**[Игры, которые лечат](http://sadik97.ru/krepyshi/469-igry-kotorye-lechat.html)**

***Игры при заболеваниях дыхательной системы***

**«Пастушок дудит в рожок»**

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

*Материалы.* Рожок, дудочка.

*Ход игры.* Попросите ребёнка как можно громче подуть в рожок, дудочку, чтобы созвать все игрушки. Покажите, что необходимо вдохнуть воздух через нос и резко выдохнуть.

**«Шарик лопнул»**

*Цель.* Восстановление носового дыхания, формирование углубленного дыхания, правильного смыкания губ.

*Ход игры.* Предложите ребёнку  «надуть шарик»: широко развести руки в стороны и глубоко вдохнуть воздух носом, выдуть его в воображаемый шарик через рот — «ффф...», медленно соединяя ладони под  «шариком». Затем ребёнок хлопает в ладоши — «шарик лопается».   «Из шарика выходит воздух»: ребёнок произносит звук «шшш...», складывая губы хоботком и опуская руки на колени.  «Шарик надувают»  2 — 5 раз. Следите, чтобы вдох ребёнка был глубоким, а во время игры не возникало чрезмерного эмоционального возбуждения.

**«Пёрышки**»

*Цель.* Тренировка навыков правильного носового дыхания, укрепление мышц рта.

*Материалы.* Верёвка, 2 стульчика, пёрышки.

*Ход игры.*Натяните верёвку между стульями и привяжите к ней пёрышки. Посадите ребёнка на расстоянии 50 см напротив пёрышек. Предложите ему по сигналу, сделав глубокий вдох, сильным выдохом сдуть одно пёрышко, а затем и другое, делая перед каждым выдохом глубокий вдох через нос. Чтобы осуществить сильный выдох, губы нужно сложить узкой трубочкой, а щёки надуть.

**«Мышка и Мишка»**

*Цель.* Формирование глубокого ритмичного вдоха и выдоха, развитие координации движений, укрепление мышц позвоночника.

*Ход игры.* Родители показывают движения и произносят слова:

— У Мишки дом огромный. *(Выпрямиться, встать на носки, поднять руки вверх, потянуться, посмотреть на руки — вдох)*  
— У мышки - очень маленький. *(Присесть, обхватив руками колени, опустить голову — выдох с произнесением звука "шшш")*  
— Мышка ходит *(Ходим по комнате)*  
В гости к Мишке,  
Он же к ней не попадет.  
Попросите ребёнка повторить стишок с движениями 4 — 6 раз. Следите за чёткостью и координацией движений ребёнка.

***Игры после перенесённых инфекционных заболеваний:***

**«Заинька-паинька»**

*Цель.* Развитие координации движений, повышение эмоционального тонуса, развитие чувства ритма и навыка выполнять команды.

*Ход игры.* Встаньте напротив ребёнка и попросите его повторять движения в соответствии со словами:

Заинька, поклонись,  
Серенький, поклонись, *(кланяется в разные стороны)*  
Вот так, вот сяк поклонись.  
Заинька, повернись,  
Серенький, повернись,  
Вот так, вот сяк повернись. *(Поворачивается, руки на поясе)*  
Заинька, топни ножкой, серенький, топни ножкой.  
Вот так, вот сяк топни ножкой. *(Топает по очереди каждой ногой*)  
Взрослый следит за правильным выполнением движений. Наблюдает, чтобы не было переутомления и излишнего эмоционального возбуждения.

**«Пальчик о пальчик»**

*Цель.* Уравновешивание нервных процессов, укрепление тормозных реакций, выполнение действий по команде, координация движений рук.

*Ход игры.* Ребёнок сидит перед вами. Повторяет за вами слова и движения:

Пальчик о пальчик тук да тук, *(Повторить 2 раза)*  
Хлопай, хлопай, хлопай, хлопай! *(Хлопают в ладоши)*  
Ножками топай, топай! *(Повторить 2 раза)*  
Спрятались, спрятались *(Закрыть лицо руками)*  
Пальчик о пальчик тук да тук. *(Повторить 2 раза).*