



Шетња воћњаком

Јесен је. Воћке су зреле, па маме својим опојним мирисима не само пчеле које сакупљају сокове, већ и нас. Опијени мирисима опуштено стојимо и покушавамо да осетимо које врсте воћки се у њему крију.

Удишемо ваздух, лагано на нос, задржавамо дах, и још спорије издишемо дочаравајући шуштање лишћа са оближње јабуке (удах- задржимо дах-лагани издах ш,ш,ш,...поновити). У воћњаку смо окружени и стаблима шљива и крушака. Мирис допире од гњилих плодова. Око опалих воћки скупљају се пчеле из оближњих кошница. Хајде да дочарамо зујање пчела. Сви заједно дишемо на нос. Осетите лепоту мириса, задржите ваздух и издахните лагано-з,з,з... (поновити два пута). Пчела је на воћки (гласно зујати), пчела је у кошници, далеко од нас (тихо зујати). У даљини чујемо брујање трактора. Удах, лагани издах-р,р,р..(поновити два, три пута). Оберите брескву. Помиришите је- дубок удах, а затим лагани издахн-м, м, м.... Изведите следећу реченицу као брзалицу:

Њупа, њама, њема, њипа, њоп, њуп, медени ћуп.

- Напомена: Вежбе дисања не треба изводити само на часовима музичке културе, већ их повезати са вежбама загревања на часовима физичког васпитања. Нарочито су погодне тзв. шведске вежбе, где се удисај и издисај контролишу са сваким покретом.

