**Дыхательная гимнастика**

**Цель.** Развитие длительного плавного выдоха. Активизация мышц губ.

Упражнения на дыхание необходимо выполнять ежедневно (от 1 до 2 минут), лучше проводить в игровой форме, чтобы дети выполняли их с интересом.

**№1 «Футбол»**

Положить на стол две фишки на расстоянии 15 см. друг от друга – это ворота. Ватный шарик – футбольный мяч. Нужно загнать «мяч» в ворота 2-3 длительными и плавными выдохами.

**№2 «Подуем на листики»**

На ладошку положить упавший листок или лист, вырезанный

из бумаги, и сдуть его.

**№3 «Надувайся пузырь(шарик)»**

Составить из кулачков "трубочку" и дуть в нее, наклонив голову вниз.

**№4«Погаси свечу»** Выработка интенсивного прерывистого выдоха с произнесением фууууу.

**№5 «Воет буря»** Поднести к нижней губе пузырек с узким горлышком и подуть. Если при этом появляется шум, значит, воздушная струя направлена правильно.

**№6 «Ветерок»**

Высунуть язык, чтобы он лежал на верхней губе. Губы округлить, но не напрягать. Зубы разомкнуты. С силой подуть на кончик языка. Контроль ладонью руки, бумажкой или ваткой.

**№7 «Стрелялки»**

Материал: пластиковая трубочка для коктейля. Дуть через трубочку на различные легкие предметы, стараясь сбить их с места.