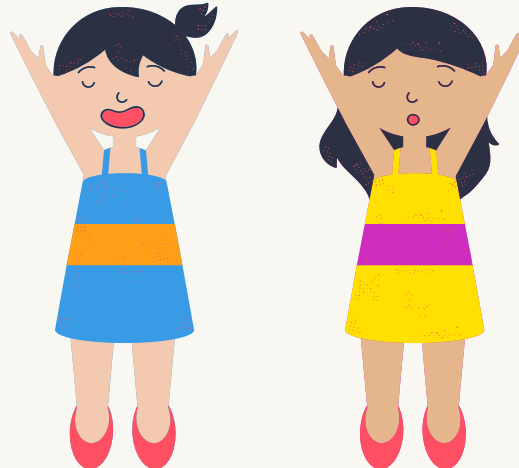


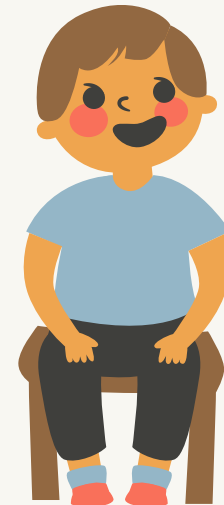
Taisyklingas kvėpavimas kalbėjimo metu



**Palaiko normalų
garsų tarimą bei
palaiko kalbos
garsą.**



**Išsaugo tolygią
kalbėseną ir
intonaciją.**



**Būtinai vaikams
dažnai sergantiems
peršalimo ligomis,**

Pratimai padedantys lavinti taisyklingą kvėpavimą

„Pūtimas per šiaudelį“

**Tikslas: išmokyti nukreipti
oro srovę per liežuvio
vidurį.**

**Siekiamybė: pūsti per
šiaudelį taip, kad vanduo
stiklinėje burbuliuotų.**

**Galime šiek tiek įpilti
muilo burbulų.**

**Eiga: burna atvira. Lūpos
šypsenos padėtyje. Platus
liežuvio galiukas remiasi į
apatinių kandžių pagrindą.
Liežuvio viduryje dedamas
šiaudelis, kurio galas
nuleidžiamas į stiklinę su
vandeniu.**

Atkreipti:

**Stebėti, kad nesipūstų
žandai, lūpos nejudėtų.**



Pratimai padedantys lavinti taisyklingą kvėpavimą

Užpūsk žvakę

Tikslas: mokosi išvystyti ilgą, tolygų iškvėpimą ir stiprina lūpų raumenis.

Siekiamybė: lėtai iškvėpti į žvakės liepsną taip, kad liepsna sumažėtų, bet neužgestų. Pagal susitarimą „stiprus vėjas“ užpučia žvakę staigiu, bet ilgu iškvėpimu.

Eiga: reikės atlikti gilų, garsų ir trumpą įkvėpimą nosimi bei staigų ir ilgą iškvėpimą iš burnos.



Šį pratimą atliekame laikantis visų reikalingų saugumo priemonių.

Pratimai padedantys lavinti taisyklingą kvėpavimą

„Laiveliai“

**Tikslas: išvystyti gilesnį
įkvėpimą ir ilgesnį
iškvėpimą.**



**Siekiamybė: išmokti pūsti
tolygiai ir ilgai.**

**Priemonės: popierinis
laivelis, dubenėlis su
vandeniu.**

**Eiga: paleisti popierinį
laivelį į dubenėlį su
vandeniu. Tuomet pūsti
tolygiai ir ilgai, kad laivelis
plauktų.**



Taisyklingas pūtimo pratimų atlikimas

- 1. Vaikas giliai įkvepia per nosį ir iškvepia per burną.**
- 2. Sekite vaiko judesius ir stenkitės, kad įkvėpdamas vaikas nekeltų pečių.**
- 3. Stebėkite, kad iškvėpdamas orą neišpūstų skruostų.**
- 4. Pučiamas objektas turi būti burnos aukštyje, o kūnas išliktų tiesus.**



**Daugiau informacijos
galite rasti šiuose
puslapiuose:**

- 1. <https://bit.ly/3hT9GuM>**
- 2. <https://www.facebook.com/lavinuvaika.lt/>**
- 3. <https://bit.ly/3vR7Y50>**

