Дыхательная настольная игра – тренажер «Воздушный футбол»
Цель: формирование у детей правильного дыхания
Задачи:
1.Оздоравливать детей с помощью дыхательных упражнений.
2.Успокаивать возбудимых детей.
3.Тренировать дыхательную систему (легкие, бронхи).
4.Развивать меткость

Оборудование: футбольное поле, мяч, соломинка для коктейля, ворота (разрезанный на две части пластмассовый стаканчик)
Правила игры: Ребенок дует на "мяч", пытаясь "забить гол" - мяч должна оказаться в воротах

1й уровень: Рассматривание иллюстраций о футболе. Изготовление атрибутов к игре (скатать *«мячики»*). Знакомство с правилами игры.

2й уровень: В игре участвуют воспитатель и ребенок; ребенок и ребенок.

3й уровень: Командная игра.

Ход игры:

Поиграем мы в футбол,
Ветерком задуем гол.

Игра устанавливается на столе. С двух сторон располагаются по 1 игроку, вооруженных трубочками. Мячи кладутся в центр игрового поля, игроки дуют (вдыхают через нос, а выдыхают через рот) каждый со стороны своих ворот. Задача игроков — забить наибольшее количество голов в ворота противника. При этом они не должны касаться мяча руками, а могут только дуть на него через трубочки.

Если игрок дотронется до мяча рукой или трубочкой, соперник получает одно дополнительное очко. По договоренности игроки могут ввести некоторые правила футбола.

Рекомендация: -эта игра для младшего дошкольного возраста с 3 лет.

-делаем плавный вдох через нос.

-и плавный выдох через рот, при этом губы вытянуты в трубочку и держат коктейльную трубочку (нужно следить чтобы губы небыли сильно зажаты, следить за щёкам –надувать щеки нельзя).

Следить чтобы упражнение выполнялось четко через рот –нельзя допускать выдох воздуха через нос.

-направляем трубочку на мяч делаем плавный выдох.

- «набираем полную грудь воздуха»

-следим при выполнении упражнения за плечами чтобы они не поднимались в верх

-при правильном выполнении упражнения щеки не надуваются

-следим за осанкой ребенок должен сидеть на стуле прямо

-у многих детей сильное слюноотделение, поэтому необходима салфетка

Длительность игры не больше двух минут .