Мини проект: Дыхательная гимнастика в системе оздоровительной работы в современном ДОУ



Выполнили:
Учитель логопед: Тягнирядно Н.О.
Педагог- психолог: Лановая М.Ю.
Инструктор по ФК : Полякова К.А.
Музыкальный руководитель: Степанова Ю.Н.

Творческое название: «Играя, правильно дышим, красиво говорим»

- Тип проекта: практико – ориентированный
- По числу участников: индивидуальный, подгрупповой, групповой
- По продолжительность: долгосрочный
- Участники проекта: воспитанники старшей и подготовительной группы компенсирующей направленности для детей с нарушением речи, учитель – логопед, педагог – психолог, инструктор по ФК, музыкальный руководитель, родители (законные представители).

Актуальность темы:

Дыхательная гимнастика универсальна: она может быть лечебной, профилактической, оздоровительной и развивающей и улучшающей настроение. Ее можно делать дома, в группе и на улице, стоя, сидя и лёжа, всю сразу или по частям. Она не имеет противопоказаний и очень результативна.

Задачи проекта:

Приобщение детей к здоровому образу жизни посредством дыхательной гимнастики.

Формирование привычки к здоровому образу жизни.

Формы реализации:

Коррекционно-развивающая образовательная деятельность: индивидуальная, подгрупповая, фронтальная, интегрированная

консультации, тренинги, индивидуальные беседы, открытые просмотры, буклеты, папки-передвижки, родительское собрание, практикум, культурно-досуговая деятельность

Семинар-практикум, тренинг, консультирование, деловая игра, анкетирование.

Предполагаемый результат:

Внедрение в деятельность ДОУ здоровьесберегающих технологий позволяет использовать дыхательную гимнастику, как мощный фактор оздоровление детей и снижения заболеваемости в группе всеми специалистами ДОУ.

Система взаимодействия



Мастер-класс

Оздоровительное дыхание на занятиях учителя-логопеда

Дыхательная гимнастика «звуковые волны» по методике А.Н. Стрельниковой

- **Цель:** учить детей выполнять дыхательные упражнения в сочетании с наглядным материалом
- **Задача:** создать условия для игр направленных на закрепление центрального выдоха, постановку и автоматизацию звуков



Дыхательные игры с гласными звуками

- **Цель:** учить детей пропевать гласные на выдохе;
- **Задача:** Вырабатывать грудобрюшной тип дыхания

упражнения:

- «цветок распускается» [а]
- «пускаем облачко» [о]
- «Рубим дрова» [у]
- «Держим большой мяч» [э]
- «маятник» [ы]
- «поймаем мячик» [и]



Зарядка с гласными у зеркала

- **Цель:** выработать сильный, плавный, длительный выдох, развивать фонематический слух.
- **Задача:** работа с просадической стороной речи на новом качественном уровне, улучшая речевое дыхание и звучность речи



Упражнения

Дыхание и движение

Дыхательное упражнение «Паровоз»

- **Цель-** формирование у детей умений и навыков правильного физиологического и речевого дыхания без ущерба для здоровья.
- Задачи:

– продолжить знакомство детей с актом дыхания;

– расширить знания детей, педагогов, родителей о дыхании



Дыхательное упражнение «Гуси шипят»

- **ЦЕЛЬ:**

- развивать дыхательную мускулатуру, речевой аппарат, координацию движений, вырабатывать правильное ритмичное дыхание.

- **ЗАДАЧИ:**

– познакомить детей с различными упражнениями для правильного дыхания во время подачи информации окружающим;

– воспитывать дисциплинированность и сознательное выполнение упражнений;



Дыхательное упражнение «Холодно»

- Цель: научить детей глубоко и правильно дышать;
- Задача:

- провести время качественно, с пользой и весело



Дыхательная гимнастика на музыкальных занятиях в игровой форме

Дыхательная игра «ВОРОБЬИШКА»

- Цель: формирование артикуляционной базы звуков, физиологического и фонационного дыхания;
- Задача: устранение речевых нарушений путем развития дыхательных на музыкальных занятиях
- Шустро скачет воробьишка, *(прыгают по кругу на обеих ногах)*
- Птичка – серая малышка.*(прижав руки к бокам, как крылышки). Певческое диафрагменное дыхание. Чик-чик.*
- По двору шныряет, *(по два поворота головы влево-вправо)дыхание чик-чик*



Фонопедическое УПРАЖНЕНИЕ «МЕТЕЛЬ»

- **Цель:** Применять и систематизировать у детей полученные знания о звуках, буквах, словах и предложениях на музыкальных занятиях

Задача:

- выявление и развитие певческих дыхательных навыков.
- Снятие мышечного напряжения при помощи дыхательной гимнастики
- Свистели метели (*Дети делают glissando от низкого регистра к верхнему на звук [у])*
- Летели снега, (*Делают glissando от высокого регистра к низкому на звук [о])*
- Стелила постели большая пурга (*Делают glissando на звук [и] то ↑, то↓, показывая высоту звука рукой.)*
- Стелила постели морозом она…(*Пропевают отрывистые, «острые» звуки [а] в разных регистрах по показу)*



- ***Тренинг***
- *«Дыхательные упражнения с успокаивающим эффектом»*

Дыхательное упражнение «Солнышко»





Цель: снять напряжение мышц лица.

Задача: Отработать с детьми расслабляющее дыхание медленный вдох и выдох.

Дыхательный тренинг: посылай и воспринимай уверенность «Звезда»

Цель: учить педагогов и детей работать над *расслабляющим дыханием*

Задача: релаксация, закрепление положительных эмоций.

Ход работы:

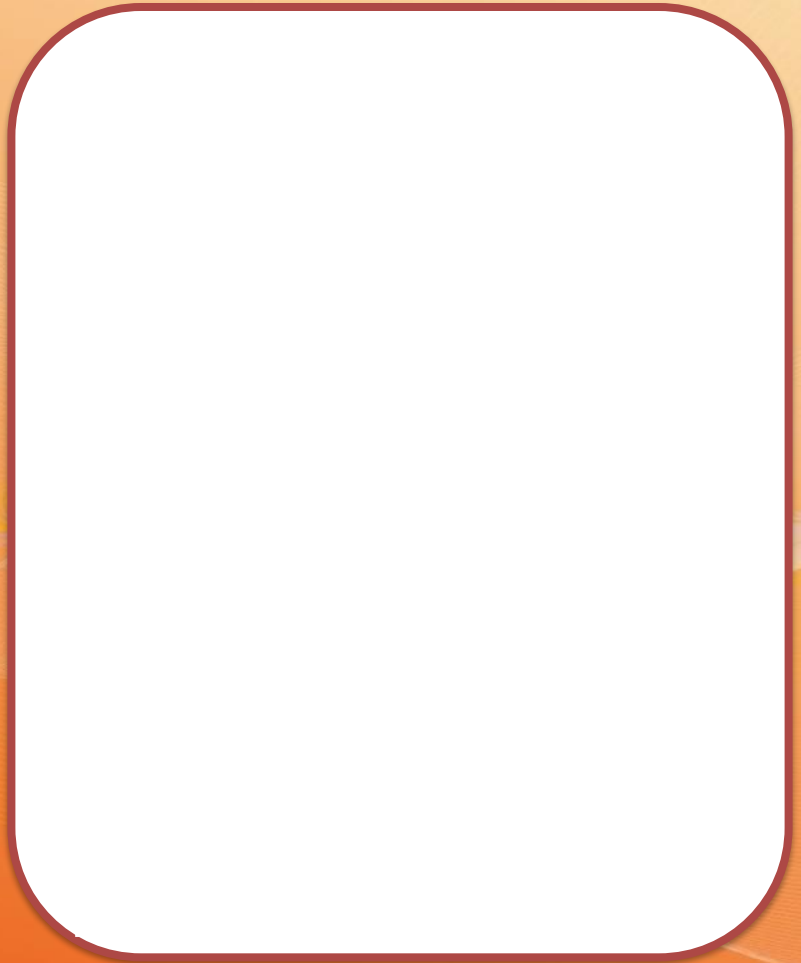
Звучит спокойная музыка. Сядьте поудобнее и закройте глаза. Сделайте три глубоких вдоха и выдоха… теперь представьте себе, что над Вашей головой висит чудесная звезда. Это звезда, принадлежит только Вам и заботится о том, чтобы Вы были счастливы.

И Вы и Ваша Звезда как символ, испускается во все стороны ясного теплого света и что этот свет идет ко всем Вашим коллегам, находящимся в этом зале…. Подумайте обо всех, и пошлите всем немного своего света и теплого дыхания.

Вы с ног до головы озарены светом звезды, любви и радости. Делаем вдох и медленный расслабляющий выдох.

Сохраните в памяти эти чувства и обращайтесь к ним в тех случаях, когда Вы устали и Вам нужны свежие силы и уверенность в себе…

что наш опыт поможет



гимнастику

ИСТОЧНИКИ

- Журнал « ЛОГОПЕД» № 10 – 2013 стр. 8. « Нарушение просодической стороны речи у детей».
- Журнал «ЛОГОПЕД» № 9 – 2013 стр. 82. « Развитие речевого дыхания у ребенка».
- Журнал « ЛОГОПЕД» № 8 – 2013 стр.47. «Развитие речевого дыхания с использованием игровых упражнений».
- Журнал «ЛОГОПЕД» №6 – 2013 стр.99.» Взаимодействие учителя – логопеда и педагога – психолога в условиях реализации ФГТ»