**Дыхательная гимнастика с использованием**

**нестандартного оборудования**

*Колесова Виктория Валерьевна,*

*учитель-логопед ГБДОУ №42*

*Пушкинского района Санкт-Петербурга*

Дыхательная гимнастика – это комплекс специализированных дыхательных упражнений, направленных на укрепление физического здоровья ребенка. Она служит для развития у ребенка органов дыхания, постановки различных видов дыхания, а также профилактики заболеваний верхних дыхательных путей.

Дети дошкольного возраста выполняют упражнения дыхательной гимнастики охотнее, если она проводится с использованием пособий и различных атрибутов. Традиционно в работе по развитию дыхания используется сдувание, дутье на различные легкие предметы, надувание воздушных шариков, выдувание мыльных пузырей.

Сдувать легкие предметы или дуть в воду, образуя пузырьки, можно и при помощи обычной коктейльной трубочки. Такие игры вызывают особый восторг у дошкольников. Выдувание через трубочку воздушной струи не только способствует формированию плавного, продолжительного выдоха, но и укрепляет мышцы губ.

Идея использовать технику выдувания через трубочку на цветную соль возникла в процессе работы с песком. Специально для песочной терапии было изготовлено оборудование в виде рабочего стола с бортами и подсветкой. В дальнейшем, чтобы заинтересовать детей и разнообразить занятия, для рисования применили пищевую соль, которую покрасили в разные цвета. В такой работе можно использовать и обычные коробки или контейнеры с высокими бортиками. Также необходимы одноразовые трубочки, можно использовать мелкую атрибутику по лексическим темам, картинки небольшого размера.

Перед началом занятий по развитию дыхания с помощью выдувания через трубочку нужно обучить детей следующим правилам, применяя игровые моменты:

1. Набирай воздух через нос, не поднимая плечи, и надувай живот «шариком».

2. Выдыхай через рот медленно и плавно, не надувай щеки.

3. Старайся дуть так, чтобы воздушная струя была очень долгой.

Необходимо также объяснить ребенку, что нельзя втягивать воздух в себя через трубочку. Такая подготовительная работа по формированию навыков диафрагмального дыхания проводится индивидуально с каждым ребенком, затем с подгруппой детей. На подготовительном этапе используются традиционные игры и упражнения по развитию дыхания.

На начальном этапе обучения выдуванию воздушной струи через трубочку детям даются простые задания, не требующие длительного выдоха. Например, выдувание в цветной соли или песке небольших углублений, ямок, кружочков, коротких прямых линий.

В дальнейшем, в процессе освоения детьми техники выдувания через трубочку, когда продолжительность выдоха увеличивается, задания усложняются. Ребенку можно предложить нарисовать с помощью воздушной струи разнообразные геометрические фигуры, длинные и изогнутые линии, буквы и цифры.

Игры и упражнения подбираются с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей. Можно подбирать игры в соответствии с лексическими темами, запланированными на год. Например:

Осенние темы: сделай грядки для овощей, нарисуй к каждому жёлудю веточку, собери грибочки, проведи дорожку к домику.

Морская тематика: найди и соедини линиями рыбок (морских коньков, ракушки).

Новогодняя тема: нарисовать ёлочку, после чего можно «повесить» новогодние игрушки на веточки.

Весна: нарисовать солнышку лучики.

Параллельно с развитием дыхания отрабатываются лексико-грамматические категории. Сколько яблок на яблоне? Сколько жёлтых яблок (красных, зелёных)? Одно жёлтое яблоко, два жёлтых яблока, …. Дифференциация понятий фрукты – овощи. Найти и обвести линией только овощи.

Помимо выдувания линий, дорожек, можно использовать игру «Найди, что спрятано?». Для этого следует насыпать соль сверху на картинки. Ребёнок сдувает соль через трубочку с поверхности картинки. Если частички соли всё еще остаются на изображении, закрывая его, то можно попросить ребенка угадать, что нарисовано. Таким образом, параллельно идёт работа по развитию зрительного восприятия. Эти игры можно объединить. Сначала соединить линиями картинки, и после этого найти то, что спрятано. Занятия очень увлекают детей, и они с удовольствием самостоятельно рисуют на соли с помощью выдувания через трубочки.

Такую дыхательную гимнастику можно использовать не только в отдельных играх и упражнениях, но и включать в целые сказки. Например, сказка «Утро в деревне», которую мы придумали для занятия с детьми младшего дошкольного возраста, также подойдёт для работы с детьми с ОНР I-II уровня развития речи. Здесь идёт отработка понятия цвет, форма, названий домашних животных и звукоподражаний.

*«Утро в деревне»*

*Логопед с подгруппой детей садятся вокруг стола.*

*Логопед: В нашей деревне раннее утро. Только-только начинает подниматься солнышко. Какого цвета солнышко?*

*Дети: Желтого.*

*Логопед рассыпает на рабочую поверхность стола соль желтого цвета.*

*Л.: Какое солнышко по форме?*

*Д.: Круглое!*

*1-ый ребенок берет трубочку и выдувает круг в соли посередине рабочей поверхности стола.*

*Л.: Первым проснулся петушок (логопед показывает детям игрушку) и закричал как?*

*Д.: Ку-ка-ре-ку!*

*Л.: Солнышко опустило на него свой первый теплый лучик.*

*Логопед ставит петушка на поверхность стола. 2-ой ребенок выдувает в соли через трубочку прямую линию-лучик от круга к игрушке.*

*Л.: Второй проснулась собака (демонстрируется игрушка) и громко залаяла. Как собачка лает?*

*Д.: Гав-гав-гав!*

*Л.: Солнышко обогрело собачку своим лучиком.*

*Логопед ставит собачку на поверхность стола, 3-ий ребенок берет трубочку и выдувает прямую линию-лучик от круга к игрушке.*

*Л.: Затем проснулась корова (логопед показывает детям игрушку) и замычала как?*

*Д.: Му-у-у-у!*

*Л.: Солнышко подарило коровке свой теплый лучик.*

*Логопед ставит корову на поверхность стола, 4-й ребенок берет трубочку и выдувает прямую линию-лучик от круга к игрушке.*

*Л.: После коровы проснулась коза (показывает игрушку) и заблеяла как?*

*Д.: Ме-е-е-е!*

*Л.: Солнышко обогрело козочку своим лучиком.*

*Логопед ставит козу на поверхность стола, 5-й ребенок берет трубочку и выдувает прямую линию-лучик от круга к игрушке.*

*Л.: Потом проснулась свинья (показывает игрушку) и захрюкала как?*

*Д.: Хрю-хрю-хрю!*

*Л.: Солнышко опустило на свинку свой лучик.*

*Логопед ставит игрушку на поверхность стола, 6-й ребенок берет трубочку и выдувает прямую линию-лучик от круга к игрушке.*

*Л.: Самой последней проснулась кошка (демонстрация игрушки) и замяукала как?*

*Д.: Мяу-мяу!*

*Л.: Солнышко и кошечку обогрело своим лучиком.*

*Логопед ставит игрушку на поверхность стола, 7-й ребенок выдувает через трубочку прямую линию от круга к игрушке.*

*Л.: Всех животных обогрело солнышко своими лучиками и улыбнулось!*

*Логопед рисует при помощи воздушной струи глазки и улыбку солнышку.*

Таким образом, дыхательная гимнастика с помощью выдувания воздушной струи через трубочку на цветную манку способствует не только формированию физиологического дыхания у детей, но и познавательно-речевому развитию, а также позволяет разнообразить занятия, тем самым повышая интерес дошкольников к образовательной деятельности.