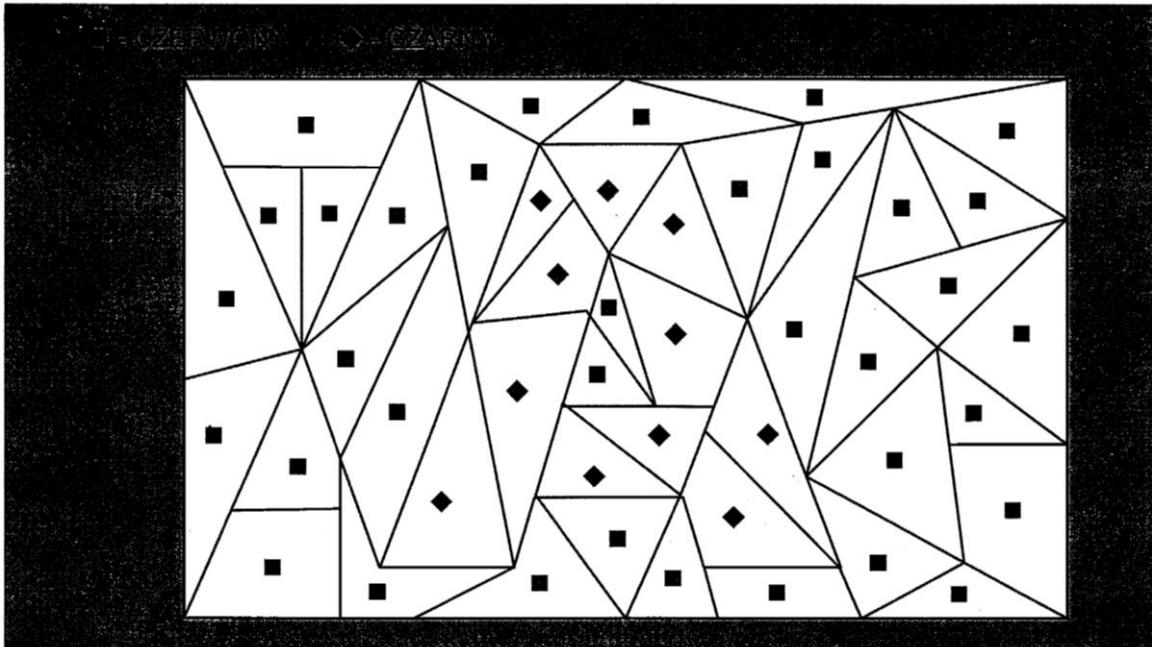
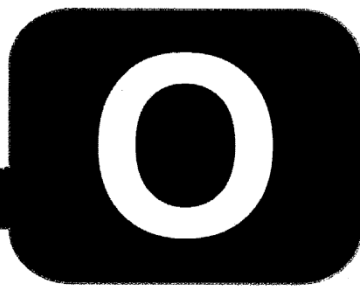


A A A A A A

A A A A

A

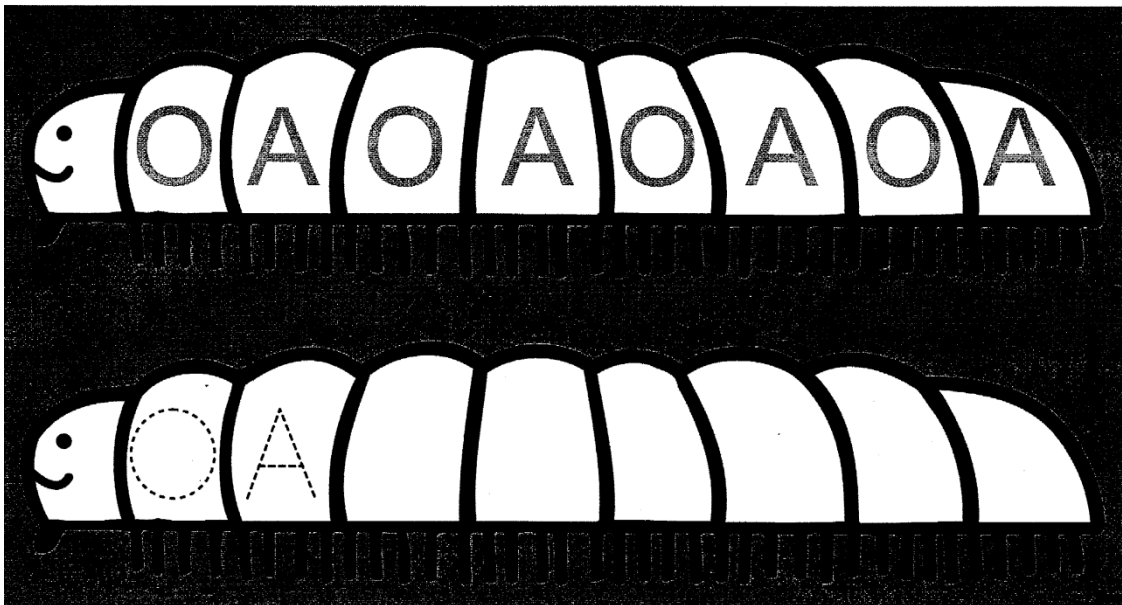


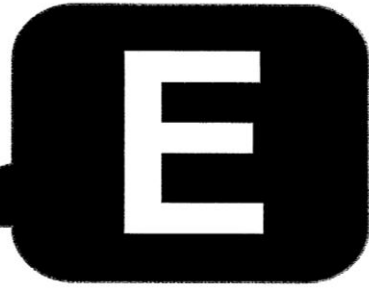


O O O O O O

O O O

O A O

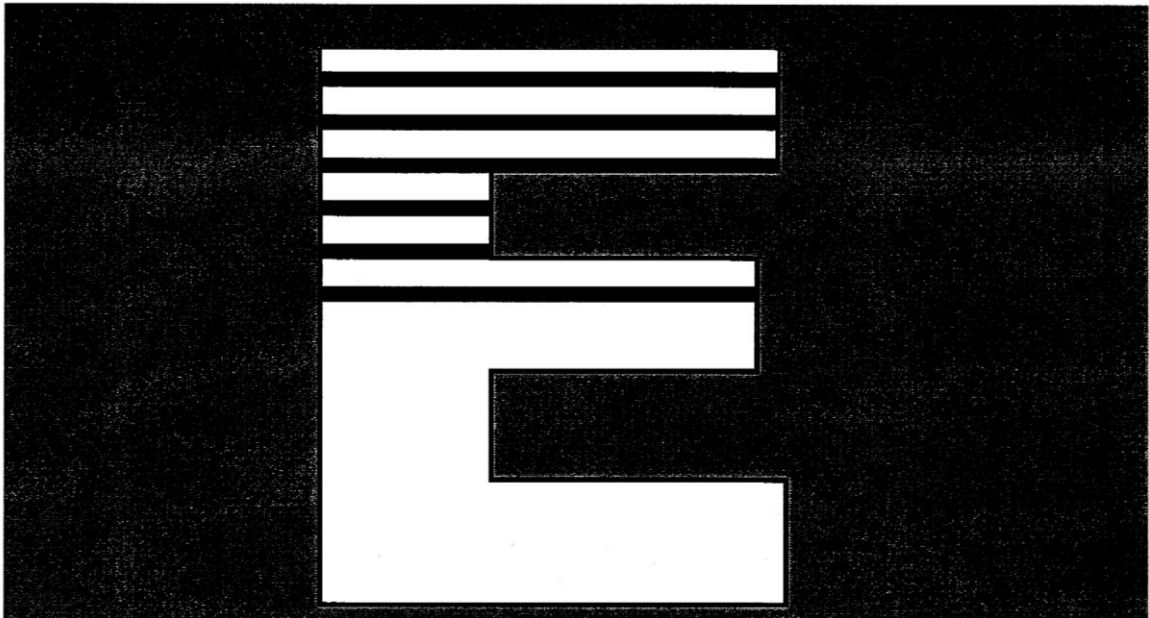




E E E E E E E

E E E E

E O



Zabawy oddechowe.

Na rozwój mowy bardzo duży wpływ ma właściwe oddychanie.

Proponowane zabawy oddechowe uczą prawidłowego toru oddechowego, kształtują nawyk oddychania przez nos. Ukierunkowane są na pogłębienie oddechu, wydłużenie fazy wydechowej, utrwalenie oddychania brzuszego i ćwiczenie przepony. Wpływają także na poprawę siły głosu. Wykonując ćwiczenia należy pamiętać, aby wdychać powietrze przez nos i wydychać ustami. Każde ćwiczenie należy powtarzać kilkakrotnie.

Gorąca zupa- złóż dłonie razem, tworząc kształt miseczki, następnie dmuchaj na „gorącą zupę” ciągłym strumieniem powietrza.



Zmarznięte ręce- wykonaj wdech nosem i na jednym oddechu chuchnij trzy razy na dłonie.



Balonik- wykonaj długi wdech nosem, tak aby wypełnić powietrzem policzki, następnie delikatnie wypuszczaj powietrze przez usta złożone w dzióbek. Ćwiczenie to polega na regulowaniu mocy wdechu- robienie „baloników” małych ,średnich i dużych.



Piesek- naśladowaj wężenie psa. Ćwiczenie to utrwala oddychanie brzuszne i wzmacnia przeponę.



Śmiechy i śmieszki- wykonaj wdech nosem a następnie na jednym wydechu staraj się naśladować śmiech staruszki (he,he,he), dziewczynki (hi,hi,hi), chłopca (ha,ha,ha), mężczyzny (ho, ho, ho). Za każdym razem naśladuj śmiech innej osoby.



Tańczący płomień- wykonaj wdech a następnie delikatnie dmuchaj na płomień świecy, tak aby się odchyłał, ale nie zgasł. Do wykonania tego ćwiczenia możesz wykorzystać np. piórka, piłeczki pingpongowe lub małe lekkie samochodziki, wprawiając je w ruch wydychanym powietrzem.



Kóleczka- wytnij z papieru kolorowe kóleczka, rozłóż je na stole, następnie wciągaj powietrze przez słomkę i zbliż ją do kóleczka. Posegreguj kóleczka kolorami, przenosząc je słomką (zasysając powietrze przez słomkę).



Wiatraczek- wykonaj wdych i przybliż do ust wiatraczek, następnie mocno dmuchnij, wprawiając go w ruch, tak aby kręcił się jak najdłużej.



Bańki- przygotuj słomkę i kubeczek z wodą mydlaną. Wykonaj wdech i dmuchnij delikatnie przez słomkę, aby powstała bańka na jej końcu. Powtórz ćwiczenie i reguluj wydechem wielkość baniek.



W górę i w dół- połóż się na plecach z maskotką na brzuchu. Wykonaj głęboki wdech nosem i spokojny wydech ustami, tak aby zabawka uniosła się w górę podczas wdechu i w dół podczas wydechu.

