

ĆWICZENIA ODDECHOWE:

- uciszanie zabawek: ciiii....,
- chuchanie na zmarznięte ręce: chuuu..., chuuu....,
- naśladowanie uciekającego powietrza z balonika: sss....,
- studzenie herbaty: fff....
- naśladowanie wiatru: szszsz....,
- naśladowanie odgłosów zwierząt z przeciąganiem samogłosek: muu..., mee... itd.,
- zabawa w spacer po łące: wążchanie kwiatów, zdmuchiwanie płatków kwiatów/dmuchawca,
- próby gwizdania,
- puszczanie baniek mydlanych,
- nadmuchiwanie baloników (starsze dzieci),
- granie na instrumentach typu: flet, trąbka, harmonijka,
- dmuchanie na wiatraczki,
- zabawy z płomieniem świecy (pod kontrolą dorosłego!): lekkie dmuchanie, by płomień tańczył (nie zgasł), zdmuchiwanie płomienia z odległości, zdmuchiwanie kilku płomieni,
- dmuchanie na piłeczkę ping-pongową (piłeczkę kładziemy na stoliku, zabawa w „strzelanie gola” bez użycia rąk - bramki można ułożyć z klocków lub książek),
- zdmuchiwanie piórek, papierków, wacików, chrupek, pianek itp.
- rozdmuchiwanie ryżu, kaszy itp.
- zabawy ze słomką i wodą: robienie dołka w wodzie (dmuchanie przez słomkę bez dotykania powierzchni płynu), robienie bąbelków w wodzie (słomka zanurzona w płynie),
- dmuchanie na zabawki, które unoszą się po wodzie w czasie kąpieli (mogą to być zwykłe nakrętki),
- przenoszenie lekkich elementów np. wacików, papierków przy użyciu słomki,
- naśladowanie śmiechu: ho-ho, ha-ha, hi-hi, he-he,
- **! zabawy z samogłoskami:** wydłużanie samogłosek na wydechu (aaa...., eee... uuu... itd.), stopniowo łączenie elementów: aaaeee, aaaeeuuu itd.
- powtarzanie/mówienie szeptem,
- liczenie na wydechu (najpierw wdech, a następnie długi wydech, podczas którego odbywa się mówienie: 1,2,3,4...).
- śpiewanie piosenek.