

توف

# WYDMUCHIWANIE NOSA

PRZED  
WSZYSTKIM NA  
POCZĄTEK  
ĆWICZYMY, GDY NOS  
JEST BEZ KATARU



Ważne, aby  
wytłumaczyć  
dziecku sens  
wydmuchiwania nosa

## JAK ĆWICZYĆ?

- ZDMUCHUJĄC ŚWIECZKĘ NOSEM
- ZDMUCHUJĄC Z REKI, TALERZYKA LUB STOŁU KOLOROWE KAWAŁKI PAPIERU, BIBUŁY, PIÓRKA, KULECZKI STYROPIANOWE
- PRZEDMUCHUJĄC PAPIEROWY STATEK NA DRUGĄ STRONĘ, MISKI
- DMUCHAJĄC NA WODĘ W MISCE I ROBIĄC FALE
- WYDMUCHUJĄC NOS „NA SUCHO”

