

Комплекс дыхательных упражнений по методике А.Н. Стрельниковой

- Упражнение 1. «Ладошки»
- Упражнение 2. «Насос»
- Упражнение 3. «Погончики»
- Упражнение 4. «Повороты»

Упражнение 1. «Ладошки»



а



б

Рис. 1



Упражнение 2. «Насос»



а



б



в

Рис. 3



Упражнение 3. «ПОГОНЧИКИ»



а



б

Рис. 2



Упражнение 4. «ПОВОРОТЫ»



а



б

Рис. 4

