

Патриотизм — сложное и высокое человеческое чувство, оно так многогранно по своему содержанию, что неопределимо несколькими словами. Это и любовь к родным и близким людям, и к малой Родине, и гордость за свой народ. Поэтому патриотическое воспитание неотъемлемо связано с ознакомлением окружающего нас мира.

Один из наиболее эффективных методов патриотического воспитания — **проектная деятельность**, позволяющая создать естественную ситуацию общения и практического взаимодействия детей и взрослых.

Реализация проекта **«Этот день Победы!»** позволит задействовать различные виды детской деятельности. Проект подразумевает единение детей и взрослых, поэтому полноправными участниками станут воспитатели, родители и дети. В процессе реализации проекта у младших дошкольников формируются чувства привязанности, верности, чувства собственного достоинства, гордости за свою Родину.

Актуальность проблемы:

В преддверии празднования Дня Победы с детьми провели блиц опрос по выявлению знаний и представлений о ВОВ, который показал что, дети имеют очень скудные знания о героях Великой Отечественной Войны. Не имеют представлений о причинах возникновения праздника. Таким образом, было принято решение разработать и реализовать проект **«Этот день победы»**.

Проект направлен на патриотическое воспитание детей младшего дошкольного возраста. В процессе реализации проекта у дошкольников формируются чувства привязанности, верности, чувства собственного достоинства, гордости за свою Родину.

Суть проблемы:

Недостаточное внимание родителей к празднику - День Победы.

Нет знаний у детей о ВОВ, о существовании праздника в России - День Победы.

Тип проекта: социально-творческий.

Вид проекта: краткосрочный (с 28 апреля по 11 мая)

Участники проекта: дети второй младшей группы «Совята», воспитатели, родители.

Цель: воспитание гражданско-патриотических чувств у детей младшего дошкольного возраста, воспитание чувства гордости за подвиг своего народа в Великой Отечественной войне, уважения к ветеранам.

Задачи:

Способствовать воспитанию у каждого ребенка нравственно-патриотических чувств к Родине, ветеранам войны, воинам российской армии.

Воспитывать уважение и чувство благодарности ко всем, кто защищает родину;

Развивать познавательные способности детей в процессе практической деятельности, интеллект ребенка, формировать наглядно-образное мышление, творческие способности, самостоятельность, навыки взаимоотношений со взрослыми;

Способствовать развитию речи через выразительное чтение стихов, составление рассказов о ветеранах. Обогащать словарь новыми словами (Родина, герой, ветеран, победа, солдат, армия, защитник).

Обеспечить атмосферу доброжелательности, комфортности в общении: родитель-родитель; родитель-педагог; родитель – ребенок.

Вызвать эмоциональный отклик на результат своей деятельности

Ожидаемые результаты:

1. Заинтересованность детей темой «День Победы», проявление их познавательной активности.

Дети самостоятельно проявляют инициативу: рассматривают иллюстрации, участвуют в беседах, задают вопросы; проявляют творчество и детальность в работе.

С удовольствием рисуют, играют.

Этапы работы над проектом:

1 этап - подготовительный

Составление плана работы над проектом, выделение целей и задач,
подбор научно-популярной и художественной литературы,
подбор иллюстраций на военную тему,
работа с методической литературой,
подбор музыкальных произведений для прослушивания,
подбор речевого материала и музыкального репертуара для детей
опрос детей
создание условий для реализации проекта.

2 этап - реализация проекта:

1. Работа с детьми (см. приложения):
 2. Рассматривание материала по теме «День Победы», открыток «Города герои», иллюстраций и альбомов «Великая Отечественная Война».
 3. Беседа «Знакомство с праздником».
 4. НОД « Пропавшие солдаты».
 5. ФЦКМ «Знакомство с военными профессиями».
 6. Художественное творчество - лепка- «Танк».
 7. Чтение стихотворений на тему «День Победы».
 8. Художественное творчество аппликация « Вечный огонь»
 9. Художественное творчество - рисование «Вот какой у нас салют!»;
 10. Подвижные игры: «Найди свой цвет», игра с платочками "Найди себе пару"
- Пальчиковая гимнастика «Этот пальчик»; Дыхательная гимнастика «Флажок»;

Итог работы:

Реализация данного проекта позволила:

- Заложить основу патриотического воспитания у детей младшего дошкольного возраста.
- Приобщить детей к общечеловеческим ценностям, из которых складывается впоследствии важнейшее чувство - любовь к Родине.
- Дети будут с уважением относиться к ветеранам, а также проявлять интерес к истории нашей страны.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Беседа «Знакомство с праздником»

Задачи: Дать знания детям о празднике «День Победы», о том, как защищали свою страну русские люди в годы Великой Отечественной войны, как живущие помнят о них; активизировать эмоциональную сферу детей и тем самым вызвать у них желание участвовать в беседе. Активизация всех психических процессов путем вопросов к детям. Обогащение словарного запаса. Воспитывать уважение, любовь к людям, защищающим Родину от врагов, ветеранам войны, заботиться о них.

Ход беседы.

Воспитатель: 9 мая - самый главный праздник, отмечающийся в нашей стране. Что это за праздник? что это за победа? Над кем? День Победы — самый великий и серьезный праздник как для России, так и для многих других стран мира. Не только российским солдатам и офицерам, но и всем жителям нашей Родины, взрослым и детям, было очень трудно во время войны. Армия с помощью народа победила врагов и прогнала их из России, а потом и из других стран. В День Победы люди возлагают к военным памятникам венки и цветы. А теперь послушайте стихотворение:

Сегодня праздник - День Победы! Счастливый, светлый день весны! В цветы все улицы одеты

И песни звонкие слышны.

Воспитатель: Это была страшная и долгая война. Ранним июньским утром фашистская Германия напала на нашу мирную страну. Весь народ поднялся на защиту Родины, и наша армия, и женщины, и старики, даже дети. *(По ходу беседы воспитатель дает объяснение, утверждает детские ответы, обобщает их, показывает наглядный материал и т.д. Беседа должна быть эмоциональной, живой, повышать активность детей. В процессе беседы педагог сообщает новые сведения, чтобы уточнить или углубить знания детей о тех предметах и явлениях, о которых идет речь. Используемые приемы словарной работы - объяснение воспитателем значения отдельных слов, повторение слова хором вместе с воспитателем).* Наши храбрые воины не пустили фашистов к Москве, а сами перешли в наступление. Трудной, тяжелой и страшной была эта война, много людей погибло в ней. Но наступил долгожданный день Победы. Наши доблестные воины прогнали фашистов и сами пришли к Берлину. Это случилось 9 мая 1945 года. И тех пор каждый житель нашей страны, жители других стран отмечают этот праздник.

Майский праздник - День Победы отмечает вся страна.

Надевают наши деды Боевые ордена.

(Т.Белозеров)

В этой войне, как я уже говорила, участвовали не только взрослые, но и дети. Много стихов и рассказов написали об их подвигах писатели и поэты. Наш народ мужественно сражался и победил. Но не все дожили до Великой Победы. Чтобы никто не забыл доблестных героев и их подвиги, по всей стране было сооружено много памятников в память о героях войны, братские могилы, в которых были захоронены погибшие в боях воины (показ иллюстрации). Мало остается участников войны: много лет прошло со дня Победы. Наше правительство заботится о своих героях, помогает им. Вы тоже должны с уважением и благодарностью относиться к участникам войны и ко всем пожилым людям. Они защищали нашу Родину и сберегли мир на Земле. А Родина у нас одна.

Чтение стихотворения:

Если скажут слово Родина,
Сразу в памяти встает Старый дом, в саду смородина,
Толстый тополь у ворот.
У реки березка - скромница,
И ромашковый бугор ...
А другим, наверное, помнится
Свой родной московский двор.
В лужах первые кораблики,
Где недавно был каток
И большой соседней фабрики
Громкий радостный гудок.
Или степь от маков красная,
Золотая целина ...
Родина бывает разная,
Но у всех она одна!
Берегите свою Родину, растите честными и мужественными, смелыми.

НОД по ФЭМП во второй младшей группе «Пропавшие солдаты».

Атрибутика для НОД: игрушка дедушка, набор солдатиков, макеты деревьев и кустов из пластмассы или дерева, две куклы, зайчата.

Ход:

Вводная часть (мотивационный, подготовительный этап)

- Ребята, сегодня к нам в гости пришел дедушка Петя но в этот раз с плохой вестью. Он услышал от знакомых, что недавно в нашей группе пропала целая команда солдат. Они возвращались домой в коробку с игрушками, но по дороге отстали и потерялись. Ребята, дедушка Петя просит нас помочь с поисками пропавших солдат,

потому что без них наша армия может ослабнуть. Ну что поможем им? Только для этого нужно перенестись в сказочный мир игрушек, где все игрушки оживают. Повторяйте все за мной.

Кручусь, верчусь, в мир игрушек, окажусь!

Основная часть

- Ребята, откройте глаза, оглянитесь, это наша группа только уже с живыми игрушками.

- Ребята смотрите в том углу стоят две куклы. Позовем одну из них сюда, пусть расскажет, видели ли они солдат. Все вместе крикнем. Маша!

- Ребята к нам пришла кукла Маша, сколько осталось кукол в углу? *(Одна)*

- Ребята, кукла говорит, что видела, как солдаты пошли в лес. Их было десять человек. Ребята а десять человек это много солдат или мало? *(Много)*

- Ну, что ребята, давайте посмотрим вон, там расположен лес. (На столе с имитирован лес из деревянных и пластмассовых макетов кустов и деревьев).

- Ребята, посмотрите вокруг все такое красивое.

- Ребята, а деревьев много или мало? *(Много)*

- А какого цвета они? *(Зеленого)*

- Ребята смотрите, там на полянке скачут зайчики. Ребята, а зайчиков много или мало? *(Много)*.

- Спросим у зайчиков, не видели ли они солдатиков. Все вместе позовем одного из них. Зайчик!

- Ребята, зайчик говорит, что видел, как они шли по мосту через речку. Давай те посмотрим, где же этот мостик. Ой, ребята посмотрите здесь две дорожки, узкая и широкая. Как вы думаете по какой дорожки пошли солдатики. **Я** вам помогу, с ответом по узкой дорожке смогут пройти десять солдат? *(Нет)*.

- Почему? *(Потому что десять это много и они не поместятся на узенькую дорожку)*.

- А по широкой дорожке смогут пройти десять солдат?*(Да)*

- Значит, и мы с вами выбираем широкую дорожку ребята, вот и мостик, а мостик широкий или узкий? *(Широкий)*

-Значит, мы сможем пройти по нему.

Ребята видите там, за мостиком под большим деревом сидят наши пропавшие солдаты. *(Да)*.

Всё ребята, вот мы и нашли наших солдат, теперь мы их отдадим дедушке Пете.

Давайте произнесем волшебные слова, чтобы вернуться из мира игрушке.

«Кручусь верчусь, в группе снова окажусь!»

Что ж ребята, дедушка благодарит нас за помощь и прощается с вами.

Рефлексия:

- Ребята, о кого мы сегодня искали?
- Вам понравилось?
- Кому вы расскажите о нашей встрече? (ответы детей)

НОД по ФЦКМ во второй младшей группе «Военные профессии»

Цель: Формировать у детей представления об армии, военных профессиях, активизировать слуховые и зрительные анализаторы. Воспитывать у детей чувство гордости и уважения к защитникам Родины.

Образовательные области: речевое, физическое, познавательное, художественно-эстетическое, социально-коммуникативное.

Активизация словаря: моряк, летчик, танкист, оружие, автомат, пистолет, пуля, бесстрашный, меткий, решительный.

Материалы: картинки-иллюстрации «Военные профессии», военная пилотка, костюм врача, бинт.

Ход занятия:

Вводная часть.

Воспитатель показывает детям пилотку солдата, спрашивает:

Дети, а вы знаете, что это такое? (ответы детей)

У меня есть шапка со звездой.

Я солдат отважный, молодой.

Вот я сяду ловко на коня

И помчит далеко он меня.

- А что делают солдаты (*Защищают Родину*)

А что такое Родина? (*Это наш дом, наш город*)

Солдаты бывают разные. Сейчас я вам о них расскажу.

Основная часть: показ картинок с военными профессиями

ТАНКИСТ

Везде, как будто вездеход,

На гусеницах танк пройдет

Ствол орудийный впереди.

Опасно, враг, не подходи!

Танк прочной защищен броней

И сможет встретить бой!

МОРЯК

На мачте наш трехцветный флаг,

На палубе стоит моряк.
И знает, что моря страны,

Границы океанов
И днем, и ночью быть должны
Под бдительной охраной!

ПОДВОДНИК

Вот дивная картина - Выходит из глубин Стальная субмарина,
Как будто бы дельфин!
Подводники в ней служат -
Они и там, и тут
Под водной гладью кружат,
Границу берегут!

ЛЁТЧИК

Он металлическую птицу
Поднимет в облака.
Теперь воздушная граница
Надежна и крепка!

Далее проводится подвижная игра «Летчики на аэродром»

По команде «Летчики на аэродром», дети выбегают и садятся на четвереньки. По команде «Завели моторы», выполняют движение «моторчик». По команде «Самолеты полетели», летают по кругу. По команде «Летчики на посадку», садятся на места.

ДЕСАНТНИК

Десантники в минуты
Спускаются с небес.
Распутав парашюты,
Прочешут темный лес,
Овраги, горы и луга.
Найдут опасного врага.

ПОГРАНИЧНИК

Охранять границу - важно!
Пограничника зовут.

С верным псом они отважно

Службу родине несут.

- Ребята, а если солдат в бою ранят, кто их лечит? (*Военный врач*).

ВОЕННЫЙ ВРАЧ

Солдат у вражеских высот

Был ранен утром рано.

Отважный военврач спасет,

Он перевязет раны!

Врач извлечет из ран солдата

Два небольших осколка

И скажет: "Унывать не надо!

Живи, братишка, долго!"

Рефлексия:

- С какими военными профессиями мы сегодня познакомились?

- Что охраняют военные?

Художественное творчество –лепка во второй младшей группе «Танк».

Цель: закрепить умение лепить танк из отдельных частей, правильно передавать форму и пропорции; упражнять в приемах *лепки - скатывания*, раскатывания и приплющивания. Развивать самостоятельность, фантазию. Воспитывать аккуратность при работе с пластилином.

Материалы и оборудование: иллюстрации с изображением *танка*, игрушечный *танк*, готовая работа (*танк*, пластилин зеленого, коричневого и цвета, доска, стека, салфетки)

Ход занятия:

Воспитатель:

Нынче к нам на наш урок

Поутру невесть откуда,

Глянь, прислали сундучок Чудо, цвета изумруда.

В малахитовых разводах

И окован серебром.

Вот узнать бы, что таится

В сундучке старинном том!

Воспитатель открывает сундучок.

В этом сундучке лежит игрушка, но чтобы узнать, какая вам нужно отгадать загадку:

Машина эта непростая,
Машина эта — боевая!
Как трактор, только с «хоботком» —
Всем «прикурить» даёт кругом. (Танк)

Воспитатель: молодцы, ребята, правильно отгадали загадку (показывает танк)
Акто же управляет **танком**?

Я на «тракторе» служу,
Только так, я вам скажу:
«Ведь прежде чем пахать мне пашню,
Я разверну сначала башню». (Танкист)

Воспитатель: конечно же, **танкист**, а теперь послушайте стихотворение о **танке**:

Что за слон такой стальной,
Хобот у него прямой,
Смело ходит по земле,
Не страшась, считай везде?
Гусеницы вместо ног
Мнут покрытия дорог.
Если вдруг стряслась беда,
Помогает он всегда.
С хобота летит снаряд.
Цель - весь вражеский отряд.
Этот боевой гигант
Люди называют - **танк**.
Танк - грозная машина
Хоть и ездит не на шинах
На нем укывшись за броней,
Танкист, с врагом вступает в бой!

Воспитатель: сегодня, ребята мы слепим **танк из пластилина**. Чтобы у нас получились настоящие **танки**, нам надо внимательно рассмотреть наш **танк**.

Дети рассматривают танк.

Воспитатель: А сейчас мы разомнем наши пальчики (выполнение пальчиковой гимнастики)

Ну-ка, братцы, за работу.
Покажи свою охоту.
Большаку дрова рубить,

Печи все тебе топить,
А тебе воду носить,
А тебе обед варить,
А тебе посуду мыть.
А потом всем песни петь,
Песни петь да плясать,
Наших деток забавлять.

Воспитатель: И так, сначала мы разомнем кусочек зеленого цвета, разделим его на два кусочка (большой и поменьше). Теперь сделаем из кусочка который побольше основу танка- прямоугольник, из кусочка поменьше кабину танка тоже прямоугольник, но поменьше. Наложим один прямоугольник, на другой. Затем возьмем кусочек коричневого пластилина и скатаем из него палочку, это будет дуло танка, прилепим его к кабине нашего танка. Теперь возьмем остатки коричневого пластилина, разделим его на две части и скатаем из него 2 тоненьких палочки, соединим их концы получим -овал, эти два овала прилепим с одной и другой стороны нашего танка- получим гусеницы. Вот наш танк и готов!

В завершение оформляется выставка работ.

Рефлексия:

Воспитатель: молодцы, ребята, вы справились с заданием.

- Вам понравилось лепить **танк**? Что вам было труднее слепить? Получилось ли у нас то, что задумали слепить?

Художественное творчество-аппликация: «Вечный огонь»

Цель:

Развивать интерес к прошлому страны, её истории.

Развивать у детей эмоционально-отрицательное отношение к войне.

Развивать память, мышление, воображение.

Воспитывать доброжелательное отношение к окружающим.

Воспитывать чувство любви к Родине, желание жить в мире.

Активизировать умение совершать добрые дела.

Предварительная работа: рассматривание иллюстраций, чтение стихотворений о Великой Отечественной войне, беседа «9 мая - День Победы».

Ход занятия:

Чтение воспитателем стихотворения:

Май встречает радостно

Наша вся страна.

По дорогам Родины

Вновь идет весна.

Здравствуй, здравствуй,

Теплый, ясный,

День Победы,

День прекрасный.

Воспитатель: ребята, каждый год 9 мая наша страна отмечает большой праздник - День Победы в Великой Отечественной войне. Эта война длилась целых четыре года и закончилась нашей победой. Мы победили! Война - это зло. На войне погибали люди. Мир - это добро, радость, свет!

Одним из символов победы является **Вечный огонь**. Давайте и мы с вами «зажжем» свой **вечный огонь** и повесим наши работы в раздевалке. Все кто увидит наш «Вечный огонь», поймут, что мы с вами помним подвиг русских солдат, и благодарны им за победу, за мирное небо над головой. Но перед тем, как приступить к работе, мы сделаем упражнение «Салют». Слушайте меня внимательно и повторяйте за мной.

4. Физкультминутка.

«Салют»

Вокруг все было тихо. *(Встать прямо, руки опустить)*

И вдруг - салют! Салют! *(Поднять руки вверх)*

Ракеты в небе вспыхнули и там, и тут! *(Раскрыть пальчики веером, помахать руками над головой влево-вправо)*

Над площадью, над крышами,

Над праздничной Москвой,

Взвивается все выше

Огней фонтан живой

(Присесть, встать, руки с раскрытыми пальчиками поднять вверх 2—3 раза)

На улицу, на улицу

Все радостно бегут, *(легкий бег на месте)*.

Кричат: «Ура!», Любуются на праздничный салют *(Поднять руки вверх, крикнуть «Ура!»)*

Изготовление аппликации:

А сейчас, я раздам вам по листу картон, на котором мы будем с Вами собирать наш Вечный огонь. Возьмём основу вечного огня - она похожа на звезду, только с четырьмя концами, приклеим её в центре нашего листа. Теперь возьмем лепестки пламени (желтого) цвета, приклеим их к нашей основной ВО, теперь возьмем лепестки красного цвета и наложим их на лепестки желтого цвета.

Молодцы ребята! Вот какой **огонь у нас получился**. Существует традиция: каждый год 9 мая люди в память о героях войны возносят цветы к **Вечному огню**.

Вот и мы с вами почтили память всех солдат, воевавших за нашу страну. А теперь давайте повесим наши работы на наш стенд!

Рефлексия:

- Ребята, какую работу мы с вами сегодня делали?
- Что означает Вечный огонь?

Художественное творчество-рисование «Вот какой у нас салют!»

Задачи: Вызвать интерес к рисованию салюта в сотворчестве с педагогом. Создать условия для экспериментирования с разными материалами. Освоение способа «принт» (печать) и рисование с помощью штампа. Учить рисовать нетрадиционными способами - ставить отпечатки сделанной из пластиковой бутылки или от втулки ТБ; ориентироваться на листе бумаги. Воспитывать интерес к наблюдению красивых явлений в окружающем мире и отображению впечатлений в ИЗО деятельности доступными изобразительно-выразительными средствами.

Предварительная работа:

Рассматривание изображений салюта. Игры с разноцветными мячами. Освоение способа «принт» (печать).

Материалы: основа для композиции - листы бумаги формата А4 голубого цвета, краски гуашевые, материалы для экспериментирования с отпечатками - заготовки из втулок ТБ в виде цветка.

Воспитатель читает детям стихотворение О. Выготской «Салют»:

Вокруг все было тихо,
И вдруг - салют! Салют!
Ракеты в небе вспыхнули
И там, и тут!
Над площадью,
Над крышами,
Над праздничной Москвой,
Взвивается все выше
Огней фонтан живой!
На улицу, на улицу,
Все радостно бегут,
Кричат: «Ура!»
Любуются,
На праздничный салют!

Воспитатель раздает листы бумаги голубого цвета.

Воспитатель: «Это небо! А где салют?» Берите поочередно штампы (заготовка из втулки от бумаги) и обмакивайте её в краску. Ставим отпечатки, приговаривая: «окунаю в красную краску и шлеп (ставит отпечаток) - получился огонек! Окунаю в зелёную краску (синюю, желтую) шлеп (ставит отпечаток) - вот какой огонек!

В конце можно прочитать отрывок:

В небе праздничный салют,

Фейерверки там и тут.

Поздравляет вся страна

Славных ветеранов.

А цветущая весна,

Дарит им тюльпаны,

Дарит белую сирень.

Что за славный майский день?

Рефлексия: Ребята, что мы сегодня рисовали? Что Вам больше всего понравилось?

Чтение стихотворений на тему «День Победы»

Пусть будет мир,

Пусть небо будет голубым,

Пусть в небе не клубится дым,

Пусть пушки грозные молчат,

И пулеметы не строчат,

Чтоб жили люди, города.

Мир нужен на земле всегда

День Победы

Майский праздник —

День Победы —

Отмечает вся страна.

Надевают наши деды

Боевые ордена.

Их с утра зовет дорога

На торжественный парад,

И задумчиво с порога

Вслед им бабушки глядят.

Т. Белозеров

Подвижная игра «Найди свой цвет».

Цели игры: развитие координации зрительного, слухового и моторного анализаторов, тренировка подвижности нервных процессов, умения ориентироваться в пространстве и различать цвета, поднятие настроения.

Что надо для игры: флажки разных цветов, жетоны таких же цветов, стулья по числу детей. **Ход игры.** Прикрепить флажки к стульям (или положить на стулья), которые расставлены в разных местах комнаты. Каждому игроку вручить по жетону такого же цвета, как флажки. После слов «Идите гулять» дети расходятся по всей комнате. Но как только прозвучат слова «Найди свой цвет», они должны собраться возле стула с флажком такого же цвета, который соответствует цвету их жетонов, и каждый должен назвать этот цвет.

Игра с платочками «Найди себе пару»(с сопровождением музыки)

Цели игры: развитие координации движений, чувства ритма, формирование правильной осанки и тренировка вестибулярного аппарата, тренировка подвижности нервных процессов, умения различать цвета, поднятие настроения.

Что надо для игры: платочки разных цветов по числу детей.

Ход игры:

Каждому игроку вручить по платочку разного цвета. Когда звучит музыка, дети свободно танцуют, выполняя разные движения. После слов «Найдите себе пару» дети расходятся по всей группе и подходят к тому ребенку, с которым у них совпадает цвет платочка. Каждый должен назвать этот цвет.

Пальчиковая гимнастика "Этот пальчик"

Этот пальчик - дедушка,

Этот пальчик - бабушка,

Этот пальчик - папочка,

Этот пальчик - мамочка,

Этот пальчик - я,

Вот и вся моя семья.

Детям предлагается согнуть пальцы левой руки в кулачок, затем, слушая потешку, по очереди разгибать их, начиная с большого пальца.

Дыхательная гимнастика «Флажок»

Цели: укрепление круговой мышцы рта; тренировка навыка правильного дыхания; формирование углубленного ритмичного выдоха.

Оборудование: красный флажок.

Посмотри-ка, мой дружок,

Вот какой у нас флажок!

Наш флажок прекрасный,

Ярко-ярко красный.

Воспитатель показывает правильное выполнение упражнения: носом вдохнули, губы трубочкой сложили и долго дуем. Повторить 4-6 раз.