

Ćwiczenie oddechowe

Ptaszek.

Ptaszka można wykonać według własnego pomysłu lub według instrukcji:

https://youtu.be/1_cINQDaPrI

Pomoce: kartki papieru, klej, nożyczki, pisak, nitka.

Ptaszka zawieszamy na nitce. Koniec nitki trzymamy ponad głową. Ptaszek powinien znajdować się na wysokości ust.

Nabieramy powietrze nosem, a następnie delikatnie dmuchamy na ptaszka, tak aby się poruszał.



Ćwiczymy rączkę

Lepimy z masy solnej.

Pomoce: mąka, sól, woda, olej, np. foremki do ciastek.

Masa solna: 1 część soli, 3 części mąki, olej, woda do wyrobienia gładkiego ciasta.

Gotową masę solną dotykamy, ugniatamy, przyciskamy. Wałkujemy, odciskamy w niej np. rączkę dziecka. Można formułować kulę, walce, figurki.

Ćwiczymy pamięć i koncentrację

Pomoce: kolorowe zakrętki lub klocki po kilka sztuk w tym samym kolorze.

Układamy wzór z kolorowych nakrętek i prosimy dziecko, aby pod spodem ułożyło tak jak my. Zaczynamy od kilku zakrętek i prostych wzorów, układając od strony lewej do prawej.



Życzymy miłych wrażeń!.

Opracowanie:

Izabela Liguzińska-Wołowiec i Bogumiła Wilk.