

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Самарской области начальная школа «Гармония» п.г.т. Безенчук  
муниципального района Безенчукский Самарской области

**Практикум**  
**«Использования практического**  
**материала**  
**на развитие дыхания детей младшего**  
**дошкольного возраста»**

Воспитатель  
I квалификационной категории  
Медведева В.В.



**Дыхательная гимнастика –**  
это определённая  
последовательность дыхательных  
упражнений.

**Цель дыхательной гимнастики:** развитие  
умения управлять своим дыханием.





# **Задачи дыхательных упражнений**




## **для младших дошкольников**


- формирование способности управлять своим дыханием – варьировать силу, ритм и глубину вдоха и выдоха
- развитие артикуляционного аппарата
- обогащение крови кислородом
- тренировка дыхательной мускулатуры
- предотвращения разрастания аденоидов
- защита от переохлаждения
- воспитание умения слаженно работать в коллективе





## **Требования к проведению дыхательной гимнастики**

- не заниматься сразу после приема пищи;
  - не заниматься в пыльном, непроветренном, или сыром помещении;
  - температура воздуха должна быть на уровне 18-20 С;
  - одежда не должна стеснять движений;
  - не заниматься с ребенком, если у него заболевание органов дыхания в острой стадии.
- 
- 
- 



## **Виды дыхательных упражнений в младших группах**

- Имитация звуков
- Чередование вдоха и выдоха в определенном ритме
- Сдувание лёгких бумажных фигурок с твердой поверхности





## **Приёмы проведения дыхательных упражнений в младших группах**

### ***Речевые приёмы***

- образец построения высказывания, то есть речевая модель
- мотивирующие рифмовки
- загадывание загадок

### ***Наглядные приёмы***

- иллюстрации, атрибуты, связанные с названиями упражнений









## **Техника выполнения упражнений дыхательной гимнастики для детей:**

- воздух набирать через нос;
- плечи не поднимать;
- выдох должен быть длительным и плавным;
- необходимо следить, за тем, чтобы не надувались щеки (для начала их можно придерживать руками).





**Предлагаем несложные  
упражнения для правильного  
дыхания, которые можно  
выполнять дома, в детском саду  
и на прогулке.**



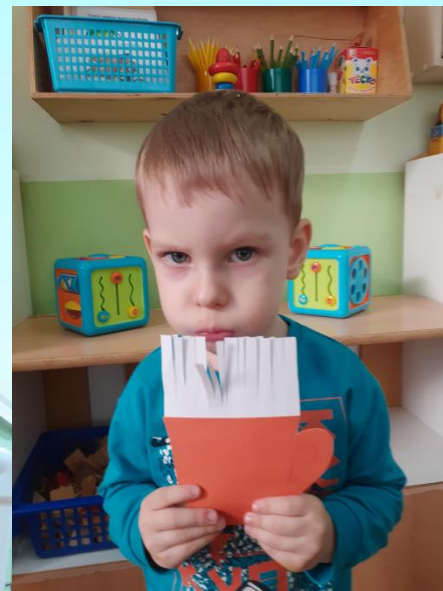


# Имитация звуков «Говорилка», «Часики»



ДЫХАТЕЛЬНЫЕ ИГРОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ФОРМИРОВАНИЯ  
НАПРАВЛЕННОЙ ВОЗДУШНОЙ СТРУИ:

«ПОДУЕМ НА СУЛТАНЧИКИ», «СНЕГОПАД», «ЛИСТОПАД»,  
«ЗАКАТИ ШАРИК В ВОРОТА», «ПО ДУЙ НА ЧАШКУ С ЧАЕМ»,  
«ФУТБОЛ» И ДР.







Спасибо за внимание

