**Мастер-класс для родителей**

**Методическая разработка мастер-класса на тему: «Дыхательная гимнастика в игровой форме»**

**Цель мастер-класса**: познакомить родителей с приёмами дыхательной гимнастики для использования её в играх с детьми. **Задачи мастер-класса:**

1. Тренировка навыка правильного носового дыхания у детей;
2. Формирование длительного выдоха у детей;
3. Укрепление мышц лица

**Форма проведения:** имитированная игра.  
 **Участники:** Учитель-логопед, воспитатели и родители (В игре принимали участие 20 родителей)

**Ход мастер-класса:**

1.Наша речь осуществляется благодаря четкой и правильной работе всех органов, принимающих участие в речевом акте. Важной частью речи является дыхание. К органам дыхания относятся: грудная клетка, легкие и дыхательные пути (наружный нос, полость носа, глотка, гортань, трахея, бронхи). Дыхательный аппарат обеспечивает газообмен между вдыхаемым воздухом и кровью, а также очищение от пылевых частиц, увлажнение и согревание вдыхаемого воздуха.

Физиологическое, или жизненное, дыхание складывается из вдоха и выдоха,

которые, сменяют друг друга. Оно призвано поддерживать жизнь в организме путем газообмена. Речевое дыхание призвано участвовать в создании голосового звучания на равномерном выдохе. Оно отличается от жизненного тем, что это управляемый процесс. В речи вдох короткий, а выдох длинный. Поэтому количество выдыхаемого воздуха зависит от длины фразы. Речевое дыхание считается неправильным, если дыхание учащено, выдох укорочен, слишком большой вдох или добор воздуха заметен для окружающих.Наиболее правильное, целесообразное и удобное для речи диафрагмально-реберное дыхание.

Регулярные занятия дыхательной гимнастикой способствует воспитанию правильного речевого дыхания с удлиненным постепенным выдохом, профилактике болезней дыхательных путей.

Правильное носовое дыхание способствует тренировке дыхательной мускулатуры, улучшает местное и мозговое кровообращение, препятствует разрастанию аденоидов, предохраняет от переохлаждения.

В дошкольном учреждении дыхательным упражнениям необходимо уделять особое внимание. Правильное речевое дыхание – основа для нормального звукопроизношения, речи в целом. Некоторые звуки требуют энергичного сильного выдоха, сильной воздушной струи.

 - вдыхать воздух через рот и нос, выдыхать – через рот;

 - вдыхать легко и коротко, а выдыхать – длительно и экономно;

 - в процессе речевого дыхания не напрягать мышцы в области шеи, рук, живота, груди; плечи не поднимать при вдохе и опускать при выдохе;

 - после выдоха перед новым вдохом сделать остановку на 2 – 3 сек.

Сегодня я хочу предложить вам побыть в роли детей. Прошу вас занять места за столами.

Мы с вами поиграем и выполним простые, но очень полезные упражнения, которые можно выполнять дома.



И начать я хотела бы с необычного чаепития. На столе перед вами стоят стаканчики с водой и трубочки для коктейля. Сделайте спокойный короткий вдох через нос и продолжительный плавный выдох в трубочку для коктейля, вода в стакане забурлила, закипела мы можем контролировать свой выдох, подуть с усилием и вода закипит сильно, а можем подуть в соломинку слегка и кипящая вода будет кипеть потихоньку. Теперь мы нальём чай в чашечки, но какой горячий получился чай. Возьмите чашечки и подуйте на выдохе на горячий чай.

Чай на рыбалке, чай в лесу,  
Чай в полуденном часу,   
Когда жарко, наливай,  
Душу этим согревай!



Ну а теперь можно поиграть , представьте себя вольным ветерком, возьмите вертушки и сделав короткий вдох подуйте на верхний лепесток вертушки.



Весёлая Вертушка   
 Скучать мне не даёт.   
Весёлая Вертушка   
Гулять меня зовёт.

Такой ветер поднялся, от наших вертушек, небо тучами затянуло, вот и первые снежинки сорвались и закружились в воздухе. Возьмите трубочки, с прикреплёнными к ним снежинками, вытяните руку вперёд, так, чтобы снежинка оказалась на уровне рта, сделайте спокойных вдох и продолжительный выдох, направленный на снежинку.

 Разыгралась зимняя погода. Закружила снежная вьюга. Всё вокруг белым-бело, белым снегом замело. Возьмите в левую руку бутылочку с пенопластом, а правой рукой направьте соломинку вниз бутылочки на 3 сантиметра выше, чем пеноплас и на выдохе плавно подуйте в неё. Метель разыгралась внутри каждой бутылочки.



Ну теперь можно и в хоккей поиграть . Возьмите трубочку и попробуйте загнать ватный снежок в ворота весёлой обезьянки. Струя воздуха, выдыхаемая вами должна быть не сильной, ведь снежок очень лёгкий.



А еще я вам хочу предложить подудеть в дудочку. Нижняя губа прикасается к верхней, боковой стороне дудочки. Делаем незаметный короткий вдох и плавно дуем на противоположный боковой край дудочки. Вот и заиграли наши дудочки. Для этого игрового упражнения можно использовать свистки, детские музыкальные инструменты, колпачки от ручек, пустые бутылочки. Дуем в них, вырабатываем навык длительного выдоха и доставляем много радости нашим малышам.



Как без дудки?  
Вот беда! Ходят ножки не туда...  
А как дудочку почуют –  
Сами ноженьки танцуют.

Я вижу, наши игры подняли вам настроение, я думаю, вы с удовольствием поиграете дома вместе с вашими детьми, ведь им такие игры нравятся вдвойне. Игры помогают заглянуть в мир детства, сближают вас с детьми. Ведь играть с мамой и папой это так интересно.

Большое спасибо вам за сотрудничество!