**Дыхательные и звуковые упражнения в стихах**

**Цель:**

Развитие длительного плавного выдоха. Активизация мышц губ.

**Задачи:**

- Развивать умение детей дышать через нос.

- Развивать умение делать длительный плавный выдох при выполнении дыхательно-голосовых упражнений.

- Формировать у детей понимание того, что упражнения помогут для профилактики заболеваний верхних дыхательных путей.

**Материал:** Пузырьки - «кораблики», бумажные птички, бабочки, фишки, таз с водой, бумажные кораблики, стаканчики с водой, трубочки , мыльные пузыри, карандаши.

**Дети:**

Мы умеем танцевать, прыгать, бегать, рисовать.

А сейчас мы вам покажем, Как умеем мы дышать.

**Воспитатель:**

Надо нам, ребята, встать.

Что умеем показать.

Важно - строго по порядку

И без спешки, без оглядки

Правильно дышать.

Чтоб самим на удивленье

Все 12 упражнений

Без ошибок показать.

**1 упражнение:**

Пальцем правую ноздрю зажмем.

Левой – вдох и выдох.

Поменяем пальцы. Вот!

Сделаем наоборот.

Вдох глубокий.

Пальцами по носику стучим,

Тянем долго,

Звук «м» мы говорим.

**2 упражнение:**

Правую ноздрю зажмем.

Левой – вдох.

И долго «гм» поём.

**4 упражнение:**

Поиграем мы, дружок,

«Заморозим подбородок».

Носом – вдох, струя – вниз.

«Ф - ф – ф».Скорее соберись.

(Втягиваем нижнюю губу под верхнюю и длительно дуем холодным воздухом вниз по подбородку.)

**5 упражнение:**

Поиграем еще немножко,

«Заморозим» и ладошку.

Носом – вдох, струя – вниз.

«Фа» - мы с горки понеслись.

(Дуем на тыльную сторону ладони. Произносим шепотом фа на усиленном выдохе).

**6 упражнение:**

Вот в порту пароход.

Длинный он гудок дает.

Носом – вдох, струя – вниз.

Громкий звук, появись.

(« Чей пароход дольше гудит?».

(Упражнение с пузырьком. Вдох носом, нижняя губа слегка касается горлышка пузырька. На выдохе струя воздуха идет вниз.)

**7 упражнение:**

Капитан, приготовься!

Корабли отправим в путь.

По воде они помчатся.

Не забудь на них подуть.

(Пускание бумажных корабликов в тазах с водой. Старайтесь делать глубокий вдох носом и длинный выдох через рот. Дуйте, не торопясь, сложив губы, как для звука ф. И тогда ваши кораблики поплывут из одного города в другой.)

**8 упражнение:**

А на море качка, буря.

Пузырьки в воде бурлят.

Эти волны, эта буря

Не страшат наших ребят.

Потому что мы тоже умеем делать настоящую бурю, но только в стакане с водой.

(«Буря» в стакане с водой – дутье через трубочку на воду).

**9 упражнение:**

Вот волшебный карандаш.

Он – помощник наш.

По столу его катаем.

Легкие мы развиваем.

(Перекатывание карандаша по столу друг другу. Делаем вдох и выдох так, чтобы карандаш покатился по столу к соседу и не упал).

**10 упражнение:**

Бабочка в траве проснулась,

Улыбнулась, потянулась,

В зеркало росы взглянула,

Удивилась и вспорхнула.

(«Бабочка» на нитке расположена на носу. Нитка в руке.)

Детям на носик бабочка села.

Делаем вдох, струя вверх.

Смотри , не зевай.

Бабочку скорей сдувай.

**11 упражнение:**

Внимание, внимание!

Объявляется следующее соревнование.

«Чья птичка дальше улетит»,

Тот и победит.

(Продвигать птичку по столу можно лишь на одном выдохе. Дуть несколько раз подряд нельзя. Фишкой будем отмечать те места, до которых долетели птички.)

**12 упражнение:**

Все участники у нас

Показали высший класс.

Наградим их поскорей Фейерверком мыльных пузырей.

(Выдувание мыльных пузырей)