



Ejercicios de respiración y soplo



Vamos a inspirar
Con tu boca bien cerrada, “huele” la flor





Vamos a espirar
Sopla la vela suavemente





Inspirar con la boca cerrada – espirar huele - sopla





Inspirar con la boca cerrada – espirar huele - sopla



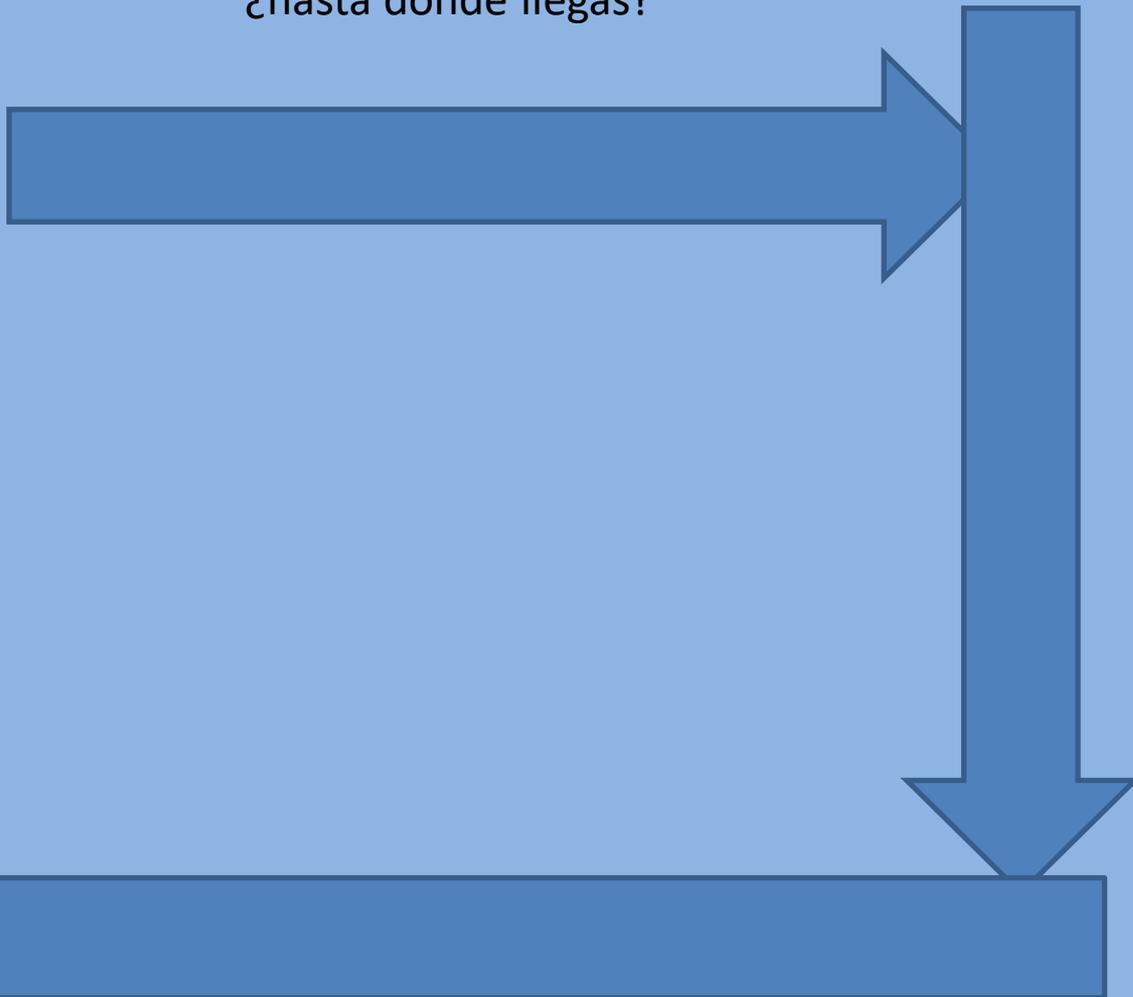
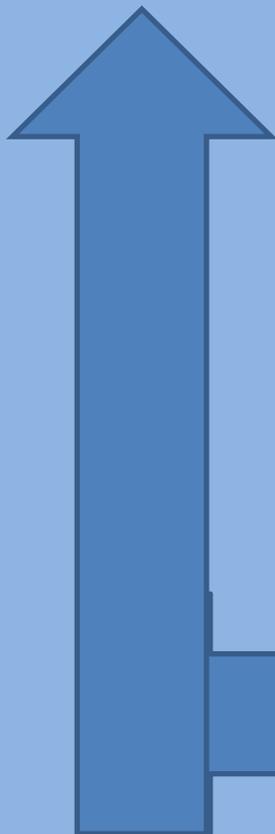


Retener aire

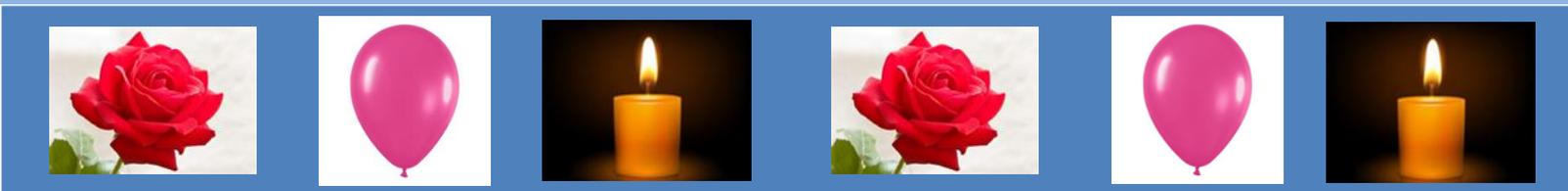
Inspira con la boca cerrada y no soples mientras cuento hasta (3/ 5/10)



Toma aire con la boca cerrada y sopla mientras recorres el camino con tu dedo
¿hasta dónde llegas?

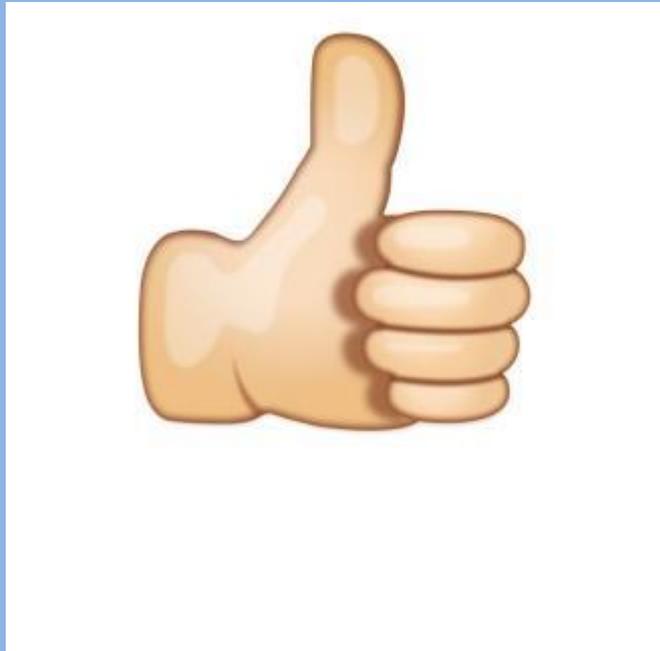


- Realiza estas secuencias. Inspira por la nariz cuando veas una flor, sopla por la boca cuando aparezca una vela y retén el aire cuando veas un globo. “Recuerda siempre inspirar con la boca cerrada”





Lo haces muy bien



¿Lo vuelves a hacer?