

Как помочь ребенку с заболеваниями бронхов и легких?

Ваш малыш постоянно болеет? Его слабое место - бронхи и легкие? Тогда игры с вашим ребенком должны быть особенными, направленными на то, чтобы он легче справлялся с приступами, и его бронхолегочная система постепенно пришла в норму. Не отказывайтесь от лечения и обязательно выполняйте рекомендации врачей. Но и сами постарайтесь приложить максимум усилий к выздоровлению сына или дочери!

Что рекомендуют врачи? Врачи советуют таким детям больше бывать на воздухе, перед сном проветривать спальню малышу.

А вы сделайте упор на развивающих играх. Играть малышу со слабыми бронхами и легкими надо так, чтобы не только получать заряд энергии от игры, но и улучшать состояние своего здоровья.

Почаще просите ребенка надувать воздушные шары, покупайте ему надувные игрушки, игрушечные духовые инструменты.

Для малышей с такой проблемой игры должны быть недолгими (пять-десять минут) и средней подвижности. Замечательно подходят для развития легких логопедические игры-упражнения.

Попробуйте несколько следующих игр. Вашему ребенку они обязательно должны понравиться!

«Кораблики»

Это упражнение помогает улучшить глубину и ритм дыхания. Проводите игру во время купания или вечером в тазике с водой.

Вам понадобится два кораблика и емкость с водой. Малыш назначается капитаном, он должен управлять кораблями (сильно дуть на них).

«Нарисуй и пошипи!»

Это игра стимулирует работу легких. Играйте ежедневно перед дневным отдыхом.

Дайте малышу бумагу и фломастеры и попросите его нарисовать змею, гуся, ежика, реку, водопад. А потом пусть изобразит, как шипит змея, шумит водопад, фырчит ежик. Можете придумать другие рисунки и продолжите игру.

«Шарики-Лошарики»

Игра не только улучшает работу органов дыхания, но и развивает фантазию и образное мышление.

Вам понадобятся фломастеры, шарики воздушные и катушка ниток. Надуйте вместе с малышом шарики, завяжите их нитками и повесьте так, чтобы малышу было удобно подойти к ним. Затем дайте ребенку фломастеры и предложите порисовать: нарисовать рот, нос, глаза, изобразить животных. Затем придумайте вместе названия своим произведениям.

Логопедическая игра

Игра развивает речь, улучшает работу органов дыхания.

В эту игру играйте каждый день в любое время по 5 минут. Вам потребуются книжки со скороговорками.

Посадите малыша удобно, попросите повторять за вами скороговорки. Старайтесь подбирать такие скороговорки, в которых много шипящих букв.

«Змея и ежик»

Эта игра учит ребенка правильно дышать. Лучше играйте в эту игру утром, поскольку она отлично заряжает позитивом и энергией. Заранее найдите иллюстрации, на которых изображены ежик и змея. Покажите ее ребенку, расскажите ему про колючки ежика, про то, как ползает змея. Попросите ребенка, чтобы он изображал ежика, а вы будете змеей. Вы шипите на ежика, а ежик фырчит в ответ (он же змей не боится!). Добавляйте в игру движения. Затем поменяйтесь ролями.

При регулярном проведении этих игр бронхолегочная система ребенка будет подвергаться усиленным, но позитивным нагрузкам. И со временем вы вместе справитесь с неприятными заболеваниями! Однако не превращайте игры в занятия. Играйте только тогда, когда ребенок сам настроен на это.

Автор - **Татьяна Петлева**

[Источник](#)