

14.04 - 17.04

1. Ćwiczenia wg P. Dennisona pobudzające pracę mózgu i ciała

- Ruchy naprzemienne
Podnoś kolano i dotykaj nim przeciwległą dłoń lub łokieć. Drugą rękę odciągaj do tyłu. Zrób powoli po 5 razy na każdą stronę
- Luźne skłony
Usiądź wygodnie, skrzyżuj wyprostowane nogi w kostkach, pochyl się do przodu, wyciągnij ręce przed siebie. Z głową opuszczoną sięgaj jak najdalej rękoma. Powoli podnieś tułów. Powtórz kilka razy i zmień układ stóp.
- Punkty pozytywne
Stań swobodnie. Dotknij palcami punkty na czole- nad oczami, w połowie odległości między linią włosów a brwiami. Zamknij oczy i spokojnie oddychaj, pomyśl o przyjemnej rzeczy.
- Kapturek myśliciela
Palcami złap brzozy małżowiny usznej i delikatnie je masuj. Zaczynij od góry do dołu, ob.

2. Ćwiczenie percepcji słuchowej „Co wiezie pociąg?”

Wyszukujemy słowa zaczynające się na wybraną głoskę, np. Głoska „m”- Pociąg wiezie masło, mydło, mleczko, mapę... Zabawa trwa tak długo dopóki mamy pomysły. Wersja trudniejsza- szukamy przedmiotów, które kończą się na wybraną głoskę, np. „k”- korek, nurek, worek, serek...

3. Ćwiczenie koordynacji słuchowo- wzrokowo- ruchowej

Dziecko słucha i powtarza tekst jednocześnie rysując

https://www.youtube.com/watch?v=JE4xQqRePZk&list=PLn3ozp_pWTCpn1jo2zK9-nmyqCivCvZwL&index=11&t=0s

4. Ćwiczenie percepcji wzrokowej

Dziecko wyszukuje i zaznacza kolorowym mazakiem samogłoski (a,e,o,i,u,ó,y). Tekst czyta tylko dziecko, które to potrafi. Jeśli nie macie drukarki można wykorzystać dowolny fragment tekstu z gazety- ćwiczenie ma na celu utrwalenie samogłosek i doskonalenie spostrzegania wzrokowego

Tata buduje dom.

Ala maluje płótek.

Obok domku stoi kotek.

Mama kupiła owoce i robi sok.

Brat Ali lubi banany.

Marek dostał od taty rower.

Kuba ma stary motor.

Kto kupił cytryny i maliny?

5. Zabawa uspokajająca „Pieczemy wielkanocnego mazurka” na podstawie M. Bogdanowicz. Rodzic wykonuje masażyk na plecach dziecka, potem oczywiście następuje zmiana.

Sypiemy mąkę- delikatne uderzanie palcami

Kroimy masło- boczna strona dłoni „kroi”

Wbijamy jajka- delikatne uderzenie piąstką i narysowanie kółka dłonią
Zagniatamy- palce ugniatają plecy
Wałkujemy- piąstki wałkują
Wkładamy do formy- rysujemy prostokąt
I pach do pieca- kładziemy głowę na plecach dziecka
Wyjmujemy, polewamy lukrem- dłoń robi kółeczka na plecach
Układamy bakalie- dotykamy palcem wskazującym
Kroimy- boczna strona dłoni „kroi”
I zjadamy- laskoczemy i udajemy, że zjadamy

6. Ćwiczenie sprawności manualnej- karta pracy na podstawie H. Tymichowej

- dziecko palcem rysuje po śladzie, zaczynając od kropki. Stara się robić to ruchem ciągłym, nie odrywając ręki od kartki,
- dziecko zakrytym mazakiem rysuje po śladzie,
- dziecko pisze po śladzie mazakiem

Jeśli macie taką możliwość powieście kartę pracy, by dziecko zaczęło w pozycji pionowej, a dopiero później usiadło do stolika.

