

Департамент образования Администрации города Тюмени

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

детский сад № 186 города Тюмени

(МАДОУ д/с № 186 города Тюмени)

Конспект

**практикума для педагогов**

**«Методика применения дыхательной гимнастики**

**в работе воспитателя»**

Подготовил: учитель-логопед

Маслина Н.В.

Тюмень, 2022

Задачи:

- повышение профессиональной компетентности воспитателей в вопросе применения специальных логопедических приёмов  с целью профилактики возникновения и коррекции  речевых нарушений у детей дошкольного возраста;

- формирование знаний по применению дыхательной  гимнастики на практике;

- совершенствовать  практические навыки профессиональной деятельности.

Ход практикума:

**Теоретическая часть:**

Правильная речь – яркий показатель  всестороннего развития ребенка и подготовленности его к обучению в школе.

Почти все дети дошкольного возраста (до 60 % от всех детей дошкольного возраста) имеют речевые недостатки, неправильно произносят один или несколько звуков, большинство из которых  носят временный, непостоянный характер. И, если не обращать внимания на речевые недостатки, они закрепляются и  влияют в дальнейшем на обучение  в школе; возникают сложные речевые нарушения, тяжело поддающиеся коррекции.

И только 40% детей, идущих в школу, имеют чистую, хорошо развитую речь.

На чистоту речи ребенка влияют такие факторы, как:

* речевой слух,
* речевое внимание,
* речевое дыхание,
* голосовой и речевой аппарат.

Поэтому с целью  профилактики  возникновения речевых нарушений, их коррекции, начиная с младшего дошкольного возраста, необходимо применять в работе игры и упражнения, направленные  на развитие фонематического слуха, дыхания и речевого аппарата.

 Правильное дыхание очень важно для развития речи, так как дыхательная система - это энергетическая база для речевой системы. Дыхание влияет на звукопроизношение, артикуляцию и  голос.

         Регулярные занятия дыхательной гимнастикой способствуют:

- воспитанию правильного речевого дыхания с удлиненным, постепенным выдохом,

- профилактике возникновения болезней  дыхательных путей,

- восстановлению носового дыхания при его  нарушении.

При проведении дыхательной гимнастики  необходимо соблюдать следующие требования:

* Проводить занятия необходимо в хорошо проветриваемом помещении.
* Занятия  можно выполнять ежедневно (во избежание головокружений  упражнения повторяются не более  3-4 раз).
* Нагрузка на ребенка должна увеличиваться постепенно, за счет увеличения числа повторений и усложнения упражнений (например - дуем сначала на гладкий карандаш, затем на ребристый)
* Вдыхать воздух через нос и рот, выдох делать 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 не опускать при выдохе.
* После выдоха перед новым вдохом сделать остановку на 2-3 секунды.
* Все упражнения выполнять в игровой форме.

Дыхательные упражнения делятся:

* на упр., вызывающие длительный направленный  выдох (игры типа вертушки, мельницы, предметы на воде…),
* игры на поддувание (ребенок поддувает на легкие предметы – вату, бумажку, легкие шарики…),
* игры на развитие физического дыхания (надувает шарики, пускает мыльные пузыри…),
* упражнения на развитие речевого дыхания (вдох и выдох  через рот и нос),
* упражнения с проговариванием звуков.

Предлагаю вашему вниманию несколько игр, развивающих продолжительный, равномерный выдох у детей, формирующие сильную воздушную струю через рот.

Все упр. имеют свой игровой сюжет, вызывают положительные эмоции, повышают интерес к дыхательной гимнастике, способствуют развитию творческого воображения, фантазии.

 С некоторыми из них я вас сейчас познакомлю и расскажу об особенностях их выполнения.

**Практическая часть:**

**«КОРАБЛИК»**

 Ребёнку предлагается широкая ёмкость с водой, а в ней – бумажные кораблики, которыми могут быть простые кусочки бумаги, пенопласта. Ребёнок, медленно вдыхая, направляет воздушную струю на «кораблик», подгоняя его к другому «берегу».

         **«СНЕГОПАД»**

 Сделайте снежинки из ваты (рыхлые комочки). Предложите ребёнка устроить снегопад. Положите «снежинку» на ладошку ребёнку. Пусть он правильно её сдует.

         **«ПУЗЫРЬКИ»**

Эта игра, которую почти все родители считают баловством и не разрешают детям в неё играть. На самом деле, она является дыхательным упражнением и очень проста в использовании. Нужна лишь трубочка-соломинка и стакан воды. Обращаем внимание ребёнка на то, чтобы выдох был длительным, то есть пузырьки должны быть долго.

**«ДУДОЧКА»**

 Используем всевозможные свистки, дудочки, детские музыкальные инструменты, колпачки от шариковых ручек, пустые пузырьки. Дуем в них.

**«ФОКУС»**

 Это упражнение с кусочками ваты, которое помогает подготовить ребёнка к произнесению звука «Р».

Вата кладётся на кончик носа, ребёнку предлагается вытянуть язык, загнуть его, кончик вытянуть вверх и подуть. Ватка в идеале должна взлететь вверх.

**«СВЕЧА»**

 Ребёнку предлагается подуть на огонёк горящей свечи так, чтобы не задуть её, а лишь немного отклонить пламя. Дуть нужно долго, потихоньку, аккуратно.

**«ФУТБОЛ»**

 И кусочка ваты или салфетки скатайте шарик – это будет мяч. Ворота можно сделать из двух кубиков или брусков. Ребёнок дует на «мяч», пытаясь забить «гол».

**«КТО СПРЯТАЛСЯ?»**

На предметную картинку, размером с четверть альбомного листа наклеиваем с одного края гофрированную бумагу, изрезанную бахромой. Получается, что картинка спрятана под тоненькими полосками бумаги. Ребёнок подует на бахрому, так, чтобы она поднялась и увидит картинку.
         *Для проведения дыхательной гимнастики м*ожно использовать различные  предметы: ватку, карандаш, листочки, шарики, катушки, вертушки, наборы для купания (уточки, кораблики), мыльные пузыри, перышки, свечки, свистульки, свистки, дудочки, пузырьки, надувные игрушки, музыкальные игрушки.

И в заключение, я хочу вас информировать о том, что, прежде чем проводить дыхательную гимнастику со всеми детьми, следует ознакомиться с их медицинскими картами. Дыхательную гимнастику не рекомендуется делать детям, имеющим травмы головного мозга, травмы позвоночника, при кровотечениях, при высоком артериальном и внутричерепном давлении, пороках сердца и при некоторых других заболеваниях!
Благодарю за внимание!