**Цель:** дать родителям представление о необходимости проведения с детьми дыхательной гимнастики; показать, как изготовить и применять тренажеры для дыхательной гимнастики**.**

Задачи:

-рассказать родителям о необходимости регулярного проведения дыхательной гимнастики детей**;**

-учить родителей изготавливать тренажеры для дыхательной гимнастики**;**

-учить родителей применять тренажеры для дыхательной гимнастики**;**

-создать благоприятную атмосферу для неформального общения родителей**,**увлеченных общим делом.

**Оборудование и материалы:** цветная бумага, ножницы, дырокол, конструктор, клей-карандаш, альбомные листы, краски акварельные, вода, кисточки, пенопласт, коктейльные трубочки, теннисные шарики, карандаши, канцелярские кнопки, пластиковые бутылки емкостью 0,5 л. и 0,3 л., пластиковые стаканчики с крышкой емкостью 0,3 л., мыльные пузыри.

**Ход мастер-класса:**

**Вводная часть:**

– Здравствуйте, уважаемые родители**.** Я рада видеть вас и предлагаю Вам сегодня узнать дополнительную информацию для сохранения и укрепления здоровья ваших детей.

Хорошо поставленное речевое дыхание обеспечивает правильное произношение звуков, слов и фраз.

**Основа любого звука - это дыхание**.

Голос – это озвученное дыхание. Звуки речи образуются при определённом положении артикуляционных органов, но при условии, что через них должна проходить струя воздуха, идущая из легких. Струя воздуха предназначена прежде всего для дыхания, значит ребенок должен научиться одновременно и дышать, и говорить. В норме, у ребенка параллельно с развитием речи вырабатывается правильное речевое дыхание.

**Физиологическое дыхание непроизвольно**, т. е. не зависит от воли человека. Оно протекает рефлекторно и сопряжено с самим понятием «жизнь». Дыхание, кроме того, представляет собой основу процесса образования речи. Речевое дыхание — это короткий вдох через нос и\* длительный выдох через рот. В речи вдох и выдох взаимосвязаны и непрерывны, поэтому необходимо выработать в процессе занятий плавный и постепенный выдох, обеспечивающий длительное фонирование.

**Различают 3 типа дыхания**, в зависимости от той области, где происходит основное мышечное движение, расширяющее и сжимающие легкие:

Верхнерёберное\*

Грудное\*

Грудобрюшное (оно же диафрагмально-рёберное)\*

Наиболее полезным для речевого процесса является диафрагмально-рёберный тип дыхания. При нём работают межрёберные мышцы, диафрагма, косые мышцы живота. Этот тип дыхания называют ещё фонационным.

**Особенности физиологического дыхания у детей с речевыми нарушениями**

* Дыхание поверхностное.
* Ритм неустойчив, легко нарушаем при физической нагрузке.
* Недостаточный объём вдыхаемого воздуха перед началом речи.
* Укороченный и нерационально используемый речевой выдох.
* Произнесение отдельных слов – происходит, как на выдохе, так и на вдохе.

Игровая методика, используемая на занятиях с детьми**,** позволяет в простой, доступной форме сформировать у ребенка навыки эффективного дыхания**,** постепенно увеличивая время выдоха.

Дыхательная гимнастика начинается с общих дыхательных упражнений. Их цель—увеличить объём дыхания и нормализовать его ритм.
При дыхательной гимнастике не следует переутомлять ребёнка. Нужно следить, чтобы он не напрягал плечи, шею. Все дыхательные упражнения проводятся плавно, под счёт или музыку, в хорошо проветренном помещении.

**Рекомендации по проведению дыхательной гимнастики**

При занятиях дыхательной гимнастикой с детьми необходимо соблюдать следующие требования:

- выполнять упражнения каждый день по 3 – 6 мин, в зависимости от возраста детей;

- проводить упражнения в хорошо проветриваемых помещениях или при открытой форточке;

- заниматься до еды;

- заниматься в свободной, не стесняющей движения одежде;

- дозировать количество и темп проведения упражнений**;**

- вдыхать воздух через рот и нос, выдыхать – через рот**;**

- вдыхать легко и коротко, а выдыхать – длительно и экономно;

- после выдоха перед новым вдохом сделать остановку на 2 – 3 сек.

**Постановка диафрагмально-рёберного типа дыхания.**

**«Надуй шарик»**

Цель: тренировать силу вдоха и выдоха.
ИП: 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.

 **«Бегемотики»**

Ребенок, находящийся в положении лежа, кладет ладонь на область диафрагмы. Взрослый произносит рифмовку:

Бегемотики лежали, бегемотики дышали.

То животик поднимается (вдох),

То животик опускается (выдох).

*Упражнение может выполняться в положении сидя и сопровождаться рифмовкой:*

Сели бегемотики, потрогали животики.

То животик поднимается (вдох),

То животик опускается (выдох).

**«Качели»**Цель: укреплять физиологическое дыхание у детей.
Ребенку, находящемуся в положении лежа, кладут на живот в области диафрагмы легкую игрушку. Вдох и выдох – через нос. Взрослый произносит рифмовку:

Качели вверх (вдох,)
Качели вниз (выдох, )
Крепче ты, дружок, держись.

**«Ныряльщики за жемчугом»**

Объявляется, что на морском дне лежит красивейшая жемчужина. Достать ее сможет тот, кто умеет задерживать дыхание.

Ребенок в положении стоя делает два спокойных вдоха и два спокойных выдоха через нос, а с третьим глубоким вдохом закрывает рот, зажимает пальцами нос и приседает до желания сделать выдох.

 **Дифференциация носового и ротового дыхания.**

Тренажеры для дыхания в игровой форме помогут ребенку достичь плавного вдоха и быстрее освоить «трудные» звуки, развить речевое дыхание.

Тренировку дыхания можно проводить 1 раз в день перед сном. После приема пищи должно пройти не менее 2-3 часов. Время занятий для детей дошкольного возраста 3-5 минут.

**Основная часть:**

-Сейчас я покажу вам как быстро, несложно и интересно можно изготовить тренажеры для дыхательной гимнастики в домашних условиях**.** Для их изготовленияможно задействовать и детей.

1.Я предлагаю вам покрошить пенопласт. Теперь этот пенопласт поместите в бутылки и стаканчики, которые находятся у вас на столах. Закройте их крышками с отверстиями, в отверстия вставьте коктейльные трубочки. Теперь медленно и глубоко вдохните воздух носом и выдохните ртом через трубочки в наши тренажеры**.** Весело? Интересно? Уверяю, Вас, детям это тоже очень нравится.

2. Теперь возьмите конструктор и сделайте, пожалуйста, футбольные ворота. С помощью трубочек для коктейля и теннисного шарика предлагаю Вам сыграть в настольный футбол.

3.Перед вами лежат шаблоны с изображением варежки, нитки. Вырежьте пожалуйста вашу варежку, приклейте с обратной стороны ниточку. Теперь вырезаем из белой бумаги снежинку и приклеиваем с другому концу нити., тренажёр готов! Снежинку кладём на варежку , делаем вдох и сдуваем её так, чтобы щеки не надувались, а был плавный и как можно более длительный.

4. Берём нижнюю часть от игрушки «Киндер-сюрприз», отверстие уже проделано в середине, вставляем в это отверстие трубочку для коктейля . Кладём сверху теннисный шарик и дуем в трубочку , регулируем воздушную струю так, чтобы шарик поднялся от воздуха и какое-то время продержался в воздухе, щёки не надуваем.

4. А самым простым и незамысловатым дыхательным тренажером являются мыльные пузыри. Главное медленно и глубоко вдыхать воздух носом и

длительно выдыхать ртом**.**

**Заключительная часть:**

– Мы с вами сделали тренажеры для дыхательной гимнастики**.** Несложно?

Я предлагаю Вам дома, вместе с детьми, сделать еще несколько тренажеров и всей семьей заниматься дыхательной гимнастикой**,**закрепляя и усиливая эффект тренировок**,** которые мы проводим в детском саду**.**

Спасибо вам большое за то, что пришли сегодня на этот мастер-класс**.** Надеюсь, полученная информация пригодится и вам и вашим детям.

– Спасибо за участие. До свидания!

**Список использованной литературы:**

1) Коноваленко, СВ. Развитие познавательной деятельности у детей от 10 - 14 лет [Текст] / С. В.. Коноваленко. - М: Гном-Пресс, Новая школа, 1998

2) Каралашвили, Е. А. Физкультурная минутка. Динамические упражнения [Текст] / Е. А. Каралашвили. - М. : ТЦ «Сфера», 2001

3) Филичева, Т. Е., Чевелева, Н. А., Чиркина, Г. В. Основы логопедии [Текст] / Т. Е. Филичева, Н. А. Чевелева, Г. В. Чиркина - М: Просвещение, 1989

4) Узорова, О. В., Физкультурные минутки [Текст] / - М. : ООО «Издательство Астрель», ООО «Издательство АСТ», ЗАО НПП «Ермак», 2004.

5)Краузе, Е. Н. Логопедический массаж и артикуляционная гимнастика. [Текст] / Е. Н. Краузе. - СПб. : Корона, 2004

 МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ

ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕУЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД №16 «ПЧЕЛКА»

Мастер-класс учителя-логопеда для родителей

 **«Речевое дыхание - основа правильной речи»**

 **Подготовила:** учитель-логопед

 О.А. Саркисян