

W dniach 10.04.23r. – 17.04.23r. podczas zajęć logopedycznych w oddziałach przedszkolnych oraz w klasach 1-3 zostały przeprowadzone zajęcia z programu „Oddycham nosem cały rok”. Program ma na celu profilaktykę i uświadamianie dzieci w tematyce oddychania nosem. Oddychanie jest fundamentem zdrowia i życia! Od urodzenia jesteśmy zdolni do prawidłowego oddychania torem nosowym. Jeżeli zauważymy, że dziecko nieprawidłowo oddycha (torem ustnym) powinniśmy jak najszybciej podjąć kroki w celu ustalenia przyczyn i wdrożyć odpowiednie działania.

Celem programu Oddycham nosem cały rok jest: upowszechnianie wiedzy na temat prawidłowego toru oddechowego i jego wpływie na zdrowie, rozwijanie u dzieci świadomości własnego ciała i oddechu, usprawnianie narządów mowy, ćwiczenie prawidłowego toru oddechowego i oddychania przeponowego, wdrażanie zdrowych nawyków u dzieci, w tym umiejętności samodzielnego oczyszczania nosa.

[więcej zdjęć](#)