

Консультация «Дыхательная гимнастика»



Подготовила и провела

- учитель-логопед
МБДОУ д/с № 52
Савченко А.А.
-
- г. Таганрог
- Ростовской обл.



Регулярные занятия дыхательной гимнастикой способствуют воспитанию правильного речевого дыхания с удлиненным постепенным вдохом, профилактике болезней дыхательных путей.

- Правильное носовое дыхание способствует тренировке дыхательной мускулатуры, улучшает местное и мозговое кровообращение, препятствует разрастанию аденоидов, предохраняет от переохлаждения.



Цель дыхательных упражнений

- Научить детей быстро, бесшумно производить вдох и рационально, экономно расходовать воздух на выдохе.



Работа над речевым дыханием заключается в следующем:

- в выработке длительного ротового выдоха;
- в формировании умения экономно расходовать воздух в процессе речи с учётом его добора.



Как правильно выполнять упражнения

- вдох производится через нос;
- плечи ребёнка остаются в спокойном состоянии (не поднимаются);
- выдохнуть воздух следует плавно и длительно;
- щёчки ребёнка не должны раздуваться (можно контролировать их при помощи рук на этапе разучивания упражнений).



Немедленно прекратить упражнения, если ребёнок:

- дышит слишком часто;
- резко побледнел или покраснел;
- жалуется, что у него онемели ручки или ножки;
- начали дрожать кисти его рук.



«Подуй»



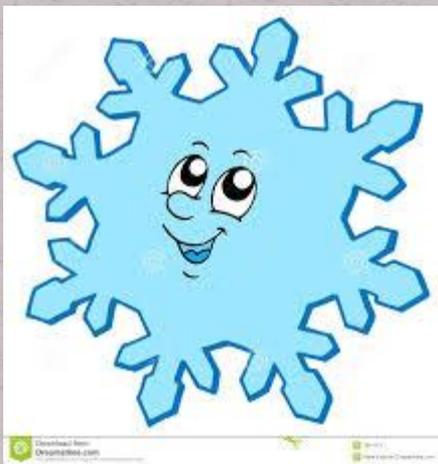
- Предлагаем ребёнку подуть на цветок, чтобы его семена разлетелись по всему саду и на следующий год было больше таких прекрасных цветов.

- Предлагаем ребёнку подуть на облако, чтобы оно ушло и выглянуло солнышко.
- Предлагаем ребёнку показать, как дует ветер на листья.



«Сдуй»

- Вырезаем снежинку из тонкой белой бумаги, предлагаем положить её на ладошку и сдуть



- Подбираем картинку с изображением цветка, наклеиваем её на картон. Вырезаем картинку маленькой пчелы и соединяем две картинки ниткой. Ребёнку предлагается сдуть пчелу с цветка – она там сидит уже долго, а другим пчёлам тоже очень хочется полакомиться пыльцой.



«Задуй упрямую свечу»

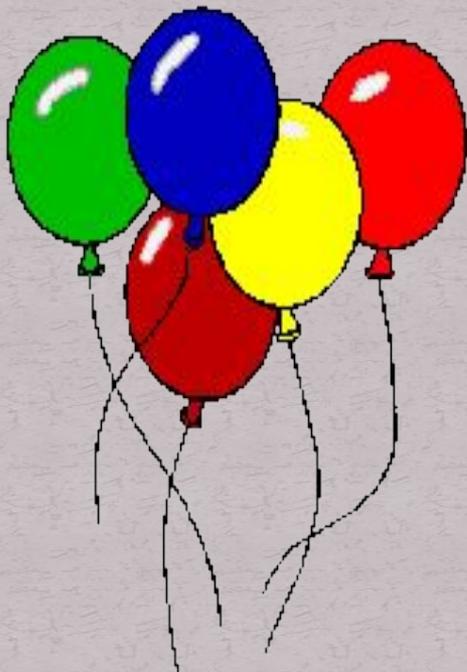
В правой руке держать цветные полоски бумаги; левую ладонь положить на живот; вдохнуть ртом, надуть живот; затем длительно выдыхать, «гасить свечу».



«Пастушок»

Подуть носом в небольшую дудочку как можно громче, чтобы созвать разбежавшихся в разные стороны коров; показать ребенку, что необходимо вдохнуть через нос и резко выдохнуть в дудочку.





«Шарик»

Представить себя
воздушным шариком;
на счет 1,2,3,4, сделать
четыре глубоких
вдоха и задержать
дыхание. Затем на
счет 1-5 медленно
выдохнуть.

«Каша»

Вдыхать через
нос, на выдохе
произнести слово
«пых». Повторить
не менее 6 раз.





«Прокатай карандаш»

Вдохнуть через нос и,
выдыхая через рот,
прокатить по столу
круглый карандаш.



«Греем руки»

Вдыхать через нос и дуть
на озябшие руки, плавно
выдыхая через рот, как бы
согревая руки.





«Шину прокололи»

Сделать легкий вдох, выдыхая,
показать, как медленно выходит воздух
через прокол в шине – «ш-ш-ш.....».



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

