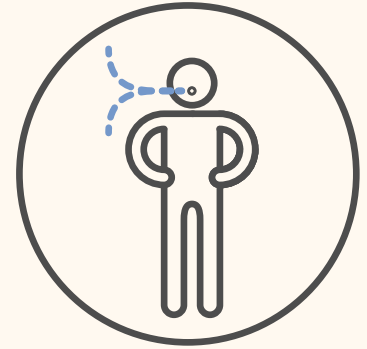




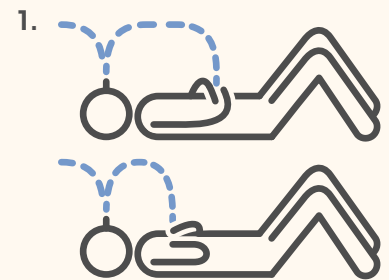
## REHABILITACIÓ FUNCIONAL

### Exercicis de respiració infantil



1

- **POSICIÓ:** estirat de cap per amunt amb les cames flexionades i les mans sobre l'abdomen.
- **EXERCICI:** agafar aire pel nas, portant-lo cap a les mans, i treure'l per la boca. Repetir l'exercici posant les mans sobre el pit.



2

- **POSICIÓ:** estirat de cap per amunt amb les cames flexionades.
- **EXERCICI:** agafar aire pel nas portant-lo cap a l'abdomen, després, portar-lo al pit i treure'l per la boca.



3

- **POSICIÓ:** assegut.
- **EXERCICI:** bufar amb una canya introduïda en un got d'aigua. Anar canviant la intensitat del buf.



4

- **POSICIÓ:** assegut.
- **EXERCICI:** bufar un molinet de vent, tires de paper, cintes o porexpan.



Anotacions:

---



---



---