



KONSEKWENCJE ODDYCHANIA USTAMI



Przykłady wicze oddechowych:

– głą boki wdech i wydech,

- dmuchanie na wiatraczek,
- zdmuchiwanie płomienia wiecy z coraz wi kszej odległo ci,
- dmuchanie przez rurk zanurzon w wodzie, „bulgotanie”,
- puszczenie baniek mydlanych,
- dmuchanie na lekkie przedmioty: watki, kawałki styropianu, piłeczki,
- dmuchanie na gor c zup ,
- dmuchanie w gwizdek,
- dmuchanie przez rurk na płatki bibuły,
- dmuchanie na waciki i piórka zawieszony na nitkach,
- dmuchanie przez rurk na lekkie przedmioty pływaj ce po wodzie,
- zdmuchiwanie chrupiek z gładkiej i szorstkiej powierzchni,
- podrzucanie piórek lub watek i dmuchanie na nie,
- wymawianie na wydechu samogłosek,
- liczenie na jednym wydechu.



Ćwiczenie oddechowe

Kotek bawi się kłębkami wstęgi.

Wciągając powietrze przez stomkę przemieszczaj kłębuszki na wyznaczone pola.



