Необходимое условие правильного развития и хорошего роста – умение правильно дышать. Дыхательные упражнения просто необходимы детям, довольно часто болеющим простудными заболеваниями, бронхитами, выздоравливающим после воспаления лёгких, а также детям, страдающим бронхиальной астмой. Дыхательная гимнастика прекрасно дополняет любое лечение, развивает ещё несовершенную дыхательную систему ребёнка, укрепляет защитные силы организма.  
Ребёнка легко можно научить правильному дыханию. Мы хотим предложить Вам несколько несложных и забавных игр, которые доставят Вашему малышу огромное удовольствие.

**Игра «Цветочки»**.  
Дайте малышу понюхать цветок, рот должен быть закрыт. Многие дети сопят, а не нюхают, помогите почувствовать разницу. Носиком малыш должен сделать вдох, а ртом – выдох.  
Летом можно играть с одуванчиками. Сначала дайте подуть на одуванчик ртом, чтобы ребёнок видел, как разлетаются зёрнышки, потом носом, поочерёдно закрывая пальчиком то одну ноздрю, то другую.

**Игра «День рожденья».**  
Предложите ребёнку задуть свечку. Сначала одну, потом две, потом три... Устройте соревнования, кто больше свечей задует за один раз. А ещё можно задувать свечи с разного расстояния.

**Игра «Водные гонки».**  
Налейте в тазик воды, бросьте туда два теннисных шарика, возьмите трубочки для коктейля и веселитесь от души! Дуйте через трубочку на шарик и устраивайте гонки по кругу, морской бой, танцы шариков на воде, в общем всё, что подскажет Вам ваша фантазия.

**Игра «Медведь».**  
Возьмите любую коробку, можно от конфет, положите на дно картинку с изображением медведя, насыпьте сверху измельчённый пенопласт – «снег». Прочитайте малышу стихи:  
Как на горке снег, снег  
И под горкой снег, снег.  
А в берлоге спит медведь.  
Хочешь мишку посмотреть?  
После чего ребёнок сдувает пенопласт и с радостью обнаруживает картинку.

**Игра «Шоу мыльных пузырей».**  
Возьмите два небольших тазика, налейте туда воды с любым мыльным раствором или моющим средством. Через трубочки от коктейля дуйте в воду. Вода начинает пузыриться и приобретать причудливые формы. Кто больше сделает пузырей, тот и победил.

**Игра «Сыщик».**  
Поставьте перед ребёнком различные предметы: открытая баночка кофе, духи, кусок мыла, шоколадка, обгоревшая спичка, газета. Завяжите ребёнку глаза, пусть он попробует угадать предмет по запаху.

**Игра «Ветряная мельница».**  
Возьмите две палочки (можно китайские), наколите на каждую по кусочку бумаги размером с ладошку ребёнка. Дуйте с силой на бумажку, чтобы она крутилась. В игре побеждает тот, у кого сильнее крутится бумага.