

ЯМАЛО-НЕНЕЦКИЙ АВТОНОМНЫЙ ОКРУГ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ ПУРОВСКИЙ РАЙОН
МБДОУ «ДС «СНЕЖИНКА»

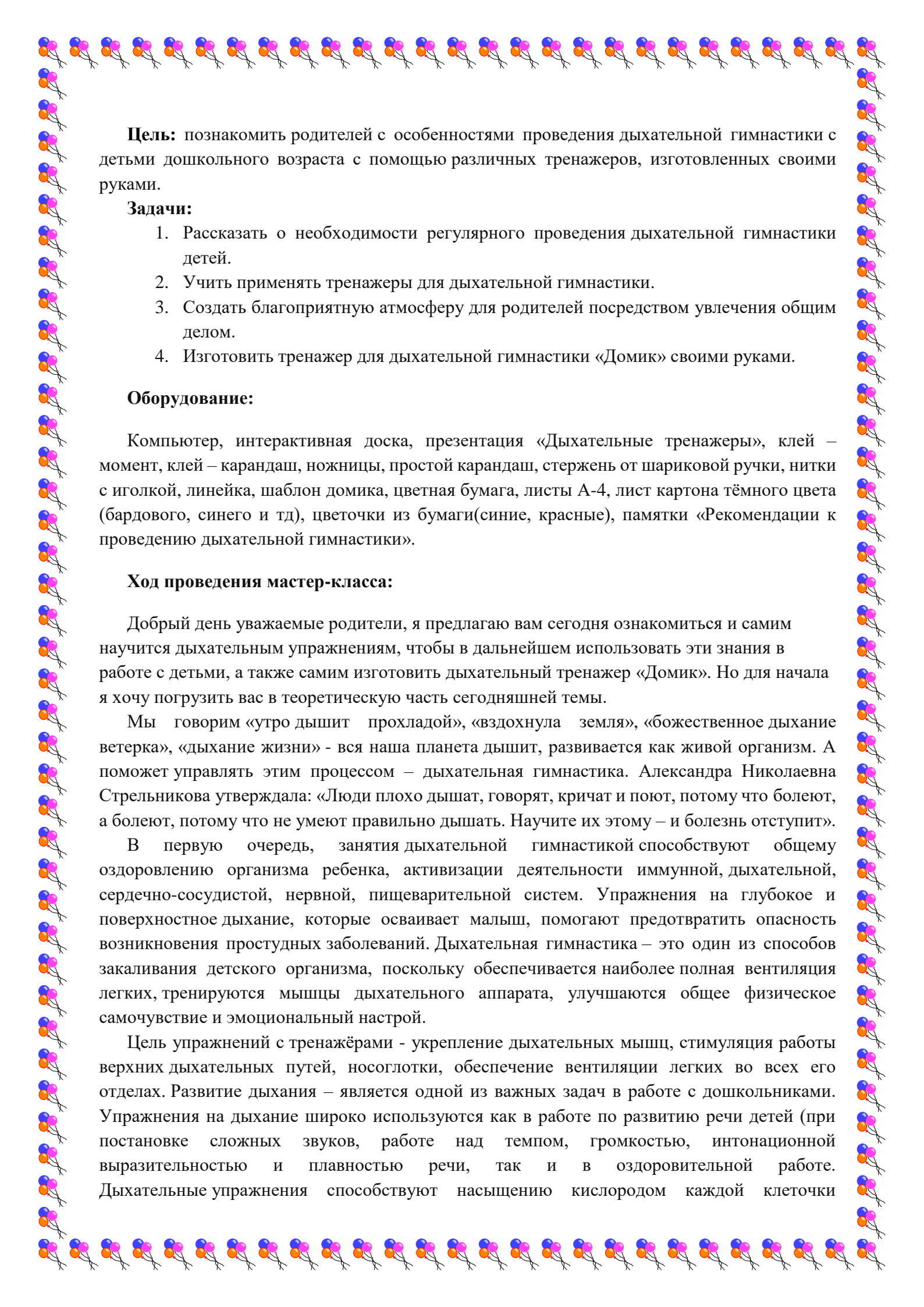
629860, Россия, Ямало-Ненецкий автономный округ, Пуровский район,
п.г.т. Уренгой, ул. Геологов д.23 тел./факс: (34934)9-23-46; тел. 9-21-85

Мастер-класс для родителей
«Дыхательные тренажеры.
Особенности проведения дыхательной
гимнастики с детьми»



Подготовила учитель-логопед
Кривошеина Яна Васильевна.

п.г.т. Уренгой
2017 год



Цель: познакомить родителей с особенностями проведения дыхательной гимнастики с детьми дошкольного возраста с помощью различных тренажеров, изготовленных своими руками.

Задачи:

1. Рассказать о необходимости регулярного проведения дыхательной гимнастики детей.
2. Учить применять тренажеры для дыхательной гимнастики.
3. Создать благоприятную атмосферу для родителей посредством увлечения общим делом.
4. Изготовить тренажер для дыхательной гимнастики «Домик» своими руками.

Оборудование:

Компьютер, интерактивная доска, презентация «Дыхательные тренажеры», клей – момент, клей – карандаш, ножницы, простой карандаш, стержень от шариковой ручки, нитки с иглой, линейка, шаблон домика, цветная бумага, листы А-4, лист картона тёмного цвета (бардового, синего и тд), цветочки из бумаги(синие, красные), памятки «Рекомендации к проведению дыхательной гимнастики».

Ход проведения мастер-класса:

Добрый день уважаемые родители, я предлагаю вам сегодня ознакомиться и самим научиться дыхательным упражнениям, чтобы в дальнейшем использовать эти знания в работе с детьми, а также самим изготовить дыхательный тренажер «Домик». Но для начала я хочу погрузить вас в теоретическую часть сегодняшней темы.

Мы говорим «утро дышит прохладой», «вздохнула земля», «божественное дыхание ветерка», «дыхание жизни» - вся наша планета дышит, развивается как живой организм. А поможет управлять этим процессом – дыхательная гимнастика. Александра Николаевна Стрельникова утверждала: «Люди плохо дышат, говорят, кричат и поют, потому что болеют, а болеют, потому что не умеют правильно дышать. Научите их этому – и болезнь отступит».

В первую очередь, занятия дыхательной гимнастикой способствуют общему оздоровлению организма ребенка, активизации деятельности иммунной, дыхательной, сердечно-сосудистой, нервной, пищеварительной систем. Упражнения на глубокое и поверхностное дыхание, которые осваивает малыш, помогают предотвратить опасность возникновения простудных заболеваний. Дыхательная гимнастика – это один из способов закаливания детского организма, поскольку обеспечивается наиболее полная вентиляция легких, тренируются мышцы дыхательного аппарата, улучшаются общее физическое самочувствие и эмоциональный настрой.

Цель упражнений с тренажёрами - укрепление дыхательных мышц, стимуляция работы верхних дыхательных путей, носоглотки, обеспечение вентиляции легких во всех его отделах. 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. Дыхательные упражнения способствуют насыщению кислородом каждой клеточки

организма. Правильное дыхание стимулирует работу сердца, головного мозга и нервной системы, избавляет человека от многих болезней, улучшает пищеварение.

Существует очень много интересных упражнений (комплексы дыхательной гимнастики) для развития дыхания детей дошкольного возраста, которые обязательно включаются в различные виды детской деятельности: деятельность по развитию речи, познавательному развитию, физкультурные занятия, утреннюю гимнастику, гимнастику пробуждения и как самостоятельные игры-упражнения с различными атрибутами, игрушками – тренажёрами. Сегодня я хочу вас познакомить с некоторыми игровыми приёмами дыхательной гимнастики для того, чтобы в домашних условиях вы могли также заниматься дыхательной гимнастикой и делать этот процесс более увлекательным и интересным. Важно учитывать то, что дыхательные упражнения проводятся со стихотворными или музыкальными сопровождениями.

Предлагаю вашему вниманию некоторые дыхательные тренажеры, которые можно изготовить своими руками.

Сделать макет леса с дорожками и зверями (заяц, волк, медведь, лиса). Ребенок должен помочь колобку (теннисному шарик) прокатиться по этим тропинкам и избежать встречи с лесными жителями.

«Колобок».

Колобок-колобок,
Ты румяный бочок,
По дорожке ты катись,
Лесных зверей берегись.



На дно неглубокой коробки приклеить картинку, насыпать снег (*конфетти*). Задача ребенка – раздуть снежок с середины и увидеть картинку.

«Снежок».

Что-то спряталось на дне,
Но пока не видно мне.
На снежок подую я
И скажу, что там, друзья.



Выставить цветочную поляну. Задача ребенка – сдуть бумажную бабочку с ладошки. Желательно, чтобы она улетела на самый дальний цветок.

«Бабочка».

Бабочка-красавица

На ладошку села.

Ветерок дунул – она полетела

Летела-летела и на цветочек села.



«Покорми животных» - суть игры заключается в том, чтобы дети, подув на шарик, попали в рот животным. Роль шарика может выполнять фантик, кусочек ваты, смятая бумажка. Он превращается в угощение, и дети начинают угощать животных.



«Времена года». В пластиковой бутылке проделываются дырочки. Внутри насыпаются (в зависимости от того какое время года сейчас, например) конфетти, мелко нарезанный пенопласт, вырезанные листья, бабочки, цветы. В отверстие в пробке вставляется дыхательная трубка. Дети дуют в трубку, и наблюдают за тем, как в бутылке движется содержимое.



Я познакомила вас с некоторыми тренажерами для дыхательной гимнастики. Вы можете применить всю свою фантазию, чтобы придумать что-то новое, разнообразить дыхательные упражнения, подобрать стихи, изготовить тренажеры.

Практическая часть.

А сейчас я предлагаю вам, принять участие в изготовлении дыхательного тренажера «Домик».

Для этого нам понадобятся:

1. Клей – момент;
2. Клей – карандаш;
3. Ножницы;
4. Простой карандаш;
5. Стержень от шариковой ручки;
6. Нитки с иглой;
7. Линейка;
8. Шаблон домика;
9. Цветная бумага;
10. Листы А-4;
11. Лист картона тёмного цвета (бардового, синего и тд).

Шаг 1. Вырезаем шаблон домика.

Прикладываем шаблон домика к цветной бумаге и вырезаем занавеску для окна чуть меньше самого окна.

Шаг 2. Прикладываем шаблон домика к листу картона тёмного цвета, очертить простым карандашом и вырезать только окошко.

Шаг 3. Листы А-4 разрезать на четыре части.

Шаг 4. Кладём стержень от шариковой ручки на край широкой стороны одной из 4х частей разрезанных листов А-4.

Шаг 5. Начинаем скручивать вместе со стержнем бумагу, предварительно смазав лист клеем-карандашом.

Шаг 6. Получилась трубочка из бумаги. Аккуратно достаём стержень и изготавливаем ещё 30 штук таких трубочек.

Шаг 7. Начинаем приклеивать получившиеся трубочки с низа домика, не выходя за контуры. Для лучшего склеивания использовала клей - момент.

Шаг 8. Длинные трубочки разрезаем на четыре части и приклеиваем между окошком и стеной домика.

Шаг 9. Постепенно заклеиваем трубочками всё пространство домика до контуров. (с низа домика до крыши, кроме трубы).

Шаг 10. Трубу вырезаем отдельно из цветной бумаги и приклеиваем. Продолжаем наклеивать трубочки одна к одной. Дойдя до крыши, трубочки начинаем постепенно срезать на нет.

Шаг 11. Получился домик из бумажных трубочек с трубой.

Шаг 12. Изготавливаем крышу. Вырезаем две полоски из цветной бумаги на конце с острыми углами. Край полоски, с одной стороны, загибаем на 0.5мм, другой край полоски вырезаем ножницами волной.

Шаг 13. Приклеиваем крышу к домику сгибом вверх.

Шаг 14. Из цветной бумаги вырезаем ставни, приклеиваем и начинаем украшать домик (цветами и гофрированными полосками из цветной бумаги).

Шаг 15. С обратной стороны домика пришиваем занавеску из цветной бумаги (занавеска должна быть немного меньше окна для лёгкого открывания) к окошку тремя стежками в двух местах.

Шаг 16. Пришили занавеску, нитку закрепили узелками и отрезали.

Шаг 17. Домик - тренажёр для развития дыхания готов! Сделать глубокий вдох через нос и дуть на занавеску (необходимо, прежде всего, сформировать у детей плавный ротовой выдох). Чем сильнее дуть, тем выше будет подниматься занавеска. Весело и с пользой!



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

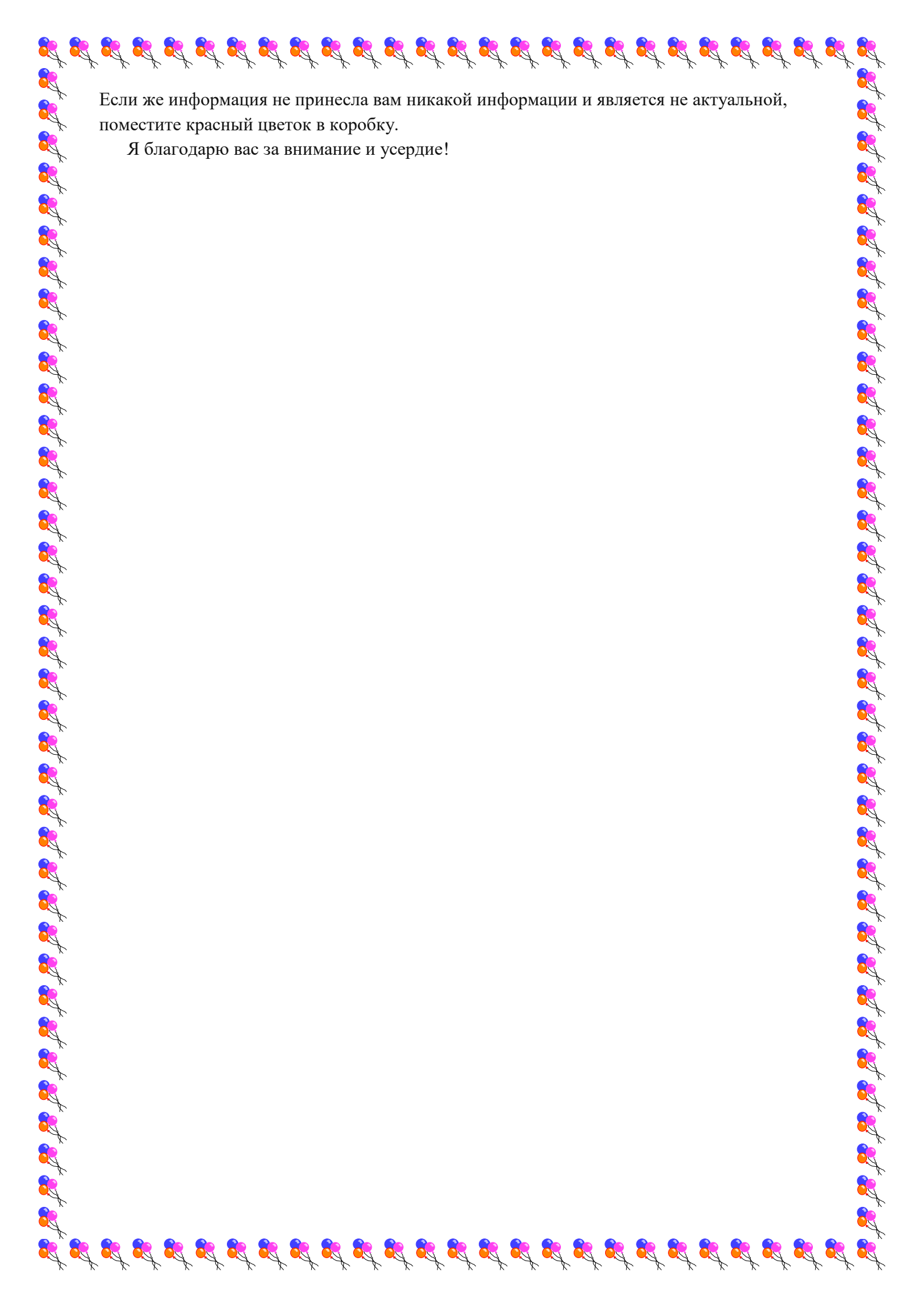
Я подготовила для вас памятки по проведению дыхательной гимнастики.

Памятка по проведению дыхательной гимнастики.

1. Дыхательная гимнастика проводится в хорошо проветриваемом помещении.
2. Не рекомендуется проводить дыхательную гимнастику на сытый желудок.
3. Не выполнять дыхательную гимнастику, если ребёнок в плохом настроении или болен.
4. Сначала учим детей общим дыхательным упражнениям:
 - учим дышать при закрытом рте: тренируем носовой выдох;
 - затем тренируем ротовой выдох, закрывая при этом ноздри.
5. Учим задерживать дыхание на 1-2 секунды.
6. На следующем этапе учим направленной воздушной струе (помним, что воздух должен проходить посередине языка, щёки при этом не надуваются).
7. При выполнении дыхательных упражнений не следует переутомлять ребёнка (длительность выполнения упражнений не больше 5 минут, следите за тем, чтобы ребёнок не напрягал плечи, шею).
8. Ребёнок должен быть в свободной одежде, не стесняющей движения.
9. Все дыхательные упражнения проводятся плавно, под счёт, музыку.
10. Дозируйте количество и темп проведения упражнений.
11. Дыхательная гимнастика проводится с детьми в игровой форме.

Рефлексия.

Уважаемые родители, у каждого из вас есть цветочки (красный, зеленый). Предлагаю вас отметить выбор цветочка, если информация была для вас полезной, и вы обязательно будете пользоваться ей в воспитании ваших детей, поместите зеленый цветочек в коробку.



Если же информация не принесла вам никакой информации и является не актуальной,
поместите красный цветок в коробку.

Я благодарю вас за внимание и усердие!