**ТЕМА: «ДЫХАТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА НА МУЗЫКАЛЬНЫХ ЗАНЯТИЯХ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ НАРОДНЫХ ПЕСЕН».**

**ФЕНДИК ОЛЬГИ КИРИЛЛОВНЫ,**

**ВОСПИТАТЕЛЯ ГБДОУ ДЕТСКИЙ САД №81**

**ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА СПБ**

Дыхательная гимнастика в детском саду имеет не маловажное значение. Помимо игровых моментов, направленных на развитие дыхание, большое значение для дошкольников имеют музыкальные занятия. Тем более именно музыка из всех видов искусства, является самым сильным средством воздействия на ребенка.

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 – приходиться вдыхать воздух чаще. Основные задачи дыхательных упражнений, которые я использую на музыкальных занятиях:

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).

Я использовала в своей работе такие упражнения:

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 я использовала 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 я использовала легкий пластмассовый шарик, например - для настольного тенниса. Надо положить шарик на стол или на пол и предложить 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 пр едлагаем 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.

Я задаю вопрос, 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

Народные песни для детей, так же имеют большое значение.

В своей работе я использовала множество народных инструментов, способствующих развитию дыхательной системы, т.к.: духовые дудочки, гармошки и многое другое.

2015 г.