

JAK NAUČIT DÍTĚ SMRKAT

TIPY

OD DĚTSKÉ SESTRÍČKY



ZAČNI HNED

Učit dítě smrkat je potřeba v době, kdy je zdravé a dobře spolupracuje (když už je nemocné a mrzuté nebude mít na to náladu). Zařadte hry na učení smrkání hned a budete tak připraveni až se rýma objeví.

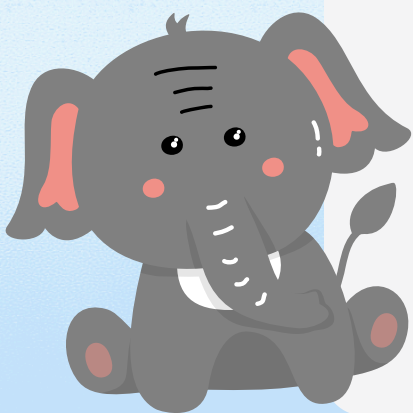
PRVNÍ KROK

Začínáme tím, že děťátko učíme foukat nejprve ústy - do píšťalky, do bublifuku, na zrcadlo, do brčka s vodou, atd. Prostě co Vás napadne a děťátko to bude bavit.



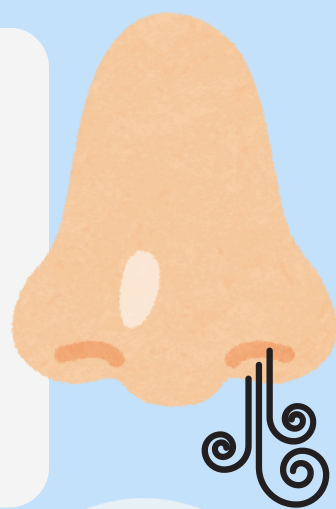
DRUHÝ KROK

Až umí foukat ústy, přejdeme na foukání nosem. Buď si můžete hrát na slona a "troubit" nebo třeba králíčka a funět. Nosem může dále odfukovat peříčko z dlaně nebo funět na zrcadlo až se zamžlí a pak tam něco nakreslit.



TŘETÍ KROK

Až dítě umí nosem dostatečně funět, zkuste postupně dítěti zacpávat jednu a pak druhou nosní dírku a učit ho foukat jen jednou nosní dírkou.



FINÁLE

Postupně zařadíme k trénování i kapesník. Pozor jen na smrkání oběma nosními průchody, to vyvolává špatné tlaky ve středouší a přináší komplikace (zánět středního ucha).



DALŠÍ TIP:

Hygiena: po smrkání naučte děťátko, že použitý papírový kapesník vždy patří do koše a po smrkání si umyjeme ručičky.

detskasestricka.cz

@detska_sestricka

TRÉNUJTE S ÚSMĚVEM – JDE TO LÉPE