

## Ćwiczenie oddechowe – Łódki z papieru

**Pomoce:** kartka papieru A4 lub lekki przedmiot, miska, woda.

Do miski nalewamy wodę, następnie kładziemy na wodzie papierową łódkę lub lekki przedmiot, który będzie się utrzymywał na wodzie.

Nabieramy powietrze nosem, a następnie delikatnie dmuchamy na łódkę (lekki przedmiot), wprowadzając go w ruch.

Instrukcja wykonania łódki:

<https://youtu.be/hxHqIuvsx2M>



## Ćwiczymy rączkę - Zwierzaki

**Pomoce:** opakowania po jajkach, miska z wodą.

Moczymy w wodzie tekturki, tak by zmiękły i nadawały się do ugniatania. Ugniatanie można już rozpocząć w wodzie. Kiedy tworzywo będzie już dostatecznie miękkie, można zacząć lepić, np. różne zwierzaki: węże, ślimaki,

## Poruszajmy się

**Pomoce:** kolorowe kartki, talerzyk, but dziecka, ołówek, nożyczki, taśma klejąca.

Proponujemy zabawę ruchową, którą można dostosować do potrzeb dziecka i wielkości mieszkania. Gdy pogoda będzie sprzyjająca, proponujemy narysować tor kredą na chodniku.

Tu można zobaczyć wykonanie i zastosowanie zabawy:

<https://www.youtube.com/watch?v=wWSrSX7RYN8>

Życzymy miłych wrażeń!

*Opracowanie:*

*Izabela Liguzińska-Wołowiec i Bogumiła Wilk.*