***УПРАЖНЕНИЯ-ИГРЫ ПРИ БОЛЕЗНЯХ НОСА И ГОРЛА.***

**"Бульканье".** В стакан с водой, наполненный на треть, вставлена солом

Надо вдохнуть носом и затем сделать глубокий длинный выдох в труб

получается долгий булькающий звук (упражнение повторяется 2-3 раза).

**"Шарик"** (имитируется надувание шариков). Дети широко разводят р

стороны и, глубоко вдохнув, выдувают воздух: «Ф-ф-ф». Затем имитируют

воздуха, выходящего из лопнувшего шарика: губы вытягивают «трубочко

произносят «ш-ш-ш» (упражнение повторяют 2-3 раза).

**"Будем красить потолок".** «Кистью» становится язычок, а «потолком

твердое нёбо.

"Отбойный молоток". В течение трех минут произносится «д-д-д».

"Кто громче" (упражнение очень эффективно при насморке). Губы сом

указательный палец правой руки положить на боковую сторону носа пл

плотно прижимая правое крыло носа. Глубоко вдохнуть левой половиной носа (рот

закрыт) и произносить (выдыхая) «м-м-м». Упражнение повторить, прижимая левое

крыло носа.

***Упражнения-игры при бронхитах и пневмониях***

**"Тачки"**. Упражнение выполняется парами. Один ребенок из пары делает

упор руками в пол, другой берет его за ноги и «катит тачку» вперед; затем дети

меняются ролями.

**"Кто лучше сделает стойку у стены?".** Стойка вверх ногами. При

бронхиальной астме, астматическом бронхите во время подвижных игр

используется произнесение звуков в сочетании с ритмичными движениями

(подскоки).