



\* **Здоровьесберегающий проект**  
**«Сила дыхания»**

Руководители:

Учитель-логопед Дрокина Е.А.

Воспитатели: Кох Е.Н., Акимова О.А.

**Тип проекта:**

- информационно-практико-ориентированный.

**Вид проекта:** групповой

**Продолжительность:** долгосрочный сентябрь 2018  
– май 2019 .

**Участники проекта:**

дети средней группы «Радуга»,

учитель – логопед Дрокина Е.А.,

воспитатели – Кох Е.Н., Акимова О.А.

родители воспитанников

**Цель данного проекта:** формирование у детей среднего дошкольного возраста с общим недоразвитием речи правильного физиологического и речевого дыхания с использованием методики Л.И.Беляковой, развитие воздушной струи при вовлечении всех участников педагогического процесса.

**Задачи:**

- расширить знания детей, родителей, педагогов о дыхании;
- Совершенствовать звуковую культуру речи посредством развития воздушной струи.
- познакомить детей, родителей и педагогов с различными упражнениями для правильного физиологического и речевого дыхания;
- активизировать работу по пропаганде формирования правильного дыхания и здорового образа жизни среди детей, родителей и педагогов;
- создать взаимосвязь педагогов ДОО и родителей по проблеме формирования правильного дыхания.

## Актуальность

Дыхание входит в сложную функциональную речевую систему. Периферические органы слуха, дыхания, голоса, артикуляции неразрывно связаны и взаимодействуют между собой на разных уровнях под контролем ЦНС. Каждый из органов речи имеет свою функцию. По мнению А. Р. Лурия, нарушение одной из них отразится на деятельности остальных органов.

Правильное речевое дыхание обеспечивает нормальное звукообразование, создает условия для поддержания нормальной громкости речи, четкого соблюдения пауз, сохранения плавности речи и интонационной выразительности. Воздушная струя является энергетической основой звука, слога, слова, фразы. Без сильной длительной воздушной струи нарушается не только звукопроизношение, но и общее звучание речи.

Поэтому так важна роль дыхания как «пускового механизма» в начале постановки звукопроизношения, голосоподачи, голосоведения в логопедической практике.

Речевое дыхание у дошкольников с речевыми нарушениями характеризуется:

- слабой дыхательной мускулатурой;
- слабым вдохом и выдохом, что ведет к тихой, едва слышной речи ;

- неэкономным и неравномерным распределением выдыхаемого воздуха (в результате этого дошкольник иногда выдыхает весь запас воздуха на первом слоге и затем договаривает фразу или слово шепотом, нередко из-за этого он не договаривает конец слова или фразы);
- неумелым распределением дыхания по словам (ребенок вдыхает в середине слова (мы с мамой пой — (вдох) — дем гулять));
- торопливым произнесением фраз без перерыва и на вдохе, с «захлебыванием»; – слабым выдохом или неправильно направленной выдыхаемой воздушной струей, которая, в свою очередь, приводит к искажению звуков.

В связи с этим в последние годы среди логопедов и воспитателей групп компенсирующей направленности получила широкое применение практика использования здоровьесберегающих технологий по формированию правильного речевого дыхания у детей с ОНР, направленных на физическое развитие детей с речевой патологией, на целенаправленное воздействие на дыхательную систему организма ребёнка.

## Этапы реализации проекта

### *1 этап Организационный*

- Изучение литературы по вопросу развития речевого дыхания
- Составление плана проекта
- Разработка картотеки с комплексом дыхательной гимнастики Л.И. Беляковой
- Разработка картотеки игр на развитие воздушной струи
- Разработка конспектов бесед, опытов, игр.
- Подбор художественной литературы, мультфильмов для детей.
- Планирование работы с родителями по вопросу формирования правильного дыхания и привлечения к изготовлению пособий для дыхательной гимнастики, «дыхательных тренажеров».

## **II этап Основной**

### **Работа с детьми:**

- Внедрение методики Л.И.Беляковой в воспитательно-образовательный процесс.
- Игры на развитие воздушной струи.
- Беседы и игровые ситуации, опыты, дидактические и сюжетно-ролевые игры, чтение художественной литературы, загадки, мультфильмы о роли правильного дыхания для сохранения здоровья .

Обучение правильному речевому дыханию проводилось по методике Беляковой Л.И., которая включает отдельные положения парадоксальной дыхательной гимнастики А.Н. Стрельниковой.

Работа включала пять этапов, которые проходили в строгой последовательности. Продолжительность каждого этапа регламентировалась только результатами работы.

### **I 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.

В течение дня упражнения повторялись 2-3 раза. В течение 1 этапа дети последовательно выполняли упражнения вначале в положении лежа, затем сидя и стоя.



## **II этап Развитие грудобрюшного типа дыхания с включением элементов дыхательной гимнастики А.Н. Стрельниковой**

**Цель:** дальнейшее развитие сократительной активности диафрагмальной мышцы, а также развитие координаторных отношений между двумя функциями: дыханием и движениями туловища или конечностей.

Этап состоял из трех комплексов упражнений, в которых осуществлялась последовательное усложнение двигательных задач. Перед нами стояла задача обучить детей приемам специальной дыхательной гимнастики *А.Н. Стрельниковой*)

## *Первый комплекс упражнений*

**Задача:** обучение детей выполнению двойных «быстрых вдохов» через нос в положении стоя, а также в сочетании с движениями головы и рук.



## *Второй комплекс упражнений*

**Задача:** развитие грудобрюшного типа дыхания в процессе ходьбы, где детям предлагалось выполнять усвоенные ранее дыхательные упражнения в процессе ходьбы.



## *Третий комплекс упражнений*

**Задача:** дальнейшая тренировка грудобрюшного дыхания и увеличение объема легких.

Третий комплекс, заключался в использовании приемов парадоксальной дыхательной гимнастики в процессе усложнения двигательной нагрузки: выполнение встречных движений рук, направленных на сжатие грудной клетки, выполнение «быстрых вдохов» при наклонах туловища и движениях рук (имитация накачивания шины)



### III этап Развитие фонационного выдоха

**Цель:** развитие фонационного (озвученного) выдоха.

Этап включал семь упражнений, в ходе выполнения которых внимание детей направлялось не на «быстрый вдох», а на звучание голоса (гласных звуков А, И, О, У) в процессе выдоха с изменением силы, высоты голоса, с разной интонацией.



#### **IV этап Развитие речевого дыхания**

**Цель:** развитие собственного речевого дыхания.

Данный этап является базовым. Он тесно сопряжен с логопедической работой по формированию планирования речевого высказывания. Дети обучались в процессе выдоха произносить нараспев сначала слоги и отдельные слова, затем фразы из двух, а далее из трех-четырех слов, короткие стихотворные тексты.



## **У этап Развитие речевого дыхания в процессе произнесения прозаического текста**

**Цель этапа:** тренировка речевого дыхания в процессе произнесения прозаического текста.



В работе так же использовали игры на развитие воздушной струи сделанные родителями совместно с детьми, по всем лексическим

темам такие как :

**«Летите листочки»**



**«Собери овощи в корзину»**



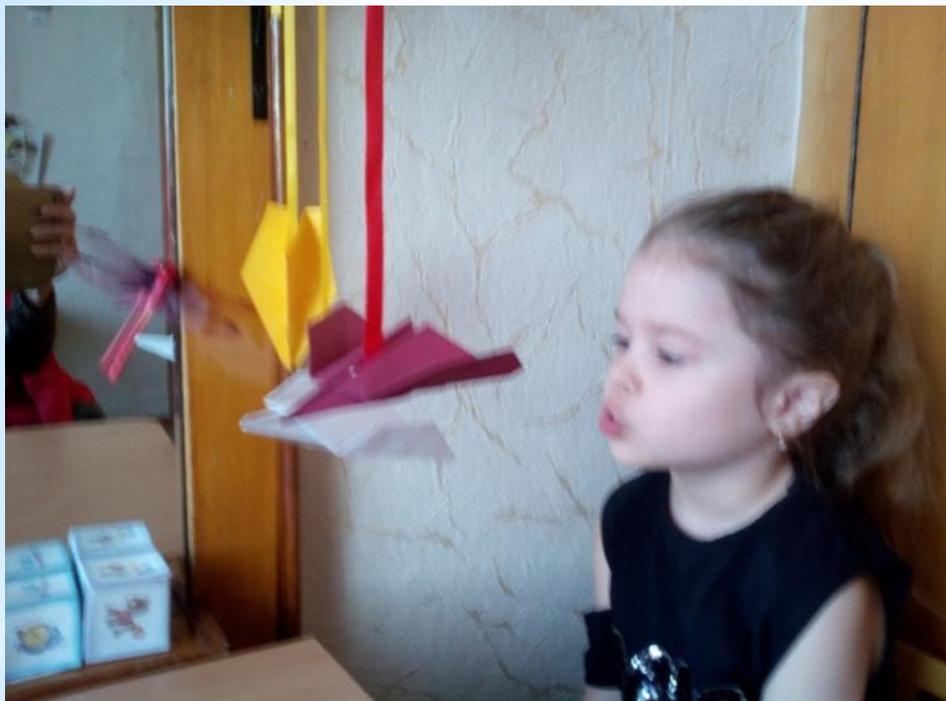
**«Накорми прожорливых животных»**



**«Волшебные пузыри»**



**«Подуй на самолетик»**



**«Сдуй насекомых с фиалки»**



«Веселый человечек», «Буря», «Остуди суп» и так далее.



В течение учебного года воспитателями группы проведены:

Беседа с детьми «Как мы дышим»

Показаны мультфильмы «Как мы дышим», «Для чего нужен нос», «Ваше здоровье», «О пользе здорового образа жизни»

Прочитана художественная литература:

Э.Машковская «Мой замечательный нос», Ю.Прокопович «Зачем носик малышам?», В.Бианки «Чей нос лучше?», Н.Сладков «Ящуркин нос»

Опыты «Загадочный воздух», «Чудо-нос»

Загадки, пословицы про органы дыхания

Организована С\р игра «Больница»



**Дидактические игры: «Определи и покажи», «Наполни легкие воздухом», «Отгадай по запаху»**



## Опыты: «Загадочный воздух», «Чудо-нос»



На протяжении всего учебного года велась работа с родителями:  
**Анкетирование** «Что мы знаем о речевом дыхании»

### **Консультации:**

«Поговорим о дыхании»

«Развитие длительной воздушной струи - основа речевого дыхания».

«Развитие речевого дыхания детей – дошкольников».

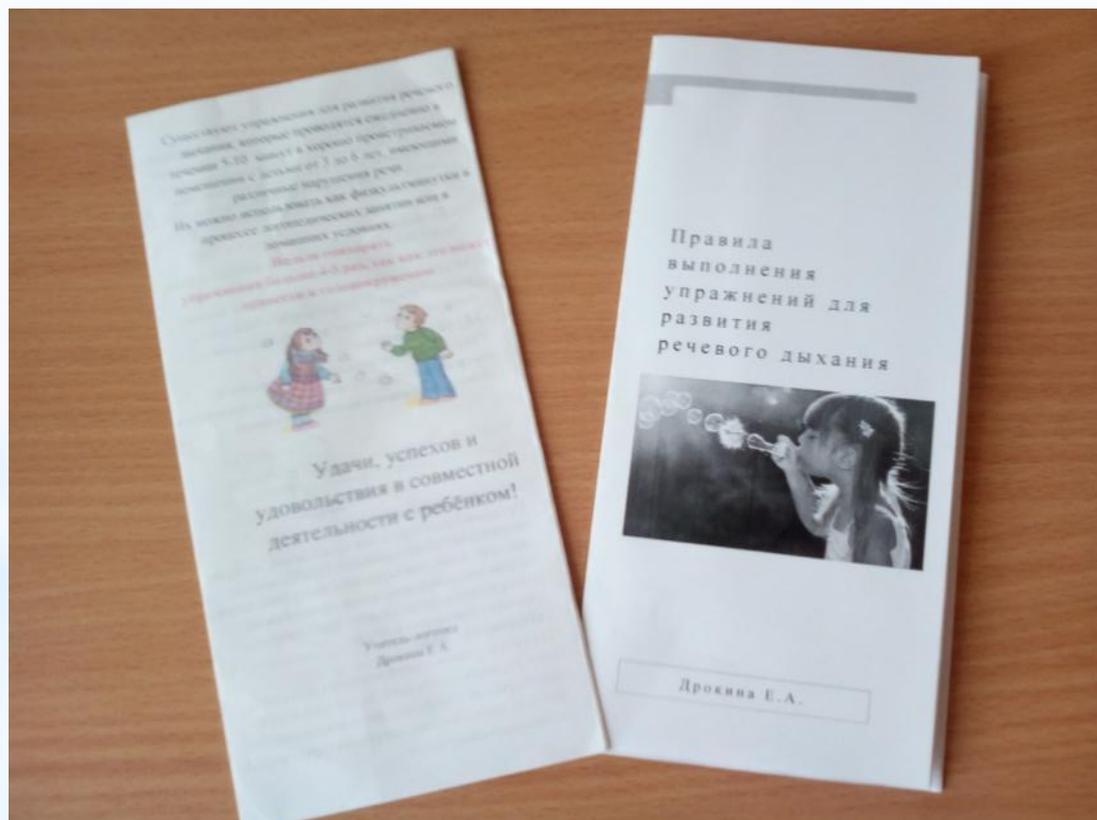
«Роль дыхания в формировании правильного звукопроизношения у детей дошкольного возраста».



## Предложены буклеты:

«Правила выполнения упражнений для развития речевого дыхания».

«Игры и упражнения для формирования воздушной струи»



Мастер-класс «Развития речевого дыхания у дошкольников с нарушениями речи по методике Л.И.Беляковой» .

Мастер-класс «Игры и упражнения направленные на развитие речевого дыхания».

Мастер-класс «Игры для развития воздушной струи своими руками».

Родители привлекались к совместной деятельности с детьми по изготовлению оборудования для игр на развитие воздушной струи .



# Мастер-класс «Игры и упражнения направленные на развитие речевого дыхания»



## Работа с воспитателями группы:

- Консультация «Речевое дыхание – энергетическая основа речи».
- Мастер-класс «Развития речевого дыхания у дошкольников с нарушениями речи по методике Л.И.Беляковой» .



### **III этап Итоговый**

- Анализ результатов реализации проекта, подведение итогов
- Выставка игр и пособий по развитию дыхания у детей
- Разработаны конспекты организованной деятельности с детьми среднего дошкольного возраста с ОНР(опыты, беседы и т.д.) о органах дыхания.
- Создание презентации проекта, показ презентации на педагогическом совете.

## **Результативность**

Комплексное воздействие на дыхательную систему ребенка (учителя-логопеда, воспитателей, родителей), использование дыхательных упражнений, игр на развитие воздушной струи в течение дня в разных режимных моментах (прогулки, самостоятельная деятельность, организованной деятельности), различные игры, опыты, беседы дают возможность успешно формировать у детей правильное речевое дыхание, которое помогает в коррекции звукопроизношения, делает речь красивой.

# Выставка тренажеров на развитие воздушной струи.

