

Zabawy oddechowe – opracowała Aleksandra Kopczak

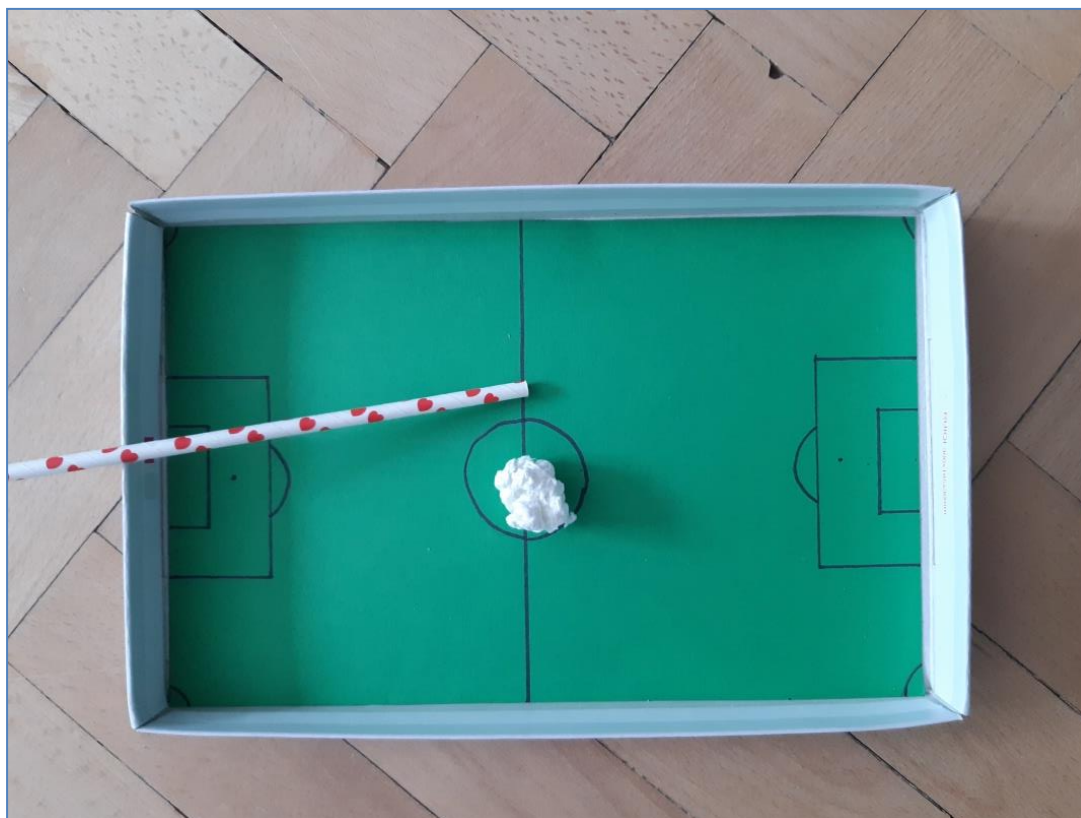
1. Zabawa nr 1

Potrzebne przedmioty: pudełko po butach, klej, nożyczki, zielona kartka papieru, piłka do ping – ponga (lub chusteczka higieniczna), słomka.



Wykonanie:

Narysuj na kartce boisko do gry w piłkę nożną. Przyklej kartkę do pudełka. Weź piłkę do ping ponga (lub zrób piłeczkę z chusteczki higienicznej).



Zabawa :

- I. Ustaw piłkę na boisku, weź słomkę, dmuchaj na piłkę przez słomkę i próbuj trafić piłką w bramkę.
- II. Weź 2 słomki – jedna dla Ciebie, druga dla rodzica. Ustawcie się po dwóch stronach boiska. Zagrajcie mecz i dmuchajcie piłką do siebie.

<https://youtu.be/sEsGVnJupvI>

2. Zabawa nr 2

Potrzebne przedmioty – plastikowa butelka, słomka, piórko lub mała piłeczka, śrubokręt (lub kombinerki gwoźdź)



Wykonanie :

Utnij butelkę (tak żeby został lejek), nad ogniem rozgrzej gwoźdź (trzymaj go w kombinerkach) lub śrubokręt. Zrób śrubokrętem lub gwoździem dziurę w zakrętce. W dziurę włóż słomkę, a w butelkę piórko lub małą piłeczkę.

Zabawa:

Dmuchaaj w słomkę tak , żeby piórko lub piłeczka poruszała się jak najdłużej.

https://youtu.be/IH_C8nlUa0M

<https://youtu.be/7ZCVuTj5eXA>

3. Zabawa nr 3

Potrzebne przedmioty: zielona kartka papieru, 2 nakrętki z butelki, taśma dwustronna, czarny mazak, nożyczki



Wykonanie :

Narysuj a kartce 2 żabki i wycinaj je. Przyklej na nakrętkach taśmę dwustronną. Do taśmy przyklej żaby.



Zabawa:

Ustaw żabki na stole. . Zaproś do zabawy rodziców. Zrobimy wyścig żabek. Dmuchaaj na jedną żabkę, rodzic dmucha na drugą żabę. Wygrywa osoba, której żaba pierwsza będzie na mecie. Pamiętaj, żeby wciągnąć powietrze nosem (z zamkniętymi ustami) i wypuszczać ustami.

<https://youtu.be/h83vMDfzffs>

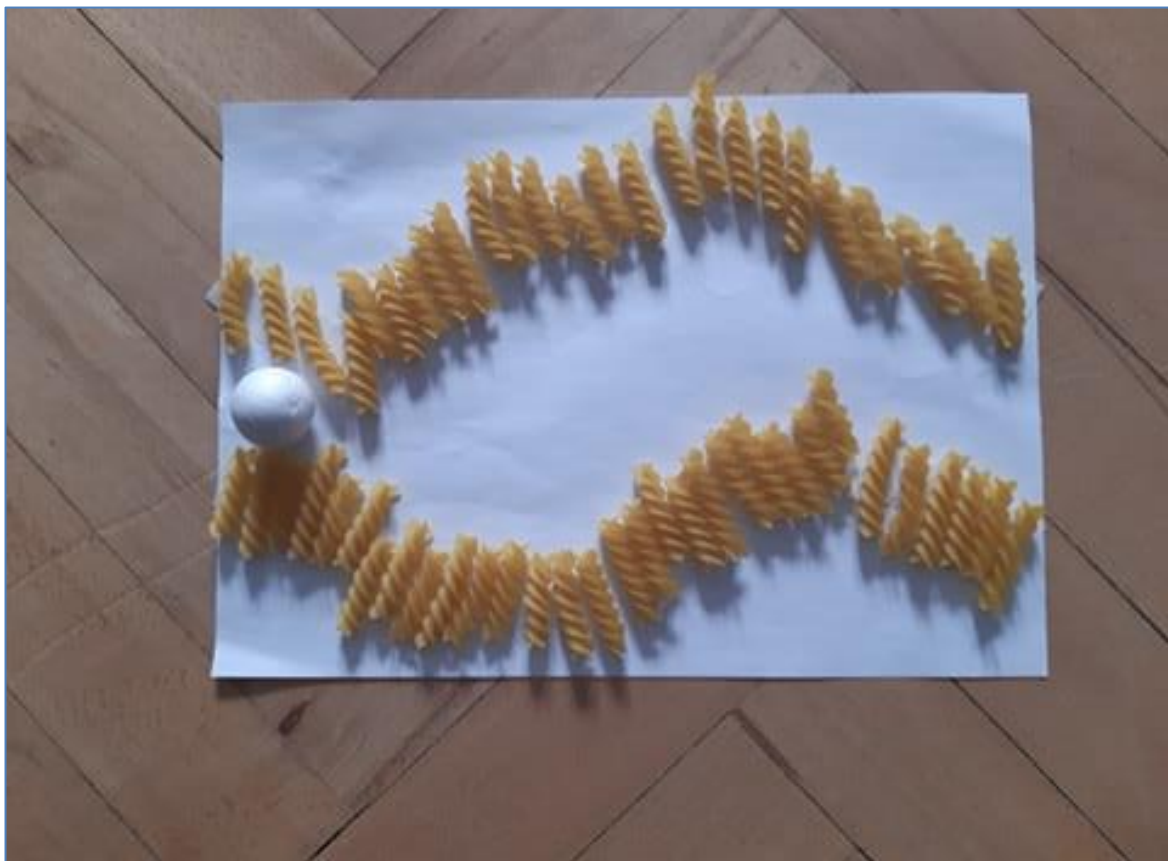
4. Zabawa nr 4

Potrzebne przedmioty: plastelina lub makaron, mała piłeczka, kartka papieru, dwustronna lub klej.



Wykonanie:

Weź kartę papieru. Z plasteliny lub makaronu zrób tor na kartce papieru. Przygotuj małą piłeczkę.



Zabawa:

Ustaw piłkę na początku toru. Dmuchaaj na piłkę (pamiętaj, żeby nabierać powietrze nosem, z zamkniętymi ustami i wypuszczać powietrze ustami) i zaprowadź ją do końca toru.

<https://youtu.be/QWByIHg9A5c>

5. Zabawa nr 5

Potrzebne przedmioty: słomka, czerwony i czarny papier, nożyczki, klej, mazak.



Wykonanie:

Zrób z papieru biedronkę. Z czarnego papieru wycinaj kilka czarnych kółek.



Zabawa :

Weź słomkę i za pomocą słomki przenieś czarne kółka na biedronkę.

<https://youtu.be/o5-fBGZ5HKc>

6. Zabawa nr 6

Potrzebne przedmioty: słomka, woreczek śniadaniowy, mała gumka, nożyczki, kartka papieru.



Wykonanie:

Rozdzieramy papier na małe kawałeczki i wsypujemy do woreczka. Do worka wkładamy słomkę, zawiązujemy gumeczką. W worku robimy małe dziurki (obok zawiązanego miejsca).

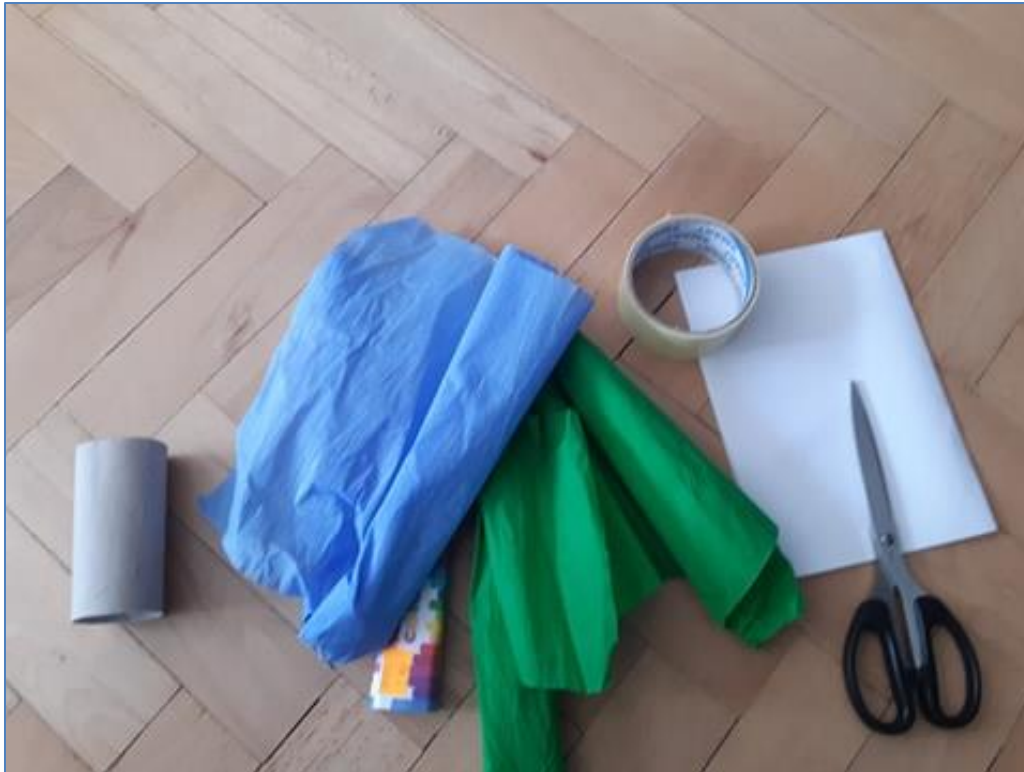
Zabawa:

Robimy "burzę". Dmuchamy jak przez słomkę tak, żeby poruszały się wszystkie kawałki papieru.

<https://youtu.be/jv0jNkXqD8M>

7. Zabawa nr 7

Potrzebne przedmioty: rolka po papierze toaletowym, bibuła zielona i w innym kolorze (najlepiej czerwonym/żółtym), biała kartka, klej, nożyczki, mazak.



Wykonanie:

Rolkę po papierze obklejamy zieloną bibułą. Z białej kartki wycinamy oczy i przyklejamy do rolki. Z kolorowej bibuły wycinamy paski i przyklejamy je w środku rolki. Wkładamy paski z bibuły do środka.



Zabawa:

Dziecko dmucha na „smoka” i wydmuchuje paski bibuły.

<https://youtu.be/71nED5w3FT0>