

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
Детский сад №1 «Сказка»

СЕМИНАР – ПРАКТИКУМ
ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ
«Изготовление и применение тренажеров для
проведения дыхательной гимнастики с
детьми»
Подготовила: учитель-логопед Лещина Ю.Н.

г. Белореченск

Цель семинара - практикума: обучение родителей изготовлению и применению тренажеров для дыхательной гимнастики.

Задачи:

- рассказать о необходимости регулярного проведения дыхательной гимнастики детей;
- учить изготавливать тренажеры для дыхательной гимнастики;
- создать благоприятную атмосферу для педагогов, посредством увлечения общим делом.

Оборудование и материалы: цветная бумага, ножницы, клей-карандаш, трафареты для листиков, нитки, трубочки, стаканчики с крышкой, пенопласт, цветная фольга, простые карандаши.

Ход семинара – практикума:

1. Вводная часть.

– Здравствуйте, уважаемые педагоги. Я рада видеть вас и предлагаю Вам сегодня узнать, как можно изготовить простые, но в тоже время интересные тренажеры для дыхательной гимнастики. Но сначала несколько слов о том, почему так важно заниматься дыхательной гимнастикой с детьми.

Развитие дыхания – является одной из важных задач в работе с дошкольниками. Упражнения на дыхание широко используются, как в работе по развитию речи детей (при постановке сложных звуков, работе над темпом, громкостью, интонационной выразительностью и плавностью речи, так и в оздоровительной работе.

Они способствуют:

- насыщению каждой клеточки организма кислородом,
- повышению общего жизненного тонуса,
- сопротивляемости организма к различным простудным заболеваниям дыхательной системы (бронхитов, синуситов, ларингитов и др.)
- стимулируют работу сердца, головного мозга, нервной системы.

Рекомендации педагогам по выполнению дыхательной гимнастики. (Слайд №1)

Красота, чистота и правильность речи тесно связаны с её интонацией и мелодикой. Интонация в речи играет огромную роль. Плавный длительный выдох, ненапряжённая артикуляция вот важнейшие условия правильной речи. Так как артикуляция, голосообразование и дыхание – это единые взаимосвязанные процессы, улучшение голоса, тренировка речевого дыхания проводятся одновременно.

1. Воздух необходимо набирать через нос, плечи не поднимать.
2. Упражнения допускается выполнять и сидя, и стоя.
3. Выдох должен быть длительным, плавным.
4. Необходимо следить, что бы, не надувались щёки. Если это вызывает трудности, допускается прижимать их ладонями на начальном этапе.
5. Когда ребёнок освоит занятия, можно усложнить упражнения, например, во время выдоха язык лежит на нижней губе.
6. Самое главное помнить, что достаточно 3-5 повторений. Многократное выполнение дыхательных упражнений может привести к головокружению.

В каждом упражнении внимание детей направляется на спокойный, ненапряжённый выдох.

Существует очень много интересных упражнений (комплексы дыхательной гимнастики) для развития дыхания детей дошкольного возраста, которые обязательно включаются в различные виды детской деятельности: занятия по развитию речи, познавательному развитию, физкультурные занятия, утреннюю гимнастику, гимнастику пробуждения и как самостоятельные игры-упражнения с различными атрибутами, игрушками – тренажёрами.

Тренажеры для дыхательных упражнений можно сделать своими руками, они не требуют больших материальных затрат. Вот, например, изготовленные тренажёры: «Буря в бутылке», «Зима в стакане», «Помоги стрекозе попасть на лист», «Посади бабочку на цветок», «Сдуй снежинку с варежки», «Остуди чай», «Прожорливые фрукты», «Карусель», тренажер «Дождик». (Слайд №2)

Цель упражнений с тренажёром - укрепление дыхательных мышц, стимуляция работы верхних дыхательных путей, носоглотки, обеспечение вентиляции легких во всех его отделах.

Основная часть:

-Ну, а сейчас я покажу вам как быстро и несложно можно изготовить интересный тренажер для дыхательной гимнастики «Сдуй шапку одуванчика» (Слайд №3). Этот тренажер можно использовать с младшего дошкольного возраста.

. Перед вами лежит бумага, клей, ножницы, шаблоны лепестков и белые нитки. Сначала рисуем стебель с листьями одуванчика, вырезаем и приклеиваем на основу, затем берём нитки, связываем их между собой, и приклеиваем к верхней части стебля, далее вырезаем серединку и клеим на ниточки, затем обводим с помощью шаблона лепестки, вырезаем и приклеиваем к ниточкам.

Сейчас мы его испробуем, нам необходимо закрыть лепестками ниточки, сделать глубокий вдох через нос, подуть на лепестки (необходимо, прежде всего, сформировать у детей плавный ротовой выдох).

Однако, помните, что дыхательные упражнения быстро утомляют детей, могут вызвать головокружение, поэтому они должны быть ограничены во времени.

Представляю вам наших веселых китов! Сделали мы их, вместе с детьми. (Слайд №4).

Нам понадобятся:

белый картон или плотная бумага;

белая офисная бумага;

цветные карандаши или восковые мелки, или акварельные краски, или цветная бумага;

ножницы и клей.

Были заготовлены шаблоны для каждого воспитанника из плотного белого картона (можно взять и плотную бумагу, например для акварели).

Дети с удовольствием раскрасили веселых китов, нарисовали глазки и улыбку. Когда киты были раскрашены, ребята приклеили им фонтанчики из воды. Все - пособие готово! (очень легко и быстро). Теперь можно поиграть и дыхательную гимнастику выполнить!

Предлагаю Вам сделать еще интересное пособие «Слон»

1. Сначала от голубого листа отрезаем квадрат и складываем его по диагонали. (Слайд №5).
2. По намеченной линии квадрат нужно разрезать на два треугольника, это будут верхняя и нижняя части головы слоника.
3. Складываем эти части вместе и загибаем нижний уголок.
4. На одном из треугольников загибаем нижний уголок, затем смазываем его клеем. По центру укладываем трубочку, слегка прижимая ее к бумаге.
5. Затем выкроим хобот для слоника. Это можно сделать от оставшейся части голубой бумаги, в нашем случае ширина хобота 5 см.
6. Приклеиваем хобот в нижней части нашей заготовки.
7. Поверх фиксируем второй треугольник, это будет лицевой частью головы слоника. Во время этого процесса важно следить за тем, чтобы кончик трубочки оказался под хоботом, именно это позволит в дальнейшем приводить его в движение.
8. Чтобы сформировать ушки слоника, нужно загнуть боковые уголки вниз. Стараемся сделать это симметрично.
9. С помощью клеевого карандаша слегка фиксируем ушки, чтобы они не топорщились.
10. Из небольшого кусочка белой бумаги вырезаем глазки, а черным маркером рисуем на них зрачки. После этого приклеиваем глазки.
11. По бокам от хобота следует разместить два клыка, вырезанные из белой бумаги.
12. По всей длине хобота рисуем голубым фломастером поперечные полосы, имитируя складки.
13. Теперь осталось подкрутить хобот. Делаем это с обратной стороны с помощью фломастера.
14. Наш слоненок из бумаги готов и теперь если подуть в трубочку, то его хобот будет забавно двигаться. Такая бумажная поделка понравится любому ребенку, который может принять самое непосредственное участие в ее создании.

Заключительная часть.

Спасибо вам большое за то, что приняли участие в семинаре – практикуме.

Надеюсь, полученная информация пригодится вам.

– Спасибо за участие. До свидания!

Памятка для педагогов.

Методика Стрельниковой.

Авторская методика, разработанная для излечения заболеваний голоса; дала хорошие результаты – и была расширена в качестве лечебного средства против дыхательных болезней и нарушений сердечно-сосудистой системы. Суть метода состоит в физиологической стимуляции организма с помощью так называемого парадоксального дыхания.

Чудо-нос

После слов «задержу дыхание» дети делают вдох и задерживают дыхание.

Воспитатель читает стихотворный текст, ребята только выполняют задание.

Носиком дышу, Дышу свободно,

Глубоко и тихо – Как угодно.

Выполню задание,
Задержу дыхание.
Раз, два, три, четыре – Снова дышим:
Глубже, шире.

Ворона

И. п.: ребёнок стоит прямо, слегка расставив ноги и опустив руки. Вдох - разводит руки широко в стороны, как крылья, медленно опускает руки и произносит на выдохе: «каррр», максимально растягивая звук [p].

Бегемотик

И. п.: лежа или сидя. Ребенок кладет ладонь на область диафрагмы и глубоко дышит. Вдох и выдох производится через нос. Упражнение может выполняться в положении сидя и сопровождаться словами:

Сели бегемотики,
Потрогали животики.
То животик поднимается (вдох,
То животик опускается (выдох).

Часики

И. п.: стоя, ноги слегка расставить, руки опустить. Размахивая прямыми руками вперед и назад, произносить «тик-так». Повторить до 10 раз.

Бабочки полетели

Сидя за стол, положить перед собой бабочку. Дети дуют на бабочку, как можно сильнее, стараясь сдуть их со стола. Паровозик Ходьба, делая попеременные движения руками и приговаривая: «чух-чух-чух». Через определенные промежутки времени можно останавливаться и говорить «ту-тууу».

Продолжительность – до 30 секунд.

Вырасти большой

И. п.: стоя прямо, ноги вместе. Поднять руки вверх, хорошо потянуться, подняться на носки – вдох, опустить руки вниз, опуститься на всю ступню – выдох. На выдохе произнести «у-х-х-х»! Повторить 4-5 раз.

Гуси летят

Медленная ходьба. На вдох – руки поднять в стороны, на выдох - опустить вниз с произнесением длинного звука «г-у-у-у».

Надуй шарик

И. п.: ребёнок сидит или стоит. «Надувая шарик» широко разводит руки в стороны и глубоко вдыхает, затем медленно сводит руки, соединяя ладони перед грудью и выдувает воздух – ффф. «Шарик лопнул» - хлопнуть в ладоши, «из шарика выходит воздух» - ребенок произносит: «шшш», вытягивая губы хоботком, опуская руки и оседая, как шарик, из которого выпустили воздух.

Можно использовать стихи:

Надуваем быстро шарик,
Он становится большой. Шарик лопнул, воздух вышел.
Стал он тонкий и худой!

Подуй на одуванчик

И. п.: малыш стоит или сидит. Делает глубокий вдох носом, затем длинный выдох через рот, как будто хочет сдуть с одуванчика пух.