

Мастер – класс для родителей

Тема:

**«Изготовление нетрадиционного оборудования для проведения
дыхательной гимнастики»**

Воротынцева Евгения Владимировна

(воспитатель)

МБДОУ № 35 «Лесная сказка»

Мастер – класс для родителей

Тема:

«Изготовление нетрадиционного оборудования для проведения дыхательной гимнастики»

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.

Мастер-класс для родителей включает в себя 3 части:

- информационную
- практическую
- заключительную

Ход мастер-класса

I Информационная часть.

Развитие дыхания – является одной из важных задач в работе с дошкольниками. Упражнения на дыхание широко используются как в работе по развитию речи детей, 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.

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.

II Практическая часть.

Нам понадобится: перчатка, стаканчик, трубочка коктейльная, фломастеры, скотч, отрезок бумаги, ножницы.

1 этап. На отрезке бумаги рисуем глазки, рот. Раскрашиваем цветными фломастерами, вырезаем.

2 этап. Приклеиваем полученные элементы на двусторонний скотч и наклеиваем на пальчики перчаток. Рот приклеиваем аналогично в середину перчатки.

3 этап. В заранее проделанное отверстие стакана вставляем трубочку. По необходимости можно трубочку приклеить скотчем к стакану для фиксации.

4 этап. Надеваем на стакан перчатку и фиксируем скотчем.

5 этап. Проведение дыхательного упражнения на выдох и вдох.

III Подведение итогов. Рефлексия.

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 в вашей работе с детьми.