

Robimy głęboki wdech i wydech



kolorowanki.pl powered by 

Darmowe kolorowanki dla Twojego dziecka · K-11413



kolorowankioli.pl

K-11413 · Wiek 4-8 lat

Robimy głęboki wdech i wydech

Dziecko robi głęboki wdech, a strzałki pokazują, jak powietrze wchodzi i wychodzi przez nos. Obrazek uczy spokojnego oddychania.

Ciekawostka

Podczas wdechu nabieramy powietrza, a podczas wydechu je wypuszczamy. Spokojny, głęboki oddech pomaga się wyciszyć.

Sugerowane kolory

Strzałki niebieskie, bluzka zielona, skóra cielista.

Wskazówka dla rodzica

Policzcie razem do trzech na wdechu i do trzech na wydechu.



<https://animatolka.pl>

ŚLĄSK: Eventy firmowe i miejskie · Szkolne ·
Przedszkolne · Wesela · Komunie