Ćwiczenia oddechowe ,,Ptasie piórka” – rozwijanie pojemności płuc. Zamiast piórek można użyć drobnych kawałków papieru.

\* Zdmuchiwanie kolorowych piórek z dłoni.

\* Podrzucanie piórek do góry i dmuchanie na nie, by jak najdłużej utrzymać się w powietrzu.

\* RODZIC I DZIECKO w parach ustawiają się z dwóch stron stolika i starają się przedmuchać piórko na stronę przeciwnika.