка, а эти деформации, в свою очередь провоцируют

возникновение ротового дыхания. Из-за опущения языка и ослабления диафрагмы полости рта язык смещается назад и вниз, что приводит к нарушению артикуляции, возникновению гнусавости.

Вот почему необходимо назначать дыхательную гимнастику детям часто и длительно болеющим.

Если ребенка не лечить после удаления аденоидов, то нарушенная функция дыхания приводит к таким серьезным нарушениям, как формирование аденоидного типа лица, который характеризуется плохим смыканием губ, узкими ноздрями, широкой переносицей, двойным подбородком. Если не проявлять заботу о ребенке, ротовое дыхание станет активно действующей причиной развития более выраженных аномалий зубочелюстной системы.

Источником образования звуков речи является воздушная струя, выходящая из легких через гортань, глотку полость рта или носа наружу. Дети, имеющие ослабленный вдох и выдох, как правило, говорят тихо и затрудняются в произнесении длительных фраз. При нерациональном расходовании воздуха нарушается плавность речи, так как дети на середине фразы вынуждены набирать воздух. Часто такие дети недоговаривают слова и нередко в конце фразы произносят их шепотом. Иногда, чтобы закончить длинную фразу, они вынуждены говорить на вдохе, отчего речь становится не четкой, судорожной, с захлебыванием. Укороченный выдох вынуждает говорить фразы в ускоренном темпе, без соблюдения логических пауз.

Речевое дыхание, в отличие от неречевого, автоматического, является произвольным. При неречевом дыхании вдох и выдох осуществляется через нос, вдох по продолжительности почти равен выдоху. Речевое дыхание осуществляется через рот, вдох совершается быстро, выдох замедлен.

УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!

Проявляя изобретательность, выдумку, вы поможете своему ребенку выработать правильное речевое дыхание. Рекомендуем начать с произвольных и таких забавных для ребенка игровых упражнений:



- ☐ Дутье через соломинку в стакан с водой
- ☐ Надувание воздушных шаров
- ☐ Дутье на разноцветные вертушки
- ☐ Пускание мыльных пузырей

При всех этих забавах ребенок произвольно учится делать вдох через нос и выдох через рот.

Работая над развитием произвольного выдоха, вы постепенно подведете ребенка к осознанию акта дыхания. Дайте ему маленькое зеркальце и предложите, дыша на него, сделать:



- ☐ вдох и выдох через нос;
- ☐ вдох и выдох через рот;
- ☐ вдох через нос, выдох через нос.

Игра называется «Осенний туман».

Еще интересно «тянуть» гласные звуки на выдохе: АО, УИ, ЭУА, УОА. Только не забывайте напомнить ребенку: сделать вдох носом и начинать «пение» на выдохе. Следите, чтобы ребенок не раздувал крыльев носа на выдохе и не поднимал слишком высоко плечи.