

Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №4  
«Малыш» городского поселения Терек» Терского муниципального района  
Кабардино-Балкарской Республики

# **Дыхательная гимнастика на музыкальных занятиях в игровой форме**

Музыкальный руководитель: Доценко М.И.

## *Дыхательные упражнения без речи.*

### **Пускаем мыльные пузыри**

При наклоне головы к груди сделать вдох носом, напрягая мышцы носоглотки. Поднять голову вверх и спокойно выдохнуть воздух через нос, как бы пуская мыльные пузыри.

Не опуская головы, сделать вдох носом, напрягая мышцы носоглотки.

Выдох спокойный через нос с опущенной головой. Повторить 3-5 раз.

### **Вертушка.**

Перед началом игры приготовьте игрушку-вертушку. На улице продемонстрируйте, как она начинает вращаться от дуновения ветра. Затем предложите подуть на неё самостоятельно: «Давай, сделаем ветер – подуем на вертушку!»

### **Веселые шарики.**

Для игры понадобится легкий пластмассовый шарик, например – для настольного тенниса. Положим шарик на стол или на пол и предложите ребенку с силой подуть на него – так, чтобы он укатился как можно дальше. Можно устроить соревнование: кто дальше откатит шарик.

### **Листопад.**

Из тонкой двухсторонней цветной бумаги вырезаем желтые, красные, оранжевые «осенние листочки», а также готовим пластмассовое ведерко. Раскладываем листочки на столе, затем предлагаем ребенку подуть на них, пока все они не окажутся на полу, а затем собираем в ведёрко: «Представь, что сейчас осень. Красивые листочки падают с деревьев. Подул ветер разбросал все листочки по земле! Давай сделаем ветер – подуем на листья». Игру можно повторить несколько раз.

## *Звуковые дыхательные упражнения.*

### **«Котёнок и шар».**

Надувала кошка шар,

А котёнок ей мешал.

Ф-ф-ф... Ребёнок делает выдох ртом, произнося «ф-ф..»

Подожёл и лапой – хлоп! Хлопают в ладоши.

Ну а шарик сразу – лоп! Приседают.

### **«Две собаки».**

Дети показывают, как, высунув язык, тяжело дышит большая собака, затем лают тонким звонким голосом, как маленькая собачка, резко и коротко произносят:

«Ав-ав...!»

### **Ёжик.**

Сидя на коленях, головой касаясь пола. Руки в замок на спине. Пальцы сцеплены, изображают иголки ежа. Поворачивать голову в левую и правую стороны, одновременно произнося звуки: «Пх-пх-пх...»

Произнесение на одном дыхании скороговорок.

На дворе трава,

На траве дрова:

Раз дрова, два дрова, три дрова...

Чем больше ребенок сможет назвать, сосчитать, тем лучше, потому что тем больше у него объем легких.

### ***Дыхательно-голосовые упражнения и игры на материале гласных и согласных звуков***

**«Гудок паровоза»** Через нос с шумом дети набирают воздух; задержав дыхание на 1-2 секунды, с шумом выдыхают воздух через губы, сложенные трубочкой, со звуком “у” (выдох удлинён). Упражнение учит дышать в темпе 3-6 раз. Вдох короче, задержка дыхания, выдох длинный.

**«Полет самолета»** Дети-самолеты “летают” произнося звук “У”. При выполнении пилотажа взлет – звук направляется к голове, при посадке – звук направляется к туловищу. Упражнение регулирует кровяное давление ребенка, учит дыханию в заданном темпе по представлению.

**«Пузырь»** Ай, дуйся, пузырь,

Раздувайся большой,

Становись вот такой

Да не лопайся!

Дети, взявшись за руки, стоят плотной стайкой. Произнося слова, постепенно отходят назад и образуют круг. По окончании слов руки делают «рупором» и «надувают»: «фу-фу-фу-фу».

- Лопнул! - хлопок в ладоши перед собой

Дети медленно приседают и говорят: «ш-ш-ш-ш» на выдохе.

### **«Осенние листочки»**

Текст говорит взрослый:

- Шаловливый ветерок в лесочек залетел:

- «крылышки», кружатся;

Дети: Ш-ш-ш!

- Тихо-тихо веточкам он песенку запел:

- качают руками вниз;

Дети: Ш-ш-ш! /тихо/

- Сильный ветер в наш лесочек тоже прилетел:

- «крылышки», кружатся;

Дети: Ш-ш-ш!

- Громко-громко веточкам он песенку запел:

Дети: Ш-ш-ш! /громко/

- качают руками вверх;

- Ветерки по очереди листьям песни пели

То тихую:

Дети: Ш-ш-ш! /тихо/

- качают руками вниз;

То громкую:

Дети: Ш-ш-ш! /громко/

- качают руками вверх;

То тихую:

Дети: Ш-ш-ш! /тихо/

- качают руками вниз; То

громкую:

Дети: Ш-ш-ш! /громко/

- качают руками вверх;

- А после - улетели!

- дети «улетают» на стулья

### **«Ладошки»**

Мы погреемся немножко /растирают ладошки, массируя их/  
И подуем на ладошки.

### ***Дыхательно-голосовые упражнения и игры на материале слогов***

#### **«Говорилка»**

Вы задаёте вопросы, малыш отвечает.

Как разговаривает паровозик? - Ту-ту-ту.

Как машинка гудит? - Би-би-би.

Как «дышит» тесто? - Пых-пых-пых.

#### **«Умный молоток»**

Дети произносят звукоподражание «тук-тук», имитируя забивание гвоздя, в темпе и ритме режима работы.

#### **«Паровоз»**

Дети друг за другом выстраиваются «паровозиком». Начинают движение со звукоподражанием «чух-чух-чух». По условному сигналу «паровозик» то ускоряет, то замедляет движение и соответственно речевое сопровождение.

#### **«Дрова»**

На зиму дрова пилили –З-з-з»

И. п.: ноги на ширине плеч, туловище немного наклонено вперед, руки соединены, имитируют движения с пилой – вперед, назад.

Мы дрова кололи вместе топором –Ух!»

И. п.: ноги на ширине плеч, туловище немного наклонено вперед, руки соединены, имитируют движения с топором - вверх (вдох, вниз (на выдохе «Ух»)).

#### **Говорилка.**

Вы задаёте вопросы, малыш отвечает.

Как разговаривает паровозик? Ту – ту – ту – ту.

Как машинка гудит? Би – би. Би – би.

Как «дышит» тесто? Пых – пых – пых.

Можно ещё попеть гласные звуки: о-о-о-о-ооо, у-у-у-уууу.

### ***Дыхательно-голосовые упражнения и игры на материале слова предложений и фраз***

#### **«Далеко-высоко»**

Муз.рук.: Куда, птицы, летели?

Дети: Далеко-о-о-о!

Муз.рук.: Как, птицы, летите?

Дети: Высоко-о-о-!

Перед словами «далеко» и «высоко» сделать глубокий вдох носом, слова произносить на максимально длинном выдохе.

#### **«Обратный счет»**

Сделав полный вдох, посчитать на выдохе. Для самоконтроля ладонь ребенка лежит на грудной клетке, ощущая ее подъем при вдохе:

- десять, девять;
- десять, девять, восемь;
- десять, девять, восемь, семь;
- десять, девять, восемь, семь, шесть.

### **«Считалочка»**

Произносим считалку. Контроль над дыханием: вдох расходуется не в паузах, а только на очередное сочетание слов.

Как за нашим за двором (Вдох.)

Стоит чашка с творогом, (Вдох.)

Прилетели две тетери, (Вдох.)

Поклевали, улетели. (Вдох.)

Поклевали, улетели, (Вдох.)

На лугу зеленом сели. (Вдох.)

### **Проговаривание предложений, различных по продолжительности.**

Едем в гости.

Едем в гости к бабушке.

Мы все вместе едем в гости к бабушке.

Мы все вместе едем в гости к бабушке Загадушке.

Мы все вместе едем в гости на тележке к бабушке Загадушке.

Мы все вместе едем в гости на лошадке, на тележке к бабушке Загадушке.

Произнесение текста активным шепотом, это способствует активизация дыхательной мускулатуры и приучает к чувству опоры звука на дыхании.

Все эти и другие подобные упражнения можно использовать в качестве начальных этапов музыкального занятия или непосредственно перед тем, как перейти к пению. Можно сказать, детям, что для хорошего пения сначала надо научиться правильно дышать, а помогут в этом весёлые упражнения.

В общении с детьми родители могут предложить детям просто поиграть со звуками, словами, фразами, придумать какие-нибудь простые движения к любимым детским стихотворениям. И тогда каждое дыхательное упражнение станет для ребёнка весёлой забавой, которая может повторяться по дороге в детский сад и обратно домой, в поездке на машине, в гостях у бабушки с дедушкой и т. д.