

## Ćwiczenie oddechowe – Chmurki

**Pomoce:** „chmurki” wycięte z papieru lub zrobione z waty.

Z kartki papieru wycinany „chmurki”. Następnie kładziemy je na stole, kartce lub na dłoni (najlepiej na wysokości buzi dziecka).

Prosimy dziecko, aby nabrało powietrze nosem, a następnie delikatnie dmuchało na „chmurki”, tak aby się poruszyły.



## Ćwiczymy rączkę - Sypanki

**Pomoce:** papier, klej, kasza (różne rodzaje), ryż, płatki.

Na zaznaczone, odrysowane na papierze pola pokryte klejem dziecko (lub razem z dzieckiem) sypie ruchem „solenia” trzema paluszkami, np. kaszę. Po wyschnięciu i strzepnięciu nadmiaru materiału powstaje obrazek.



## Zabawy ruchowe

Ciekawe propozycje znajdują się tutaj:

[https://www.youtube.com/watch?v=ZyvewNwtu\\_c](https://www.youtube.com/watch?v=ZyvewNwtu_c)

Życzymy miłych wrażeń!

Opracowanie: *Izabela Liguzińska-Wołowiec i Bogumiła Wilk*