



## **ИГРОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ДЫХАНИЯ**

**ПИЛКА ДРОВ.** Дети становятся друг против друга парами, берутся за руки и имитируют пилку дров:

руки на себя - вдох, руки от себя - выдох.

**ПОГРЕТЬСЯ НА МОРОЗЕ.** Дети вдыхают через нос и дуют на «озябшие» руки, плавно выдыхая через рот, как бы согревая руки.

**НАДУЕМ ВОЗДУШНЫЙ ШАРИК.** Детям предлагается надуть воздушные шары, набирая воздух через нос и медленно выдыхая его.

**ЛИСТЬЯ ШЕЛЕСТЯТ.** Предлагаются полоски тонкой зеленой бумаги, вырезанные в виде листиков и прикрепленные к «ветке». По сигналу «Подул ветерок» дети плавно дуют на листики так, чтобы они «зашелестели».

**БАБОЧКИ.** Перед детьми раскладывают «зеленые полянки» с разноцветными бабочками, вырезанными из тонкой бумаги. Бабочки прикреплены тонкими нитками к «полянке». Дуть на бабочку можно только при одном выдохе. По сигналу «Красная бабочка полетела» дети дуют на бабочек красного цвета и т. д.

**ПОКАТАЙ КАРАНДАШ.** Детям предлагается вдохнуть через нос и, выдыхая через рот, прокатить по столу круглый карандаш.

**ЧАЙНИК ЗАКИПЕЛ.** У каждого ребенка пузырек с узким горлышком диаметром 1-1,5 см. По сигналу «У Саши чайник закипел» один из детей (Саша) дует в отверстие пузырька, чтобы получился свист. Для этого нужно, чтобы нижняя губа касалась края горлышка, а струя воздуха была сильной.

**СНЕЖИНКИ ЛЕТЯТ.** На ниточки прикрепляются легкие кусочки ваты или вырезанные из тонкой бумаги снежинки. Детям предлагается длительно подуть на них по сигналу «Снежинки летят».

**ВЕРТУШКА.** Детям предлагается длительно подуть на вертушку, чтобы она плавно вертелась