

Títol:	COM RESPIREM? 2 Jocs vocals
Objectius:	Treballar la respiració diafragmàtica . Ampliar la capacitat d'aire . Control de la respiració .
Material:	Cap (Només el cos i l'espai).

PART 1: EL COS COM A COTXE (Execució)

Què farem? Imitarem l'acció d'un cotxe per controlar la respiració mentre caminem.

ACCIÓ	QUÈ CAL FER?
Metàfora	L'aire és la benzina del nostre cos .
Fase 1 (Inspiració)	Posats drets i aturats , inspirem pel nas.
Fase 2 (Exhalació i Moviment)	Comencem a caminar expulsant l'aire com si la boca fos el tub d'escapament del cotxe .
Fase 3 (Repetició)	En acabar l'aire, ens aturem i ho tornem a fer.

PART 2: OBSERVACIONS CLAU

QUÈ CAL FER?	
Tècnica 1	L'infant haurà d' agafar l'aire pel nas i fer-lo arribar fins a la panxa .
Tècnica 2	Cal fer una respiració profunda i no superficial .
Tècnica 3	En inspirar s'infla la panxa i no el pit.