

1 слайд.

МБДОУ «Филимоновский детский сад».

«Использование дыхательной гимнастики А. Н. Стрельниковой как метод развития речевого дыхания»

Шабала. Л. А.

Воспитатель первой квалификационной категории.

2 слайд.

Дошкольное учреждение, как первое звено непрерывного здоровьесберегающего образования, предполагает выбор альтернативных форм и методов организации учебно-воспитательного процесса по сохранению и укреплению здоровья детей. **Развитие детей тесно связано со здоровьем: только здоровый ребенок может правильно, полноценно развиваться.**

фото

Оздоровительная работа нашего дошкольного образовательного учреждения весьма разнообразна, актуальна и результативна. Педагоги ДОУ и я, в том числе, используем различные оздоровительные технологии.

3 слайд

Дыхание- основа процесса образования речи.

Основной метод развития дыхания – это дыхательная гимнастика

Работая в логопедической группе, я столкнулась с проблемой правильного речевого дыхания при выполнении упражнений по заданию логопеда.

Я хочу рассказать об опыте организации работы по развитию речевого дыхания в своей группе, а именно об опыте применения дыхательной гимнастики А. Н. Стрельниковой.

4 слайд

В 1974 году Александра Николаевна Стрельникова, известный московский педагог по постановке голоса, предложила свою «гимнастику вдоха». Для тренировки дыхательной мускулатуры, осуществляющий вдох, предлагается создать определенное сопротивление, что достигается тем, что во время вдоха сжимается грудная клетка. Известно, что вдох выполняется при движениях, расширяющих грудную клетку. Это гимнастика универсальна. Она может быть лечебной и профилактической, оздоровительной и развивающей, восстанавливающей силы и улучшающей настроение. Ее можно делать дома и на улице, стоя, сидя и лежа, всю сразу или по частям. Она не имеет противопоказаний и очень результативна.

Дыхательная гимнастика

- улучшает носовое дыхание;
- ликвидирует заболевания верхних дыхательных путей;
- улучшает состояние сердечно-сосудистой

системы;

- улучшает зрение, память;
- ликвидирует различные невроты;
- улучшает работу органов пищеварения;
- укрепляет сосуды на ногах;
- улучшает звучание голоса.

5 слайд

Цель моей работы оздоровление детей, развитие правильного речевого дыхания.

Задачи:

- изучить систему дыхательной гимнастики Стрельниковой А.Н.;
- обогатить детей знаниями о лечебном дыхании;
- использовать упражнения дыхательной гимнастики в разные режимные моменты.
- познакомить родителей с комплексами дыхательных и звуковых упражнений.

6 слайд.

Регулярные занятия дыхательной гимнастикой способствуют воспитанию правильного речевого дыхания, профилактике болезней дыхательных путей.

Первым этапом работы было:

- изучение материалов по гимнастике Александры Николаевны Стрельниковой, просмотр видеоматериалов по работе с дошкольниками и вебинара. Я освоила методику дыхательной гимнастики А. Н. Стрельниковой,
- изучила комплекс упражнений, составила картотеку упражнений для дошкольников.
- Проанализировала найденную информацию и подобрала упражнения, наиболее подходящие для дошкольников.
- С целью получения дополнительной информации об оздоровлении ребенка посредством использования дыхательной гимнастики для родителей были организованы индивидуальные беседы и консультации. Родители познакомились с комплексами дыхательных и звуковых упражнений, с особенностями их использования в домашних условиях. Для них была составлена памятка выполнения дыхательных упражнений дома.
- оформила родительский уголок.

7 слайд

Второй этап.

Гимнастику Стрельниковой я стала применять в разные режимные моменты. Проводя утреннюю гимнастику включаю упражнения «Ладошки», «Погончики» Стрельниковской гимнастики.

Видео «ладошки»

8 слайд

Видео «погончики»

9 слайд

В занятия по физическому развитию **(фото)**

10 слайд

гимнастику после сна **(фото)**,

В теплое время на прогулке я так же ввожу отдельные упражнения Стрельниковской гимнастики. На прогулке дыхательная гимнастика проводится при температуре воздуха выше 10-12 градусов тепла без резких порывов ветра.

11 слайд

Я заметила, что для физкультминуток наиболее эффективны упражнения «ушки» и «пахнет гарью».

видео

12 слайд

Дыхательная гимнастика по Стрельниковой значительно улучшает самочувствие: бодрость, легкость во всем теле, прекрасное настроение. Упражнения дыхательной гимнастики активно включают в работу все части тела: руки, ноги, голову, тазовый пояс, брюшной пресс, и. т. д. – и вызывают общую физиологическую реакцию всего организма и восстанавливает нормальное физиологическое дыхание через нос.

Сочетание использования дыхательной гимнастики, позволило мне получить следующие результаты: в течение двух месяцев учебного года (сентябрь-октябрь) из 14 детей был 1 случай заболевания.

Использование дыхательной гимнастики эффективно не только для развития речевого дыхания, но и как средство оздоровления в работе с детьми дошкольного возраста по физическому воспитанию, создает возможность уменьшения заболеваний дыхательной системы.

13 слайд

Спасибо за внимание.

