

Мастер-класс «Тренажер для дыхательной гимнастики «Надувная перчатка»

Подготовила Курмачева Вера Николаевна, воспитатель МБДОУ №37

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 требуют больших материальных затрат. Вот, например, изготовленные тренажёры : «Надувная перчатка»

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

Перед вами лежит бумажный стаканчик, пластиковая трубочка, резиновая перчатка, маркер.

Сначала берём стакан (банку) и проделываем небольшое отверстие сверху стакана для входа трубочки. Одеваем на стакан перчатку, тренажер готов.

Сейчас мы его испробуем, сделать глубокий вдох через нос подуть в трубочку наша перчатка начнет надуваться, (необходимо, прежде всего, сформировать у детей плавный ротовой выдох).