

## Дыхательная гимнастика (развитие сильного целенаправленного выдоха)

### Игра «Задуй ватку в "ворота"»

**Оборудование:** кубики, конструктор или другой строительный материал, небольшой кусочек ваты.

#### Описание.

Педагог вместе с ребенком сооружает широкие «ворота» из кубиков или другого строительного материала и кладет перед ними небольшой кусочек ваты. Ребенок, слегка наклоняясь вперед, чтобы воздух попадал под ватку, должен подуть на нее длительным плавным выдохом и добиться попадания в «ворота». С этой целью при необходимости можно менять направление и силу воздушной струи. Если ребенок хорошо справляется с этим заданием, его можно слегка усложнить, постепенно делая «ворота» узкими.

---

### Игра «Буря в стакане»

**Оборудование:** стакан с водой, соломинка.

#### Описание.

В стакан с водой опускается соломинка. Ребенок должен сделать глубокий вдох носом, вытянуть губы трубочкой и сильно подуть в соломинку, чтобы в стакане забурлила вода. При этом щеки не должны раздуваться, нельзя делать дополнительный выдох.

---

### Игра «Фокус»

**Оборудование:** небольшой кусочек ваты

#### Описание.

Губы в улыбке, нижняя губа оттянута вниз, широкий язык плотно прижат к верхней губе. Сделать глубокий вдох носом и в этом положении языка подуть на ватку, лежащую на кончике носа так, чтобы она взлетела вертикально вверх.

### **Игра «Птички (бабочки)»**

**Оборудование:** фигурки птичек или бабочек

#### **Описание.**

«Птичек» («бабочек») сажают на краю стола. Двое играющих соревнуются в том, кому удастся как можно дальше продвинуть свою фигурку по поверхности стола. Перед началом игры делается один глубокий вдох носом, дополнительный вдох делать не разрешается. Вместо поверхности стола фигурки могут «летать» на ниточках, также с помощью сильного, направленного выдоха.

---

### **Игра «Лестница»**

#### **Описание.**

Ребенок делает глубокий вдох носом и на выдохе начинает плавно, длительно протягивать любой гласный звук, начиная с высокого тона голоса и постепенно изменяя его до низкого и наоборот - от низкого до высокого.

Перед началом игры педагог показывает ребенку, как это сделать, и объясняет, что голос как бы опускается и поднимается по лестнице.