

Консультация для родителей  
**ИГРЫ, КОТОРЫЕ ЛЕЧАТ**  
*При болезнях горла и носа*  
(ДЛЯ ДЕТЕЙ 5-7 ЛЕТ)

## **ШАРИК**

**Цель игры:** восстановление носового дыхания, формирование углубленного дыхания, правильного смыкания губ, ритмирование.

**Необходимые материалы:** фанты из бумаги.

**Ход игры.** Дети садятся полукругом. Ведущий предлагает «надуть шарик». Дети должны надуть шар: широко развести руки в стороны и широко вдохнуть воздух носом, выдуть его в воображаемый шарик через рот - «ффф», - медленно соединяя ладони под шариком. Затем по хлопку ведущего шарик лопается - дети хлопают в ладоши. Из шарика выходит воздух: дети произносят звук «шшш», делая губы хоботком и складывая руки на коленях. Шарик надувают 2—5 раз. Тот, кто сделал лучше всех, получает фант. Ведущий следит, чтобы вдох был глубокий, а во время игры не возникало эмоционального чрезмерного возбуждения у ребенка.

## **СОВУШКА- СОВА**

**Цель игры:** развитие коррекции движения рук с дыхательными движениями грудной клетки, улучшение функции дыхания (углубленный выдох).

**Ход игры.** Дети садятся полукругом перед ведущим. По сигналу ведущего «день» дети-«совы» медленно поворачивают головы влево и вправо. По сигналу «ночь» дети смотрят вперед, взмахивают руками-«крыльями». Опуская их вниз, протяжно, без напряжения произносят «ууффф». Повторяют 2—4 раза.

## **ВОЗДУШНЫЙ ШАР**

**Цель игры:** развитие координации движений, равновесия; улучшение функции дыхания.

**Необходимые материалы:** воздушные шары, веревка.

**Ход игры.** Дети сидят или стоят, самостоятельно надувая шары. Ведущий помогает завязывать отверстие. Дети подбрасывают шары вверх и ловят их, бросая друг другу. Ведущий предупреждает, что шар надо ловить осторожно, чтобы он не лопнул. Перебрасывать шар друг другу можно и через веревочку. Для детей 7 лет и старше задание усложняется. Перед ними ставится задача хорошо надуть шар за меньшее число дыхательных движений.

## ПЕРЫШКИ

**Цель игры:** тренировка навыков правильного носового дыхания, укрепление мышц рта.

**Необходимые материалы:** 4 стула, 2 веревки, 10 пучков перышек, связанных по 3—4 штуки.

**Ход игры.** Между стульями натягивают веревки с привязанными пучками перышек на расстоянии 10 см друг от друга. Участники делятся на две команды и располагаются напротив перышек на расстоянии 50 см. По сигналу ведущего, сделав глубокий вдох через нос, сильным выдохом сдувают одно перышко, а затем последовательно и другие, делая перед каждым выдохом глубокий вдох через нос. Чтобы осуществить сильный выдох, губы надо сложить узкой трубочкой, а щеки надуть. Выигрывает та команда, у которой перышки слетят быстрее.

Подготовила: Агафонова Нина  
Евгеньевна