

bl.group.name__age

Сауықтыру жаттығулары: «Қолғаптан қарды тазалау» тыныс алу жаттығуы.

«Қолғаптан қарды тазалау» тыныс алу жаттығуы.

Мақсат-міндеттер.

Үрлеу арқылы тыныс алуды дамыту.

Әр балаға ламинатталған әдемі, түрлі түсті қолғаптар ұсынылады. Әр қолғапта жұқа жіппен бекітілген, кішкентай ұлпа қар бар.

Жаттығудың басында барлық қар ұлпасы қолғаптардың бетінде жатады. Әдемі музыка қосылғанда балалар қолғаптарға үрлейді. Қолғаптың бетінен қарды ұшырып түсіруі керек.







