

Комитет по образованию  
Администрации г.о. Подольск

муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад №35 «Звёздочка»

Дыхательная гимнастика  
Тема: Насекомые

Подготовил воспитатель:  
Гришкан Елена Владимировна

Май 2020г.

г. о. Подольск

## Дыхательная гимнастика

### Тема: Насекомые

#### «Комарик»

Встать прямо, выполнить полный вдох, на выдохе тихо, с повышением голоса, длительно произнести: «з-з-з-з-з-з».

Прилетает по ночам, не дает уснуть он нам:

Зло звенит, над ухом вьется, только в руки не дается.

#### «Жук»

Стоя, спокойно вдохнуть, на выдохе произносить «ж-ж-ж».

Я — жук, я — жук, я здесь живу. (Плавно размахивать руками.)

Я все жужжу, жужжу, жужжу: (Ритмично переступать ногами)

#### «Пчёлка»

Покажите ребенку, как нужно сидеть: прямо, скрестив руки на груди и опустив голову.

Пчёлка сказала: «Жу-жу-жу» (сжимаем грудную клетку и на выдохе произносим: ж-ж-ж, затем на вдохе разводим руки в стороны, расправляем плечи и произносим...)

Полечу и пожужжу, детям мёда принесу (встаёт и, разведя руки в стороны, делает круг по комнате, возвращается на место).

Следите, чтоб вдох был через нос, и дыхание было глубокое.

### Артикуляционная гимнастика

«Хоботок». Сомкнутые губы вытянуть вперед.

«Шмель». Рот открыть. Язык в виде чашечки поднять вверх, боковые края прижать к коренным зубам. Передний край должен быть свободен.

Посередине языка пустить воздушную струю, подключить голос, произнося с силой: «дзззз», «джжж».

«Комарик кусает». Узкий язык максимально выдвигать вперёд и убирать вглубь рта.

«*Бабочка летает вокруг цветка*». Приоткрыть рот и облизать губы языком по кругу по часовой и против часовой стрелки.

«*Кузнечик*». Широко открыть рот, улыбнуться. Кончиком узкого языка попеременно касаться основания (бугорков) то верхних, то нижних зубов.

«*Пчела*». Улыбнуться, открыть широко рот, поднять язык вверх к бугоркам (альвеолам). Попытаться произнести «джжж», но не отрывисто, а протяжно, в течение 10-15 секунд.

«*Гусеница*»

«*Гусеница хоть мала, листья – лучшая еда!*  
Она много листьев съела и, конечно, потолстела.  
(Щечки «*надули-сдули*» - 5 раз)

«*Муха*»

«*Муха, муха-цокотуха – позолоченное брюхо.*  
*Муха села на цветок – будет чистить хоботок*».  
(Упр. «*Улыбочка-трубочка*»- 8 раз)

«*Бабочка*»

«*Бабочка-красавица, над полянкой пляшет-  
Крылышками машет*»  
(Упр. «*Качели*» - 8 раз)

«*Шмель*»

«*Если на цветок шмель сел-  
Значит, он нектар там ел.*  
А потом он всем сказал  
*«Очень вкусный был нектар!»*  
(«Упр. «*Вкусное варенье*» - 5 раз)

«*Жук*»

«*Он летит во весь опор  
И жужжит его мотор....*»  
(Упр. «*Бр-р-р*»... губами»)