

**JAK
WSPIERAĆ
DZIECKO
W
NAUCE
DMUCHANIA
NOSA ?**



NA POCZĄTEK KILKA WSKAZÓWEK KTÓRE UŁATWIĄ NAM ZADANIE :

**1. NAUKĘ DMUCHANIA NOSA ZAWSZE
ROZPOCZYNAMY, GDY DZIECKO JEST ZDROWE.**

DLACZEGO?

**ODPOWIEDŹ JEST PROSTA, CHORY MALUSZEK
ZWYCZAJNIE MOŻE NIE CHCIEĆ WSPÓŁPRACOWAĆ.
INFEKCJA ZWYKLE OSŁABIA DZIECI. PRZY CHORYM
DZIECKU URUCHAMIAMY TRYB „PRZETRWANIE”,
A STOSOWANIE DODATKOWYCH WYMAGAŃ W
OKRESIE CHOROBY MOŻE ZNIECHĘCIĆ DZIECKO.**

**2. NAUKĘ ROZKŁADAMY W CZASIE, WEDŁUG
MOŻLIWOŚCI DZIECKA.**

CO TO OZNACZA?

**JAKO RODZICE ZNACIE SWOJE DZIECI NAJLEPIEJ.
DLA JEDNEGO DZIECKA ĆWICZENIA
OMÓWIONE W DALSZEJ CZĘŚCI MOGĄ TRWAĆ
KILKA DNI, DLA INNEGO CAŁY PROCES
MOŻE TRWAĆ MIESIĄC LUB DŁUŻEJ.
WAŻNE JEST ABY SIĘ NIE PODDAWAĆ I BYĆ
KONSEKWENTNYM. KIEDY ROZPOCZNIEMY TRENING,
DĄŻYMY DO REALIZACJI,
JEDYNIĘ DOSTOSOWUJEMY TEMPO.**

**3. SPOKÓJ, DOBRE NASTAWIENIE I
HUMOR TO NASI SPRZYMIERZEŃCY.**

**NAUKA WYDMUCHIWANIA NOSA
TO ZWYKLE
DŁUGI PROCES, WARTO UZBROIĆ SIĘ W
CIERPLIWOŚĆ.
DO TEGO JEDNAK
JAKO RODZICE JESTEŚMY PRZECIEŻ
PRYZWYCZAJENI.**



START

**TRENING ROZPOCZYNAMY OD
ĆWICZEŃ DMUCHANIA BUZIĄ.**

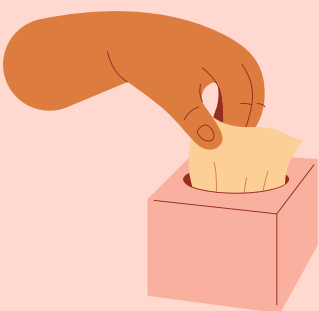
**TA CZĘŚĆ DZIECI NAPRAWDĘ
UWIELBIAJĄ, PONIEWAŻ PRZY
ODROBINIE HUMORU STAJE SIĘ SUPER
ZABAWĄ.**

ĆWICZENIA DMUCHANIA BUZIĄ:

- **DMUCHANIE NA UŁOŻONE NA
STOLIKU KULKI Z BIBUŁKI, MOŻNA
DMUCHAĆ DO OKREŚLONEGO CELU,
LUB JAK NAJDALEJ ABY KULECZKI
SPADŁY Z BLATU.**
- **DMUCHANIE NA PASKI Z BIBUŁKI
ZAWIESZONE NA SZNURECZKU LUB
TRZYMANE W RĘKU.**
- **ZABAWY W URODZINY, DMUCHANIE
ŚWIECZEK ORAZ URODZINOWYCH
TRĄBEK.**
- **DMUCHANIE BANIEK.**

**DRUGI ETAP TO POKAZANIE DZIECKU, IŻ
NIE TYLKO USTA, ALE RÓWNIEŻ NOS MOŻE
WYDMUCHIWAĆ POWIETRZE.**

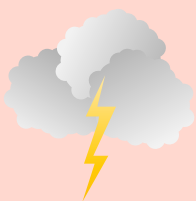
- **NAJPIERW ZA POMOCĄ MAŁEGO PIÓRKA
ĆWICZYMY PODMUCHY NOSEM.
PIÓRKO LEŻĄCE NA STOLE BĘDZIE
PORUSZAĆ SIĘ Z KAŻDYM, NAWET
NAJDELIKATNIEJSZYM PODMUCHEM Z
NOSKA.**
- **TO SAMO ĆWICZENIE WYKONUJEMY Z
KAŻDĄ Z DZIUREK Z OSOBNA.**



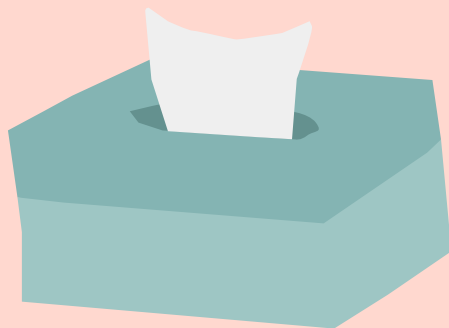
- **ĆWICZENIE CHUSTECZKA NA NOSKU,
NA NOSIE TRZYMAMY CHUSTECZKĘ
HIGIENICZNĄ ZA JEDEN Z ROGÓW
PRZYŁOŻONY DO CZUBKA NOSKA,
ZA KAŻDYM RAZEM GDY DZIECKO PORUSZY
CHUSTECZKĘ TEATRALNIE ODLICZAMY:1,2,3...
OCZYWIŚCIE LICZYMY KAŻDY PODMUCH,
NAGRADZAMY STARANIA I PODNOSIMY
POPZRZECZKĘ.**

- **DMUCHANIE NOSA W CHUSTECZKĘ PRZYŁOŻONĄ DO NOSKA ORAZ WYMYŚLANIE NAZW NA WYDAWANE DŹWIĘKI.**

TO ĆWICZENIE RODZIC KONIECZNIE WYKONUJE Z DZIECKIEM. MOŻNA POMAGAĆ W WYMYŚLANIU ZABAWNYCH NAZW, :GRZMOTY, IDZIE BURZA, BURCZENIE W BRZUCHU, MOŻE TO JAKIŚ GROŹNY ZWIERZAK, TRZĘSIENIE ZIEMI...



- **PODCZAS KOLEJNYCH PRÓB Z CHUSTECZKĄ MOŻNA ŻARTOWAĆ ŻE DZIECKO TAK GŁOŚNO I MOCNO DMUCHA, ŻE ZARAZ SIĘ PRZEWRÓCIMY LUB UDAWAĆ ŻE SIĘ WYSTRASYLIŚMY.
NAPRAWDĘ IM WIĘCEJ ŚMIECHU TYM LEPIEJ.**



**TRENING DMUCHANIA NA SUCHO
PRZEPROWADZAMY DO MOMENTU GDY
ZAUWAŻYCIE ŻE DZIECKO OPANOWAŁO TO
ZADANIE. WTEDY NA PEWNO JESTEŚMY GOTOWI
NA WALKĘ Z PRAWDZIWYM KATAREM.**

**DMUCHANIE NOSKA MOŻE BYĆ ŚWIETNĄ
ZABAWĄ. KRÓTKIE CODZIENNE ĆWICZENIA
POMAGAJĄ W SZYBKIEJ NAUCE DMUCHANIA
NOSKA.**

POWODZENIA

