

Име: _____

Издухай снежинките

/дихателни игри/



Вариант 1 :)

Необходими материали: салфетка и сламка.

Инструкции:

Накъсайте салфетката на малки парченца, за да направите снежинки.

Сложете ги в шепата си. Пребройте до 3.

Поемете дълбоко въздух и издухайте снежинките.



Или поставете получените снежинки на гладка повърхност.

Подгответе си сламка. Пребройте до 3.

Поемете дълбоко въздух и духнете силно през сламката, за да издухате всички снежинки.



/упражненията могат бъдат направени и със състезателен характер - кой ще издуха повече снежинки и на какво разстояние/



РЕГИОНАЛЕН ЦЕНТЪР - СОФИЯ - ГРАД

Име: _____

Издухай снежинките

/дихателни игри/



Вариант 2 :)

Необходими материали: бял лист, водни бои и сламка.

Инструкции:

Накапете листа с оцветени в синьо водни капчици.

Вземете сламката. Поемете дълбоко въздух. Издухайте капчиците, една по една, за да се разляят.

Вашите снежинки са готови.

/допълнителна задача за сръчни ръчички:
апликирайте снежен човек в средата на листа
(с тампони за почистване на грим или памук)
преди да издухате снежинките/

*За по-малки деца, може да използвате шаблона на снежен човек /на следващия работен лист/.



РЕГИОНАЛЕН ЦЕНТЪР - СОФИЯ - ГРАД

Име: _____

Издухай снежинките

/дишателни игри/



РЕГИОНАЛЕН ЦЕНТЪР - СОФИЯ - ГРАД