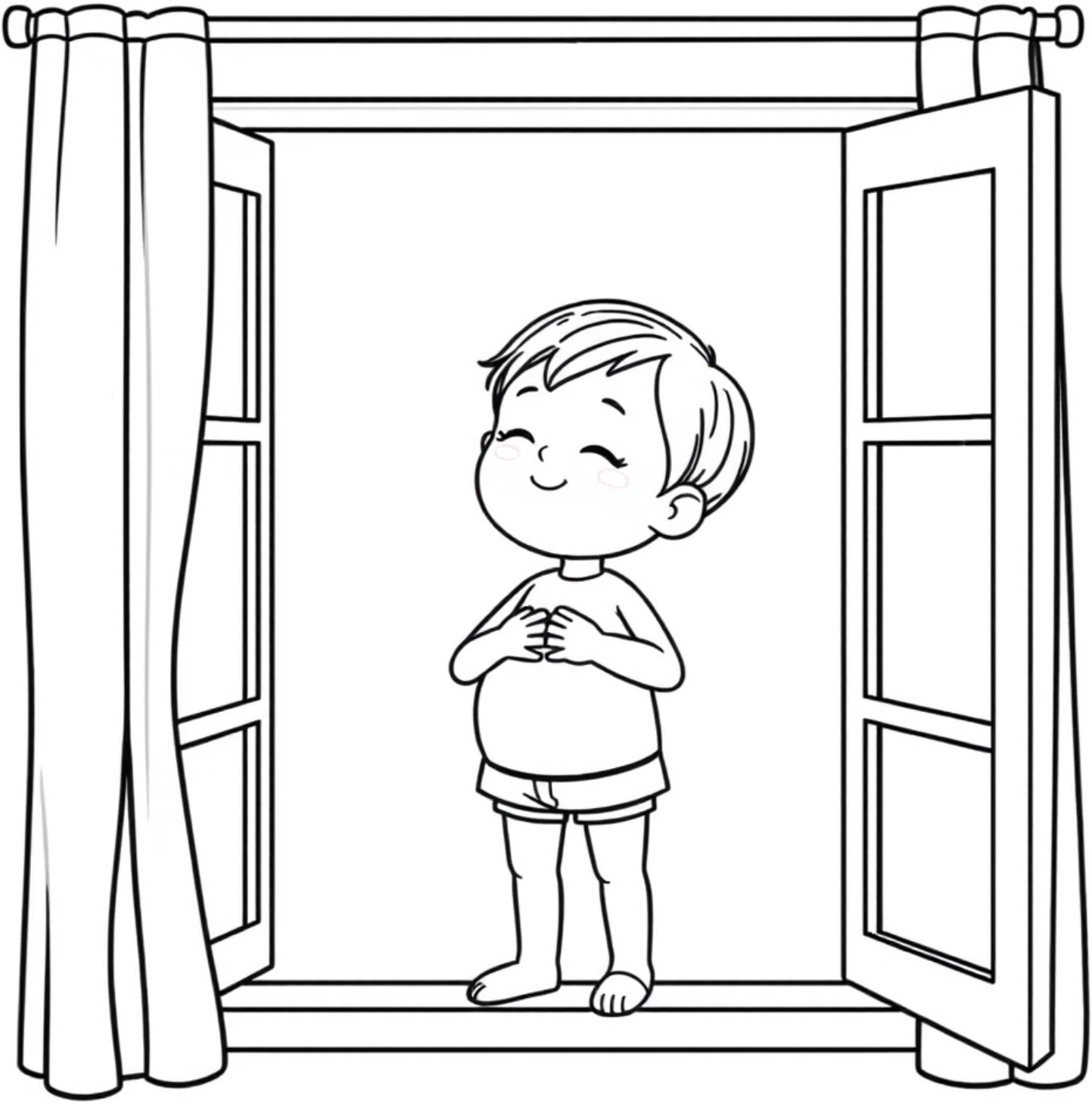
Złość i głęboki oddech przy uchylonym oknie



KolorowankiOli.pl powered by AnimatOlka animacje na Twoich eventach AnimatOlka.pl

Darmowe kolorowanki dla Twojego dziecka do domu, przedszkola, szkoły oraz na imprezy okolicznościowe · K-14608

Złość i głęboki oddech przy uchylonym oknie

Złość da się wyciszyć, zanim zdąży urosnąć. Dziecko na obrazku stoi przy uchylonym oknie, trzyma dłonie na brzuchu i robi powolny, głęboki wdech.

Ciekawostka

Powolny, głęboki oddech spowalnia bicie serca i rozluźnia napięte mięśnie. Dlatego pomaga w chwilach, gdy jesteśmy bardzo źli.

Sugerowane kolory

Zasłony kremowe, rama okna biała, koszulka zielona, niebo za oknem błękitne.

Wskazówka dla rodzica

Poćwiczcie razem oddech, w którym wdech trwa krócej niż wydech — dłoń na brzuchu pokazuje, czy działa.

https://animatolka.pl

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