

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД  
КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА № 86 «БЫЛИНУШКА»

## **Игры, которые лечат**

Воспитатель: Костина Л. А.

г. Нижневартовск

## Пастушок дудит в рожок.

Цель: укрепление круговой мышцы рта, тренировка навыка правильного носового дыхания при спокойно сомкнутых губах.

Игровой материал: рожок, дудочка.

### Описание игры:

Ведущий просит ребенка как можно громче подуть в рожок, дудочку, чтобы созвать всех коров. Ведущий показывает, что необходимо вдохнуть воздух через нос (рожок в носу) и резко выдохнуть в рожок. Побеждает то, кто продудит громче всех.

## Король ветров

Цель: Тренировка навыка правильного носового дыхания, укрепление мышц лица.

Игровой материал: вертушка или шарик.

### Описание игры:

Ведущий рассказывает: «Собрались как-то ветры с разных концов света и решили выбрать самого сильного. Устроили соревнование: какой ветер дует сильнее всех». Затем дети парами дуют на вертушку (чья вертушка дольше крутится, тот и победил) или на подвешенные воздушные шарик (чей воздушный шарик отлетит выше, тот и победил). Каждому дается по три попытки. По команде ведущего дуют, а ведущий показывает, как правильно дуть: воздух вдыхается через нос и резко выдыхается через рот. Из каждой пары детей отбирают лучшего, и они соревнуются между собой. Победителю торжественно присваивают титул «Король ветров» и усаживают на «трон» (стул).

## Бульканье

Цель: Восстановление носового дыхания, формирование ритмичного выдоха и его углубление.

Игровой материал: стакан или бутылочка, наполненные треть водой, соломинка (коктейльная трубочка), фанты (жетоны, фантики).

### Описание игры:

Перед каждым ребенком на столике стоят бутылочки с водой и соломинкой. Ведущий, у которого тоже есть бутылочка с соломинкой, показывает, как нужно правильно дуть в стакан через соломинку, чтобы за один выдох получилось долгое бульканье: глубоко вдыхает через нос и делает глубокий длинный выдох в трубочку, чтобы получился долгий булькающий звук. Затем каждый пробует сделать то же самое. Ведущий следит за правильностью выполнения. После того как каждый из детей попробовал, по команде ведущего все дети начинают вдыхать и затем булькать. Тот, у кого получилось побулькать дольше всех, получает фант.

### Запасливые хомячки

Цель: Тренировка носового дыхания, смыкания губ, координации движений.

Игровой материал: 2 стула, листы бумаги, 4-5 фантов.

Описание игры:

Ведущий рассказывает детям о том, что хомячки носят запасы в щечках, затем предлагает перенести через «болото» зерно. Необходимо от стула до стула («болото»), шагая по листам бумаги, преодолеть «болото» и перенести все фанты на другую сторону. Ребенок берет в руку фант, надувает щеки и переходит через «болото» по «кочкам» (листам бумаги). На другой стороне оставляет фант на стуле, хлопает себя по щекам и возвращается так же по «кочкам» обратно. Затем начинает снова, пока не перенесет все фанты. Ведущий следит за точностью выполнения игры и награждает того, кто справился быстрее всех и не оступился с «кочек».

### Подпрыгни и подуй

Цель: Улучшение функции дыхания, повышение тонуса, адаптация дыхания и организма в целом к физическим нагрузкам.

Игровой материал: Воздушный шарик.

Описание игры:

На небольшом расстоянии от головы ребенка висит воздушный шарик. Ребенок должен подойти и, подпрыгнув, подуть на шарик. У кого шарик отлетел дальше, тот и побеждает.

### Походи боком

Цель: Развитие координации движений, равновесия, укрепление мышечного «корсета» позвоночника, мышечного аппарата стопы.

Игровой материал: Кубик или книга.

Описание игры:

Ребенок должен выпрямиться, принять правильную осанку, нужно положить ребенку на голову кубик или книгу и предложить подвигаться вправо приставным шагом. Мотом те же движения проделать влево, стараться не уронить кубик. Выигрывает тот, кто сможет сделать больше шагов.

### Кач-кач

Цель: Укрепление связочно-мышечного аппарата стопы, увеличение амплитуды движений в голеностопных суставах и суставах стоп и пальцев ног.

Описание игры:

Ребенок лежит или сидит на полу, ноги вытянуты. По сигналу ведущего («вправо», «влево», «вверх», «вниз») сгибает или разгибает ступни. Движения сопровождаются словами «кач-кач».

# Лови мячик!

- Эта игра подходит для самых маленьких, тех, кто только учится удерживать мяч в руках. Встаньте напротив ребенка, назовите его по имени и скажите: "Лови мячик!", затем бросьте малышу. Он должен поймать его и бросить вам. Бросать нужно двумя руками снизу, а ловить, вытягивая руки вперед и хватая мяч кистями, не прижимая его к груди. Можно усложнить игру, бросая мяч в выше или ниже и одновременно предупреждая малыша. Эта игра развивает быстроту реакции и координацию движений.

# Волк и гуси

- На одной стороне площадки чертится, либо отделяется палкой, линия - это "дом". На другом обозначается круг, - это "волчье логово". Один из взрослых - "волк", другой - "хозяйка гусей", а все малыши - "гуси". "Волк" находится в своем "логове", "гуси" - за линией своего "дома", "хозяйка" - посередине площадки.
- Хозяйка: "Гуси! Гуси!"
- Гуси: "Га-га-га!"
- Хозяйка: "Есть хотите?" Гуси: "Да, да, да!"
- Хозяйка: "Ну, летите!"
- "Гуси" "вылетают в поле", на площадку, и бегают, пока их не позовет хозяйка: "Гуси, домой!". Они останавливаются и говорят: "Серый волк под горой, не пускает нас домой!" Хозяйка: "Летите скорее!" "Гуси" летят к себе в "дом", а "волк" в это время выбегает из своего "логова" и старается поймать кого-нибудь из убегающих.