

Консультация для воспитателей по теме «Дыхательная гимнастика на музыкальных занятиях в игровой форме»

*Материалы подготовила:
музыкальный руководитель
Новикова Наталья Александровна*

Упражнения на развитие дыхания играют важную роль в системе оздоровления дошкольников. Стоит обратить внимание на часто болеющих, имеющих различные речевые нарушения детей. Ведь ослабленное дыхание не дает ребенку полностью проговаривать фразы, правильно строить предложения, даже петь песни – приходится вдыхать воздух чаще.

Основные задачи дыхательных упражнений на музыкальных занятиях:

- Укреплять физическое дыхание детей (без речи)
- Формировать правильное речевое дыхание (короткий вдох – длинный выдох)
- Тренировать силу вдоха и выдоха.
- Развивать продолжительный выдох.

Лечебное воздействие:

- Положительно влияет на обменные процессы, играющие важную роль в кровоснабжении, в том числе и легочные ткани;
- Способствует восстановлению центральной нервной системы;
- Улучшает дренажную функцию бронхов;
- Восстанавливает нарушенное носовое дыхание;
- Исправляет развившиеся в процессе заболеваний различные деформации грудной клетки и позвоночника.

При выполнении упражнений необходимо соблюдать определённые правила:

- Вдох – громкий, короткий, активный (просто шумно на всю комнату шмыгать носом, как бы нюхая).
- Выдох – абсолютно пассивный, уходит через нос или через рот (кому как удобно). О выдохе думать запрещено. Воздух должен сам уходить после каждого вдоха.
- Каждое упражнение должно разучивать детьми до автоматизма (около месяца)

Пускаем мыльные пузыри

1. При наклоне головы к груди сделать вдох носом, напрягая мышцы носоглотки.
 2. Поднять голову вверх и спокойно выдохнуть воздух через нос, как бы пуская мыльные пузыри.
 3. Не опуская головы, сделать вдох носом, напрягая мышцы носоглотки.
 4. Выдох спокойный через нос с опущенной головой. Повторить 3-5 раз.
- Вертушка.

Перед началом игры приготовьте игрушку-вертушку. На улице

продемонстрируйте, как она начинает вращаться от дуновения ветра. Затем предложите подуть на неё самостоятельно: «Давай, сделаем ветер – подуем на вертушку!»

Свистульки.

Для этой игры подойдут детские керамические, деревянные или пластмассовые свистульки в виде различных птиц и животных. Дайте ребенку свистульку и предложите подуть в неё, чтобы получился мелодичный громкий свист.

Веселые шарики.

Для игры понадобится легкий пластмассовый шарик, например - для настольного тенниса. Положим шарик на стол или на пол и предложите ребенку с силой подуть на него – так, чтобы он укатился как можно дальше. Можно устроить соревнование: кто дальше откатит шарик.

Листопад.

Из тонкой двухсторонней цветной бумаги вырезаем желтые, красные, оранжевые «осенние листочки», а также готовим пластмассовое ведерко. Раскладываем листочки на столе, затем предлагаем ребенку подуть на них, пока все они не окажутся на полу, а затем собираем в ведёрко: «Представь, что сейчас осень. Красивые листочки падают с деревьев. Подул ветер разбросал все листочки по земле! Давай сделаем ветер – подуем на листья». Игру можно повторить несколько раз.

Говорилка.

Вы задаёте вопросы, малыш отвечает.

Как разговаривает паровозик? Ту – ту – ту - ту.

Как машинка гудит? Би – би. Би – би.

Как «дышит» тесто? Пых – пых – пых.

Можно ещё попеть гласные звуки: о-о-о-о-ооо, у-у-у-уууу.

Литература:

1. Арсеновская О. Н. «Система музыкально-оздоровительной работы в детском саду» занятия игры упражнения- Изд. - Волгоград: Учитель, 2013г.
2. Картушина М. Ю. «Вокально-хоровая работа в детском саду» - М.:Издательство «Скрипторий 2003».