**Дыхательные гимнастики для детей**

**старшей группы.**

|  |  |
| --- | --- |
| **«Лягушонок»**   Расположите ноги вместе. Представьте, как лягушонок быстро и резко прыгает, и повторите его прыжки: слегка приседая, вдохнув, прыгните вперед. Приземлившись, "квакните". Повторите 3 - 4 раза. | **«Петушок»**  Стоя прямо, ноги врозь, руки опустить. Поднять руки в стороны (вдох), а затем хлопнуть ими по бедрам (выдох), произносить «ку-ка-ре-ку». Повторите 5 раз |