Дыхательное упражнение «Ветер»

Дует легкий ветерок — ф-ф-ф...
И качает так листок — ф-ф-ф...

Выдох спокойный, ненапряженный.

Дует сильный ветерок — ф-ф-ф...
И качает так листок — ф-ф-ф...

Активный выдох.

Дует ветерок, качаются листочки и поют свои песенки.

Осенние листочки на веточках сидят.

Осенние листочки детям говорят:

Осиновый — а-а-а...

Рябиновый — и-и-и...

Березовый — о-о-о...

Дубовый — у-у-у...

Дети хором поют: «а-а-а», «и-и-и», «о-о-о», «у-у-у».

Дыхательное упражнение «Шарик» (по Б. Толкачеву)

Надувала кошка шар,

А котенок ей мешал:

Подошел и лапкой — топ!

А у кошки шарик — лоп!

Ш-ш-ш...

Дети кладут руки на живот и делают через нос вдох, стараясь не поднимать плечи. Животик должен стать круглым, как шар. После небольшой задержки дыхания происходит продолжительный выдох с произнесением звука «ш». Дети должны стараться, чтобы воздух выходил равномерно.

Дыхательное упражнение «Ветер»

Вытянуть губы вперед трубочкой, как при звуке «у», и произвести длительный выдох.

Педагог. Капитан всегда ставил Гену передавать флажками сигналы другим кораблям, ведь Крокодил Гена был очень внимательным и дисциплинированным матросом.

Дыхательное упражнение «Пузыри»

Эй, мышонок, посмотри,

Звать к себе, помахивая кистями.

Мы пускаем пузыри:

Синий, красный, голубой.

Перед тем как назвать каждый цвет, сильно надуть щеки и быстро выдохнуть.

Выбирай себе любой! —

(Русская народная потешка)

Обе руки вверх, разведя их чуть в стороны.

Дыхательное упражнение «Пчела»

Пчелка, гуди,

Легко взмахивают кистями рук.

В поле лети.

С поля лети —

Медок неси.

Ж-ж-ж... Ам!

(Народная приговорка)

Вращать перед собой указательными пальцами, продолжительно произнося на выдохе звук «ж». В конце сделать активный короткий вдох и, быстро выдыхая, сказать: «Ам!»

Дыхательное упражнение «Дятел» (по Б. Толкачеву) Дети на выдохе произносят как можно дольше «д-д-д...», ударяя кулачками друг о друга.

Дыхательное упражнение «Ветерок» (по Б. Толкачеву)

Дети после спокойного вдоха продолжительно произносят на выдохе: «Ф-ф-ф...»

Помоги мне, ветерок,

Паруса надуй, дружок,

Пусть плывет кораблик мой

К папе с мамочкой домой. (А. Белая)

Дыхательное упражнение «Ежик» (по Б. Толкачеву)

После активного вдоха через нос ребята на выдохе произносят «пых-пых...», энергично работая мышцами живота.

Дыхательное упражнение «Корова» (по Б. Толкачеву)

Дети указательные пальцы приставляют к голове («рога»),

делают глубокий вдох через нос, немного задерживают дыхание и на выдохе продолжительно тянут «му-у...», стараясь, чтобы звук был ровным.