

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное  
учреждение Центр развития ребенка – детский сад  
«Медвежонок»

# "Применение технологии «БОС - здоровье» Учимся и оздоравливаемся"



# **Факторы, отрицательно влияющие на качество речи**

- ❖ **Нарушения речевого дыхания**
- ❖ **Психофизиологические  
затраты организма  
при речевой деятельности**

**ИНСТИТУТ  
БИОЛОГИЧЕСКОЙ  
ОБРАТНОЙ СВЯЗИ**

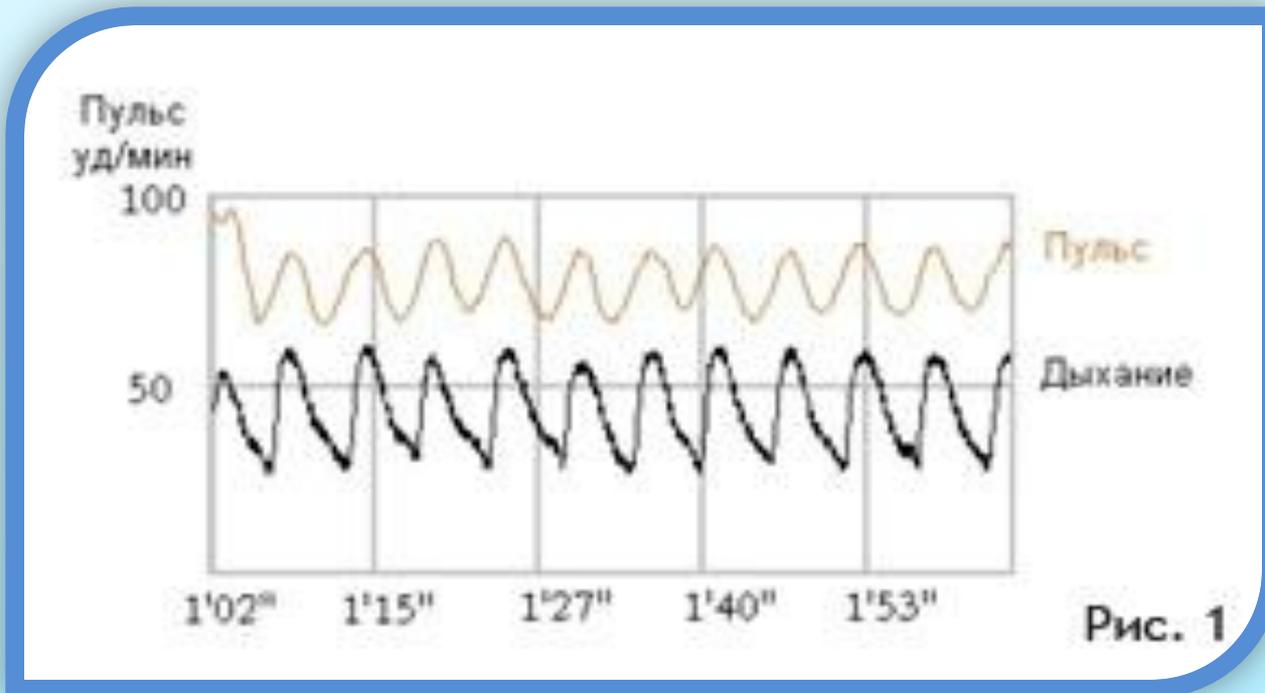


**Технология «БОС-Здоровье»-  
«Учимся и оздоравливаемся»**



**Диафрагмально-релаксационное дыхание  
(ДРД)**

# Согласование работы сердечного и дыхательного ритма



***Диафрагмальное дыхание*** - это самый глубокий тип дыхания, при котором заполняются воздухом нижние отделы лёгких.

# ИГРОВЫЕ ЗАНЯТИЯ «БОС-ЗДОРОВЬЕ»

- *Продолжительность: 7 до 12 минут;*
- *Чередование периодов отдыха и работы.*

**Время отдыха:** рассматривание слайдов на экране монитора по определенной тематике («Природа», «Животные»).

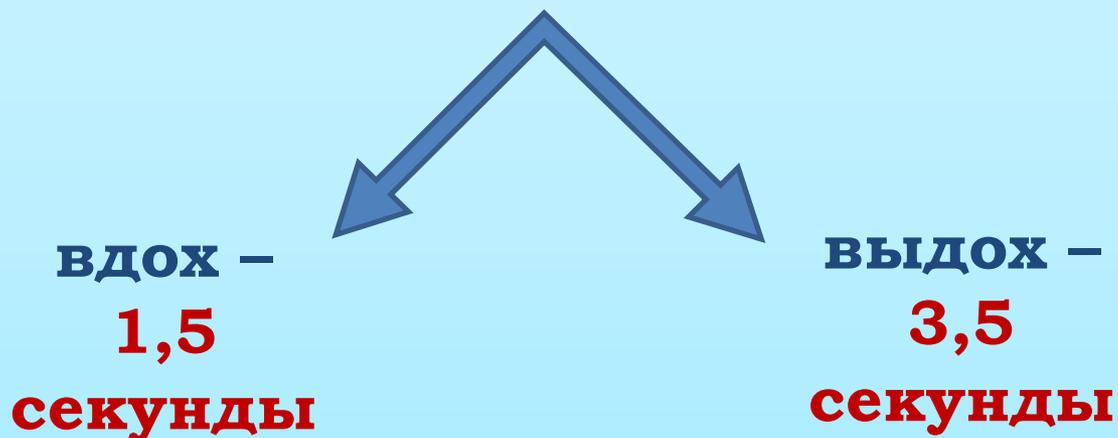
**Время работы:** включение механизма БОС по зрительному и звуковому сигналам, благодаря которым ребенок может в игровой форме увидеть и услышать, как работает его сердце под контролем дыхательных движений.

# Игровой сюжет «Вертикальное закрашивание забора»



**Оптимальный ритм  
дыхания детей 3-7 лет –  
12 дыханий в минуту.**

**Длительность одного дыхания –  
5 секунд.**



# Методическое обеспечение технологии «БОС»

□ «Здоровая математика»,

□ «Здоровая азбука»,

□ «Окружающий мир».



# **Что даёт дыхание по Сметанкину для ребёнка?**

## ***1. Для оздоровления:***

- ✓ снижение заболеваемости гриппом и ОРЗ в осенне-зимний период в 3-4 раз;
- ✓ основа правильной и красивой речи;
- ✓ оздоровление организма в целом.

## ***2. Для образования:***

- ✓ существенно повышается эффективность усвоения детьми учебного материала,
- ✓ улучшается поведение;
- ✓ улучшается внимание и память.

# УЧЕБНО-ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОСОБИЯ

➤ «Здоровое дыхание»,



➤ «Здоровая азбука»,



➤ «Окружающий мир».

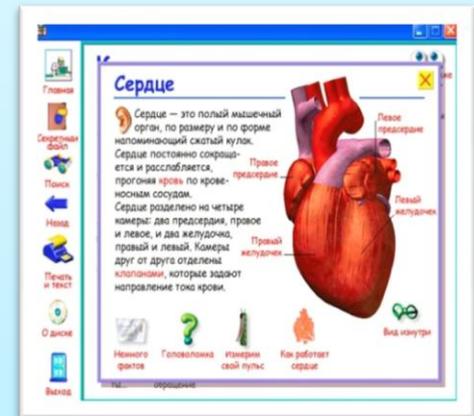


# Теоретические занятия

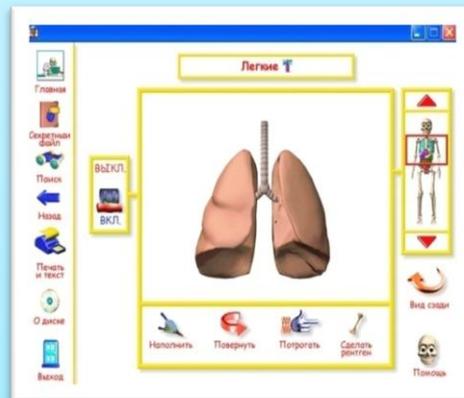
## раздел: "Познай себя"



"Сердце и легкие друзья"



«Что такое сердце?»



«Как дышит человек?»

## **Преимущества методики «БОС-Дыхания»**

- **Повышает эффективность занятий,**
- **Устраняет речевые нарушения,**
- **Расширяет возможности  
логопедической работы,**
- **Вырабатывает диафрагмально-релаксационное  
дыхание.**