

Комплекс упражнений для детей по дыхательной гимнастике

Покатай карандаш

Ребенку предлагается вдохнуть через нос и, выдыхая через рот, покатить по столу круглый карандаш.

Листья шелестят

Предлагаются полоски тонкой цветной бумаги, вырезанные в виде листочков и прикрепленные к «ветке». По сигналу «подул ветерок» ребенок плавно дует на листья так, чтобы они отклонились и зашелестели.

Снежинки летят

На ниточки прикрепляются легкие кусочки ваты или вырезанные из тонкой бумаги снежинки. Ребенку предлагается длительно подуть на них по сигналу «снежинки летят».

Загони мяч в ворота

1. Вытянуть губы вперед трубочкой и плавно дуть на ватный или поролоновый шарик (диаметром 2-3 см), лежащий на столе перед малышом, загоняя его между двумя кубиками или любыми другими подходящими предметами. (Это «футбольные ворота»).

2. То же, но дуть следует резкой, отрывистой струей. Загонять шарик на одном выдохе, не прерывая воздушную струю. Обращайте внимание, чтобы не надувались щеки. При необходимости слегка придерживать пальцами.

Ветряная мельница

Для этой игры необходима игрушка-мельница из песочного набора или вертушка. Ребенок дует на лопасти игрушки.

Дыхательные упражнения

Весенние листочки

Текст произносит только взрослый.

Дует легкий ветерок

И качает так листок.

(Выдох спокойный, ненапряженный.)

Дует сильный ветерок

И качает так листок.

(Сила выдоха постепенно увеличивается.)

Весенние листочки на веточке сидят,
Весенние листочки детям говорят:
Осиновый – А-А-А,
Рябиновый – И-И-И,
Березовый – О-О-О,
Дубовый – У-У-У.
(Пропевание гласных.)

Подуй на одуванчик

Дети 3-4 раза дуют на руки - «одуванчики», не раздувая щек.