

Podczas ostatnich zajęć skupialiśmy się na oddechu:

- wydmuchiwaliliśmy powietrze przez słomki,
- puszczaaliśmy bańki mydlane,
- a także rozwijaliśmy motorykę małą.

Jaki jest cel i rola ćwiczeń oddechowych?

Ćwiczenia oddechowe mają na celu pogłębienie oddechu oraz zwiększenie pojemności płuc, natomiast stosowane w terapii logopedycznej u małych dzieci pomagają zapobiegać wszelkiego rodzaju wadom wymowy i niewłaściwemu ukształtowaniu aparatu artykulacyjnego.

Przykładowe ćwiczenia oddechowe:

Rodzice powinni ćwiczyć ze swoimi pociechami 2-3 razy dziennie, w ten sposób utrwala się właściwy tor oddechowy i pogłębia wdech. Oto przykłady zabaw:

- dmuchanie na wiatraczek, piórka, skrawki papieru lub watkę,
- wydmuchiwanie powietrza przez rurkę do szklanki z wodą,
- poruszanie wydmuchiwanym powietrzem piłeczek, samochodzików po stole,
- dmuchanie w gwizdek.