

## Мастер-класс для педагогов на тему

### «Дыхательная гимнастика для дошкольников как вид здоровьесберегающей технологии, в работе учителя-логопеда»

ГБОУ СОШ №5 г.Сызрани

СП «Детский сад №29»

Выполнила учитель-логопед Барабанова Ю.В.

В процессе коррекционной работы логопеда возрастает социальная и педагогическая значимость сохранения здоровья детей. Поэтому одна из задач логопедической работы – создание такой коррекционно–образовательной системы, которая не только бы сохраняла здоровье ребёнка, но и «приумножала» его. И для этого возрастает количество применяемых здоровьесберегающих технологий.

Коррекция речевых нарушений невозможна без специальной подготовки, а именно без развития речевого дыхания. Физиологическое дыхание у детей с речевыми нарушениями имеет свои особенности: оно, как правило поверхностное; ритм его недостаточно устойчив, легко нарушается при физической и эмоциональной нагрузке; объем легких у таких детей существенно ниже возрастной нормы; а в процессе речевого высказывания у них отмечаются задержки дыхания, судорожные сокращения мышц диафрагмы и грудной клетки, дополнительный забор воздуха при высказывании.

Таким образом, в дошкольном учреждении дыхательным упражнениям необходимо уделять особое внимание, так как развитие правильного речевого дыхания у детей с речевой патологией и без нее способствует, нормальному звукопроизношению, создает условия для нормальной громкости речи, четкого соблюдения пауз, сохранения плавности речи и интонационной выразительности.

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.

Используя дыхательную гимнастику в своей работе я основываюсь на принципы здоровьесберегающих технологий, таких как:

1. Создание образовательной среды, обеспечивающей снятие всех стрессобразующих факторов коррекционного процесса: следуя этому принципу я пытаюсь создать атмосферу доброжелательности и веры в свои силы у ребенка, использую индивидуальный подход к каждому ребенку, создаю ситуации успеха для каждого. Таким образом, моя задача - создать все условия для ребенка, чтобы у него получилось выполнить упражнение.

2. Творческий характер коррекционного процесса. Обучение без творческого заряда неинтересно, а значит, в той или иной степени, является насилием над собой и другими. Следуя этому принципу я реализую творческий подход в использовании в работе разнообразные методов и форм дыхательных упражнений, изготавливаю новые пособия.

3. Обеспечение мотивации образовательной деятельности. Ребенок - субъект образования и обучающего общения, он должен быть эмоционально вовлечен в процесс социализации, что обеспечивает естественное повышение работоспособности и эффективности работы мозга. Таким образом, моя задача - главное в игровой и интересной форме мотивировать ребенка на выполнение данного упражнения, но и вовремя остановить тренировку, во избежание переутомления детей.

4. Обеспечение прочного запоминания. Научно обоснованная система повторения - необходимое условие здоровьесберегающих технологий. Таким образом, формируемый навык я закрепляю на разных игровых приемах и упражнениях, используя разнообразие материала и стараюсь придерживаться тематики изучаемой лексической темы.

5. Рациональная организация применяемой технологии. Следуя этому принципу я работаю в системе: соблюдая режим и регулярность проведения гимнастики, систематически пополняю картотеку игр для дыхания и пособия «дыхательного уголка» логопедического кабинета и конечно тесно взаимодействую с родителями и воспитателями для улучшения коррекционного сопровождения детей с ОВЗ.

Здоровьесберегающие технологии в работе влияют на формирование гармоничной, творческой личности и подготовки его к самореализации в жизни с опорой на ценностные ориентиры, такие как здоровье. Поэтому дыхательная гимнастика является необходимым аспектом (компонентом) комплексной реабилитации детей с речевой патологией.

Дыхательные упражнения делятся:

- на игровые упражнения, вызывающие длительный направленный выдох (игры типа вертушки, предметы на воде...),
- игры на поддувание (ребенок поддувает на легкие предметы),
- игры на развитие физического дыхания (надувает шарик, пускает мыльные пузыри...),

- игровые упражнения на развитие речевого дыхания (вдох и выдох через рот и нос),
- упражнения с проговариванием звуков.

Предлагаю вашему вниманию пособия, которые развивают продолжительный, равномерный выдох у детей, формируют сильную воздушную струю через рот.

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



## Развивающий мобиль «Времена года»





Развивающий мобиль  
«Времена года»



Развивающий мобиль  
«Времена года»



Развивающий мобиль  
«Времена года»

### Игровое упражнение «Веселый кит»



### Игровое упражнение «Снежная буря»



### Игровое упражнение «Вертушка»



### Игровое упражнение «Футбол»



### Игровое упражнение «Кораблик на воде»



### Игровое упражнение «Горячий чай»



### Игровое упражнение «Прожорливые овощи»



### Игровое упражнение «Найди фрукты»



Уважаемые педагоги, я познакомила вас с играми и упражнениями, которые помогут вам в работе с детьми, развивая речевое дыхание. Удачи вам на трудном пути формирования и развития речи наших детей.