

# ZABAWA ODDECHOWA

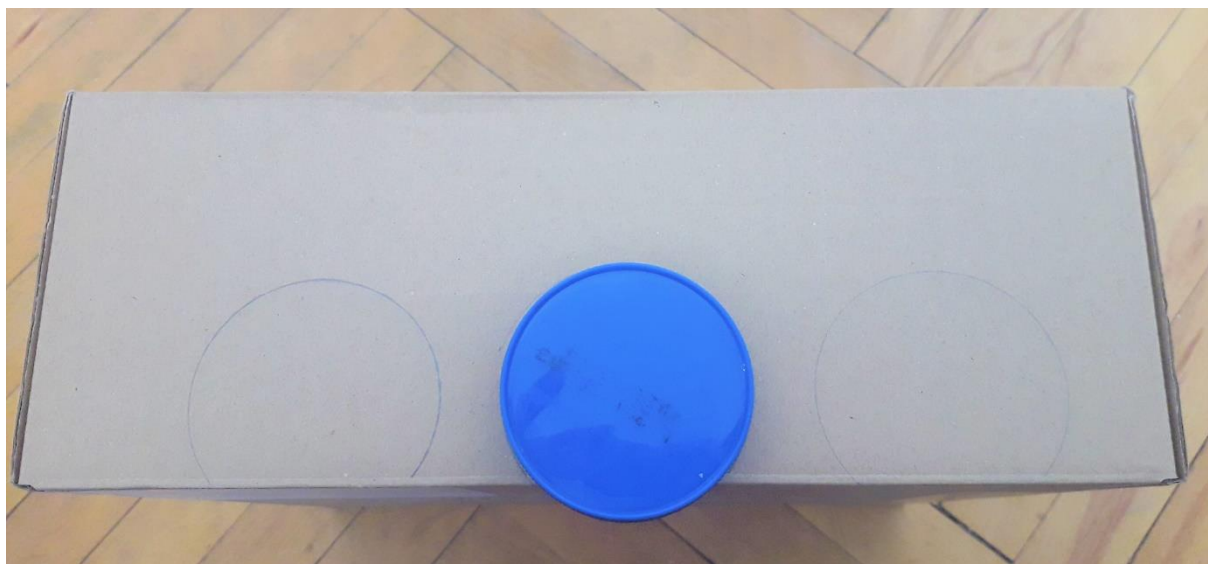
W tej zabawie bardzo ważny jest Twój oddech! Pamiętaj, żeby powietrze pobierać nosem, a wypuszczać buzią

–za chwilę przekonasz się jaka to ważna umiejętność 😊

1. Przygotuj kartonowe pudełko. Może być małe, średnie lub duże – wszystkie świetnie sprawdzą się do stworzenia tej gry.



2. Na jednej ze ścian pudełka narysuj miejsca na otwory: możesz odrysować je używając nakrętki słoika, tak jak ja.



3. Kolejny krok, to wycięcie otworów –poproś rodziców lub rodzeństwo o pomoc. Wycinanie w kartonie to trudna sztuka 😊



4. Teraz pomyśl dla kogo przygotowujesz te otwory? Moje są dla Myszki 😊  
Postanowiłam ozdobić każde wejście innym kolorem. A Ty, jakie masz pomysły?



5. Ostatni krok to przygotowanie kulki, na przykład z kawałka papieru – możesz go zgnieść i Twoja papierowa kulka gotowa. Czas na ćwiczenie: weź wdech nosem i wykonaj wydech ustami. Kieruj wydychane powietrze na kulkę. Spróbuj trafić do otworu.



Możesz podjąć wyzwanie i próbować trafić kulką do wybranego otworu, na przykład: *Spróbuj trafić do środkowego otworu* albo *Spróbuj trafić do otworu po prawej stronie* albo *Spróbuj trafić do niebieskiego otworu*. Pomysłów do zabawy jest bardzo wiele 😊

Mam nadzieję, że spróbujesz wykonać grę w swoim domu.

**Baw się dobrze! 😊**