

1. **„Nazywam się”** – dzielimy na sylaby swoje imiona i pory roku, wykonujemy to cicho, głośno, wolno, szybko.

2. **„Dmuchamy jak wiatr”** – ćwiczenia oddechowe przy muzyce. Do zabawy potrzebujemy wstążeczkę lub nitkę na której zawieszamy coś lekkiego (piórko lub np. kółeczko wycięte z cienkiego papieru)

Chodzimy po pokoju w rytmie ulubionej piosenki i dmuchamy w element, który znajduje się na zawieszce.

3. **„Głęboki wdech”** – do zadania potrzebujemy słomkę, małą miseczkę oraz wycięte kółka z papieru o średnicy ok. 1 cm – 10 sztuk.

Rozkładamy kółka na stole, wkładamy słomkę pomiędzy wargi (nie przygryzamy zębami), nachylamy się nad jednym kółkiem i próbujemy za pomocą wdechu i krótkiego zatrzymania wdechu przełożyć kółka do miseczki.