

Títol:	ENSUMEM LA FLOR 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: INSPIRACIÓ I SOSPIR SONOR (Execució)

Què farem? Inspirarem l'aroma d'una flor i farem un sospir sonor en expirar, repetint-ho cinc vegades.

ACCIÓ	QUÈ CAL FER?
Fase 1 (Inspiració)	Inspirem l'aroma d'una flor imaginària .
Fase 2 (Exhalació)	Expulsem tot l'aire dels pulmons acompanyant l'expiració amb un sospir sonor .
Repetició	Ho repetim cinc vegades .

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	A l'inspirar s'infla la panxa i no el pit.