**Занятие с элементами дыхательных упражнений**

**Тема: «Футбольные ворота»**

**Задачи**:

 -учить детей делать простые конструкции из кубиков (например, ворота);

 -развивать мелкую моторику рук ребёнка;

 -вырабатывать сильную отрывистую струю воздуха;

 -развивать память, внимание и воображение детей.

**Оборудование**: кубики, соломинка для коктейля, вата.

**Ход занятия**:

I. Рассказ о приключениях Ватного Шарика

 Однажды маленький мальчик Игорек играл на улице в футбол. Он был вратарем и ловил мячи. У него хорошо получалось: он был самым лучшим вратарем во дворе. Чтобы поймать футбольный мяч он прыгнул высоко-высоко и упал прямо на коленку. Когда Игорек пришел домой, мама увидела ранку на его ноге. "Игорек, - сказала она, - достань из аптечки ватку: я помажу твою коленку зеленкой." Игорек послушно полез в аптечку. Доставая воздушную белоснежную вату, он нечаянно уронил маленький ватный шарик, который закатился прямо под диван. Мама помазала сыну ранку, и Игорек вновь побежал на улицу играть в свой любимый футбол. Когда он открывал входную дверь, подул легкий ветерок, который подхватил тот самый ватный шарик, лежавший под диваном, и отнес его прямо на окошко. Очутившись на окне, Шарик неожиданно вздохнул, распушился и ожил! "Куда это я попал?" - воскликнул Ватный Шарик. "Вообще-то, надо сначала говорить "здравствуйте", а уж потом задавать такие глупые вопросы, - ворчливо ответила тонкая красная соломинка, лежавшая на окошке. – Ты на подоконнике". "Здравствуйте, мадам, я не хотел вас обидеть. Я только что прилетел из аптечки и совсем ничего здесь не знаю! Меня зовут Ватный Шарик, а вас, мадам?" "Очень приятно, Соломинка. Я сразу поняла, что ты не местный". "А где же тот прекраснейший мальчик, который меня освободил?" "Выгляни в окошко: Игорек играет в футбол" "Как интересно, - протянул Шарик. – А что такое футбол?" "Как, ты не знаешь, что такое футбол? – взволновалась Соломинка. – Это же игра такая: ребята разбиваются на две команды и забивают мячи друг другу в ворота". "Вот это да! Я тоже так хочу попробовать! – радостно завизжал Ватный Шарик". "Я тебя научу – отозвалась Соломинка. – Сначала нужно построить ворота, в которые мы будем забивать мяч".

II. Конструирование

 Построить из четырех квадратных кубиков и одного прямоугольного футбольные ворота.

"Отлично, - обрадовалась Соломинка, увидев построенные для футбола ворота, - чтобы ты немного отдохнул, Шарик, я расскажу тебе стихотворение о футболе".

II. Пальчиковая гимнастика

 Во дворе народ толпится. (Барабанить пальцами обеих рук по столу)

 Там идет футбольный матч. (Щелкать большими и указательными

 пальцами обеих рук, имитируя "забивание" мяча)

 И вратарь наш, Игорь Спицын, (Поглаживать пальцами левой руки

 указательный палец правой)

 Пропустить не должен мяч. ("Бить" указательным пальцем правой

 руки указательный палец левой руки крест-накрест)

"Ну, а теперь пора играть в футбол!" - радостно сказала Соломинка.

III. Упражнение на дыхание "Футбол"

Цель: выработать сильную отрывистую струю воздуха.

Ход игры: взять в рот соломинку (толщина соломинки зависит от возраста ребенка: чем старше ребенок, тем тоньше соломинку нужно выбирать для игры), положить на столе перед воротами шарик. Дуть через соломинку на ватный шарик, пытаясь "забить" шарик в ворота. Вдох – через нос, выдох – через соломинку.

"Как весело с тобой играть в футбол, Соломинка, - воскликнул Ватный Шарик, - Спасибо, что научила меня этой замечательной игре. Теперь я понимаю, почему ее так любит Игорек. Ты настоящий друг, Соломинка!"

 "Я? – застеснялась Соломинка, - Это ты самый лучший на свете друг, Шарик. Мне было так скучно и одиноко без тебя, а ты меня развлек. Оставайся со мной на подоконнике: мы будем каждый день играть в футбол!"

 "Нет, Соломинка, я не могу: я хочу путешествовать, чтобы увидеть весь мир. Но я обязательно вернусь, когда посмотрю весь мир. Не скучай!"

 "Ну, что ж, удачи тебе, Ватный Шарик! Напоследок, я загадаю тебе загадку, чтобы проверить запомнил ли ты то, что я тебе сегодня рассказала. Ну-ка, ответь что это:

IV. Загадка

 Зеленый луг,

 100 скамеек вокруг.

 От ворот до ворот

 Бойко бегает народ.

 На воротах этих –

 Рыбацкие сети".

V. Итог занятия

 "Теперь-то я точно знаю, милая Соломинка, что это футбол! До свиданья!"

 С этими словами Шарик покатился на самый край подоконника. Вдруг сильный ветер подхватил Ватный Шарик и понес на улицу…

**Конспект подгруппового занятия**

**по нормализации речевого дыхания у дошкольников**

**с использованием элементов дыхательной гимнастики**

**по А. Н. Стрельниковой**

**Тема: «Увлекательное путешествие»**

 **Цели:**

- научить детей глубоко дышать;

 - тренировать диафрагму, создавая «диафрагмальную опору»;

 - учить смыкать голосовые связки во время фонации.

**Оборудование**: детские стульчики; предварительно хорошо проветренное помещение.

**Ход занятия.**

1. Организационный момент.

Дети сидят на стульях.

- Воспитатель: Ребята, предлагаю вам отправиться в увлекательное путешествие. А отправимся мы туда, как вы думаете на чём? Отгадайте загадку:

1. Основная часть

 Этот конь не ест овса,

 Вместо ног – два колеса,

 Сядь верхом и мчись на нём,

 Только лучше правь рулём!

- Дети: Это велосипед.

- Воспитатель: Правильно! Путешествовать мы будем на велосипедах. Надо проверить, хорошо ли надуты шины. Пока велосипеды стояли, шины немного спустились, надо их накачать. Возьмем насос и будем накачивать шину.

Выполняется дыхательное упражнение по А. Н. Стрельниковой «Насос».

И.п.: встать прямо, руки опущены. Слегка наклонитесь вниз, к полу: спина круглая (а не прямая), голова опущена. Сделать короткий шумный вдох в конечной точке наклона («понюхайте пол»).

Слегка приподнимитесь, но не выпрямляйтесь полностью – в этот момент абсолютно пассивно уходит выдох через нос или через рот.

Снова наклонитесь и одновременно с поклоном сделайте короткий шумный вдох. Затем, выдыхая, слегка выпрямитесь, выпуская воздух через нос или через рот.

Сделайте подряд 8 поклонов-вдохов, после чего остановитесь, отдохните 3-5 секунд – и снова 8 поклонов-вдохов. Норма – 12 раз по 8 вдохов.

- Воспитатель: Вот наши велосипеды и готовы в путь. Поехали!

Дети имитируют езду на велосипеде: садятся на стулья (спинка стула впереди), держась за спинку, как будто за руль велосипеда; попеременно отрывают пятки ног от пола, носки при этом неподвижны.

- Воспитатель: Молодцы! Вот мы и приехали. Как вы думаете, что перед нами?

Богатырь стоит богат,

 Угощает всех ребят:

 Ваню — земляникой,

 Таню – голубикой,

 Машеньку – орешком,

 Петю – сыроежкой,

 Катеньку – малинкой,

 Васю – хворостиной.

 Дети: Лес!

- Воспитатель: Правильно! Мы приехали в лес. А в лесу свежо и очень чистый воздух. Дышится легко и свободно. Давайте насладимся этим свежим воздухом и глубоко подышим.

Выполняется дыхательное упражнение по А. Н. Стрельниковой «Обними плечи»

И.п.: встаньте прямо, руки согнуты в локтях и подняты на уровень плеч кистями друг к другу.

В момент короткого шумного вдоха носом бросаем руки навстречу друг другу, как бы обнимая себя за плечи. Важно, чтобы руки двигались параллельно, а не крест-накрест. При этом одна рука окажется над другой, причём какая над какой – всё равно. Главное – помнить, что в течении всего упражнения положение рук менять не следует.

Сразу же после короткого вдоха руки слегка расходятся в стороны (но не до исходного положения). В момент вдоха локти сошлись на уровне груди – образовался как бы треугольник, затем руки слегка расходятся – получился квадрат. В этот момент на выдохе абсолютно пассивно уходит воздух.

Норма: 12 раз по 8 вдохов движений за одно занятие.

- Воспитатель: Молодцы! Хорошо подышали. А теперь давайте погуляем в лесу, и, чтобы не заблудиться будем перекликаться друг с другом.

Выполняется голосовое упражнение по А. Н. Стрельниковой.

Дети становятся лицом друг к другу. Одни произносят громко [а], другие в ответ, как эхо отзываются [а]. Можно играть, употребляя гласные звуки, а также сочетания [ау], [уа], [иа], [ио] и т. д.

1. Итог занятия.

- Воспитатель: Вот и закончилось наше увлекательное путешествие. Садитесь на велосипеды, и поедем обратно в детский сад.