

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение «Центр развития ребенка-детский сад «Колокольчик» п. Витим» муниципального образования Ленский район Республики Саха (Якутия)



Мастер-класс на тему:

**«Здоровьесберегающая
технология развития
дыхательной функции и
речевого дыхания у детей с
нарушениями речи»**

Выполнила учитель-логопед
Андрецова Любовь Юрьевна

2020 г.



Мастер-класс будет актуален для родителей и детей, особенно в период карантина, для проведения совместного времени с пользой и укрепления здоровья!

Цель: трансляция и передача опыта по проведению дыхательной гимнастики с детьми с нарушениями речи.

Задачи:

- показать значение гимнастики, как одного из средств профилактики заболеваний;
- познакомить педагогов с особенностями проведения дыхательной гимнастики с детьми с нарушениями речи;
- обучить приёмам проведения дыхательных упражнений.



Дыхательная гимнастика способствует воспитанию правильного речевого дыхания с удлиненным постепенным выдохом. *Без правильного дыхания невозможна хорошо звучащая речь!*

В зависимости от того, какие мышцы задействованы, различают четыре типа дыхания:

1. Нижнее, или "брюшное", "диафрагмальное"
2. Среднее, или "реберное"
3. Верхнее, или "ключичное"
4. Смешанное или Диафрагмально-реберное дыхание, когда вдох и выдох совершаются при участии диафрагмы и межреберных мышц. Оно является наиболее правильным, удобным для речи.



Технология состоит из пяти этапов, которые должны проходить в строгой последовательности:

I этап — подготовка к развитию грудобрюшного типа дыхания по традиционной методике;

II этап — развитие грудобрюшного типа дыхания с включением элементов дыхательной гимнастики А. Н. Стрельниковой;

III этап — развитие фонационного выдоха;

IV этап — развитие речевого дыхания;

V этап — развитие речевого дыхания в процессе произнесения прозаического текста.

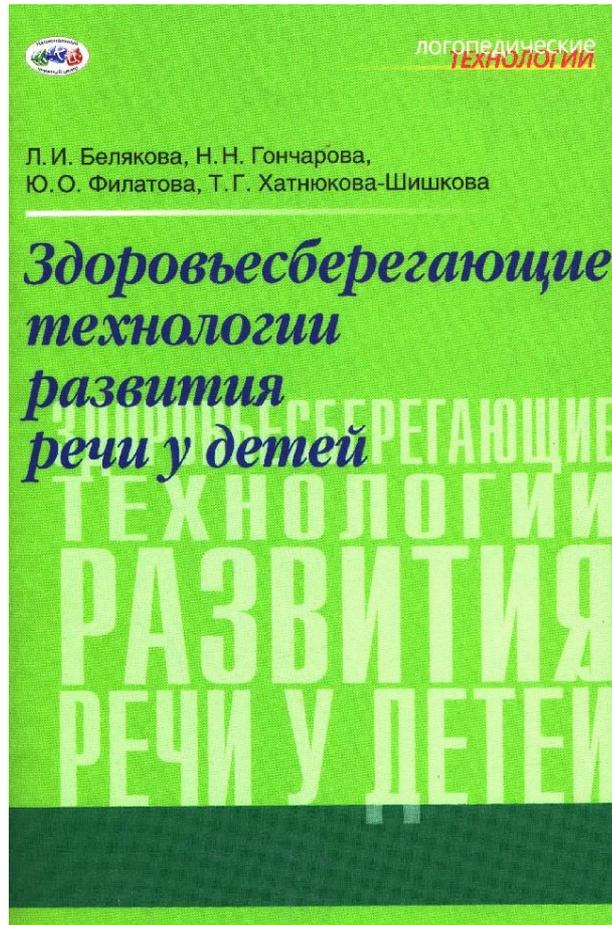
Детям с острыми респираторными заболеваниями, ринитом, аденоидами - данная технология противопоказана!!!

Во время выполнения, взрослым необходимо:

- следить за самочувствием ребенка в процессе выполнения упражнений, не допуская его переутомления и гипервентиляции легких, т. е. появления отдышки, синюшности губ, головокружения;
- следить за тем, чтобы ребенок не напрягал мышцы шеи, плеч, соблюдал правильную позу в процессе выполнения упражнений. С этой целью в методике представлены фотографии-иллюстрации;
- развивать внимание ребенка к своим ощущениям (к кинестетическим, зрительным, тактильным ощущениям сокращения мышц диафрагмы, межреберных мышц, мышц живота, что позволит ему в дальнейшем произвольно регулировать диафрагмальное дыхание);
- все дыхательные упражнения ребенок должен производить плавно под счет или под музыку;
- дыхательная гимнастика должна проводиться до еды;
- обучение должно проводиться в хорошо проветриваемом помещении.



Помимо общих правил, здоровьесберегающая логопедическая технология включает отдельные положения парадоксальной дыхательной гимнастики А.Н. Стрельниковой и другие методологические аспекты, с которыми вы можете ознакомиться в данной книге.



1 этап. Подготовка к развитию грудобрюшного типа дыхания по традиционной методике. Цель: развитие ощущений движения органов дыхания, главным образом диафрагмы и передней стенки живота, что соответствует грудобрюшному типу дыхания.



Выработка грудобрюшного типа дыхания в положении сидя. Ладонь ребёнка находится на области диафрагмы

Инструкция: «Сядь, положи ладонь на живот и почувствуй, как она поднимается, когда ты делаешь вдох, и опускается, когда ты делаешь выдох».

Упражнение можно сопровождать рифмовкой:

Сели бегемотики, потрогали животики.

То животик поднимается (вдох), То животик опускается (выдох).

2 этап. Развитие грудобрюшного типа дыхания с включением элементов дыхательной гимнастики А.Н. Стрельниковой.



«Быстрые вдохи» «прислушивание»

Инструкция с поэтапной демонстрацией упражнения: «Чтобы найти зайчика, будем смотреть то направо, то налево, прислушиваться и нюхать воздух.»

Поворачиваем голову вправо и прикладываем ладонь к левому уху, «нюх-нюх». Отдыхаем. (Возврат в исходное положение и выдох.)

Второй комплекс упражнений



«Быстрые вдохи» в сочетании с ходьбой, поворотом головы в сторону и хлопками в ладони

**Инструкция: 1-й шаг – поворот головы направо (налево), два «быстрых вдоха» и хлопок в ладони;
2-й шаг – голова прямо, выдох, хлопок в ладони;
3-й шаг – голова прямо, выдох, хлопок в ладони;
4-й шаг – голова прямо, выдох, хлопок в ладони.**

Третий комплекс упражнений



Выполнение «быстрых вдохов» при наклонах туловища и движениях рук (имитация накачивания шины).

Инструкция :

«Раз» - наклон вперед, два «Быстрых вдоха», слегка выпрямиться;
«Два», «три», «четыре» - исходное положение, выдох



*Помните: дыхание – это жизнь, а
правильное дыхание – это здоровая
жизнь.*

*Берегите своих детей, их
здоровье в ваших руках!*



Благодарю за внимание!