Мастер – класс для родителей

«Изготовление и применение нетрадиционного оборудования для проведения дыхательной гимнастики»

                                                                      Подготовила:

                                   Платонова Людмила Николаевна

2021г.

**Цель** мастер-класса: обучение изготовлению и применению тренажеров для дыхательной гимнастики.

**Задачи:**

-рассказать о необходимости регулярного проведения дыхательной гимнастики детей;

-учить изготавливать тренажеры для дыхательной гимнастики;

-создать благоприятную атмосферу для родителей, посредством увлечения общим делом.

**ХОД:**

**Развитие дыхания** – является одной из важных задач в работе с дошкольниками. Упражнения на дыхание широко используются как в работе по развитию речи детей (при постановке сложных звуков, работе над темпом, громкостью, интонационной выразительностью и плавностью речи), так и в оздоровительной работе.

**Они способствуют:**

- насыщению каждой клеточки организма кислородом,

- повышению общего жизненного тонуса,

- сопротивляемости организма к различным простудным заболеваниям дыхательной системы *(бронхитов, синуситов, ларингитов и др.)*

- стимулируют работу сердца, головного мозга, нервной системы.

         Существует очень много интересных упражнений *(комплексы дыхательной гимнастики)* для развития дыхания детей дошкольного возраста, которые обязательно включаются в различные виды детской деятельности: занятия по развитию речи, познавательному развитию, физкультурные занятия, утреннюю гимнастику, гимнастику пробуждения и как самостоятельные игры-упражнения с различными атрибутами, игрушками – тренажёрами.

            Тренажеры для дыхательных упражнений можно сделать своими руками, они не требует больших материальных затрат. Вот, например, изготовленные тренажёры «Времена года», *«Бабочка», «Аквариум», «Дыхательный футбол», и др*.

**Цель упражнений с тренажёром** - укрепление дыхательных мышц, стимуляция работы верхних дыхательных путей, носоглотки, обеспечение вентиляции легких во всех его отделах.

А сейчас  я Вам расскажу и покажу некоторые варианты изготовления нетрадиционного оборудования для дыхательных упражнений с детьми 4-5 лет.

**«Времена года».**    В пластиковой бутылке проделываются дырочки. Внутрь насыпаются конфетти, мелко нарезанный пенопласт, вырезанные листья, бабочки, цветы. В отверстие в пробке вставляется дыхательная трубка. Начинает дуть тот, у кого содержимое бутылки соответствует ответу загадки.

**Цель:**развитие органов дыхания.

Я раскрываю почки,

в зелёные листочки.     
Деревья одеваю,            
посевы поливаю,           
Движения полна,         
зовут меня ...     (весна)

В небе - радуга-дуга.      
На грядке - ягода-нуга,          
Солнцем озеро согрето:        
Всех зовёт купаться ...       (лето)

Утром мы во двор идём -

Листья сыплются дождём,

Под ногами шелестят

И летят, летят, летят... (осень)

Дел у меня немало        
- Я белым одеялом        
Всю землю  укрываю,    
В лёд реки убираю,       
Белю поля, дома,          
А зовут меня ... (зима)



**«Аквариум».**  Для изготовления понадобится коробка, цветная бумага, нитки и камушки, ракушки для украшения.

**Цель:**

- тренировать дыхательную систему. Научить детей правильно дышать через нос, рот, и при дыхании выполнять различные упражнения.

- снимать эмоциональное напряжение



**«Бабочки»:**Приготовьте несколько бумажных бабочек. К каждой бабочке привяжите нитку, а нитки прикрепите к шнуру на некотором расстоянии друг от друга. Шнур натяните так, чтобы бабочки висели на уровне лица стоящего ребенка. Покажите ребенку, как бабочки приходят в движение, если на них подуть, а затем предложите ребенку.

Для изготовления понадобится: нитка, цветная бумага, диск.

**Цель:**Развитие длительного, плавного и сильного выдоха, активизация мышц губ.



**«Дыхательный футбол»:**участвуют два игрока. Для младшего возраста берем комочек ваты, для детей старшего возраста горошину. С помощью коктейльных трубочек и сильного выдоха нужно «забить» гол сопернику.

**Цель:**развитие речевого дыхания и сильного плавного выдоха.



Ключевая **цель** дыхательной гимнастики — научить дошкольника правильно дышать, а значит, укрепить его здоровье. Лёгкие должны максимально наполняться в процессе вдоха, грудная клетка — расширяться. При выдохе крайне важно, чтобы высвободился весь воздух, в противном случае оставшийся будет ограничивать поступление нового в необходимом объёме. Помните, что дыхательные упражнения быстро утомляют детей, могут вызвать головокружение, поэтому они должны быть строго ограничены во времени.

             Спасибо вам большое за то, что приняли участие в мастер-классе. Надеюсь, полученная информация пригодится вам.