**01-05.06.2020r.**

**ŚRODA, 03.06.2020r**

**Temat: Ćwiczenia i zabawy utrwalające orientację w schemacie ciała.**

Piosenka na rozgrzewkę; Głowa, ramiona,

<https://www.youtube.com/watch?v=vOb2h-rI5JQ>

Do ćwiczeń zaproście rodzeństwo lub rodziców!

ćwiczenia typu; „Pokaż mi prawą (lewą) rękę” lewe(prawe) oko, „Chwyć się prawa ręką za lewe kolano”, dotknij prawą(lewą) stopą głowy, dotknij głową kolana prawego (lewego), klaskaj w dłonie za plecami,

Zabawa w lustro: ćwiczący stoją naprzeciwko siebie, jeden z pary pokazuje części ciała, drugi naśladuje wykonując odbicie lustrzane.

„Bajka o moim ciele” – uczeń i współćwiczący znajdują się w pozycji siedzącej i nazywają różne części ciała i jednocześnie wykonują konkretny ruch:  
- poznajemy swoje ręce, (lekko szczypiemy się, głaszczemy po rękach), ręka prawa wita się z lewą, ręce dziecka witają się z rękami rodzica  
- ręce witają się z nogami, dotykamy swoje stopy, liczymy palce u stóp, poruszamy palcami  
- palce spacerują dalej i spotykają kolana, zatrzymują się na udach – ręce klepią i masują uda  
- po kolankach mamy brzuszek, głaszczemy i masujemy,  
- idą paluszki dalej i witają się z ramionami – ramiona zataczają koła

potem paluszki spotykają się z szyją, kręcimy szyją raz w jedna, raz w drugą stronę,  
- po szyi poznają paluszki buźkę, dotykają oczy, nos – liczą dziurki w nosie, dotykają brodę,  
- paluszki głaszczą włosy i spotykają uszy, liczą uszy, lekko ciągną, szczypią się  
- paluszki poprawiają fryzurę

Te same ćwiczenia uczeń wykonuje z zamkniętymi oczami dotykając i nazywając części ciała współćwiczącego.

Na podłodze stawiamy kręgiel (lub plastykową butelkę). Dziecko staje przed nim i kolejno dotyka go delikatnie czubkiem nosa, brodą, brzuchem, kolanem, dużym palcem (zależnie od możliwości dziecka). Kręgiel nie może się przewrócić.

**CZWARTEK 04.06.2020 r.**

**Temat:**  Ćwiczenia wspierające rozwój małej motoryki. Zabawy konstrukcyjne.

Motoryka mała to przede wszystkim sprawne funkcjonowanie dłoni i palców. W związku z tym, dzieci nabierają zręczności w takich formach aktywności, jak: lepienie, malowanie, nawlekanie, wydzieranie, wycinanie, zapinanie, zawiązywanie, pisanie itp

Proponuję wykonać kilka ćwiczeń rozwijających **sprawność dłoni:**

* dotykanie dłoni, pocieranie ich „mycie” (wyczuwanie dłoni)
* zaciskanie i otwieranie dłoni, klaskanie: swobodne, rytmiczne
* gniecenie gąbki lub piłeczki piankowej
* wyciskanie wody z nasączonej gąbki
* zgniatanie z papieru, bibuły itp. „kul” i rzucanie nimi w określonym kierunku
* chwytanie i przenoszenie przedmiotów całą dłonią
* otwieranie i zamykanie różnego rodzaju pudełek, słoików
* nakręcanie nakrętek na śruby różnej wielkości
* wbijanie gwoździ w deseczkę

**Ćwiczenia palców:**

* przykładanie kolejno palców każdej dłoni: kciuk do kciuka, wskazujący do wskazującego itd. paluszki się witają, kłaniają itp.
* stukanie palcami w podłogę, ławkę „pada drobny deszczyk”, „jest ulewa”
* naśladowanie gry na pianinie, flecie, trąbce, nosie
* przypinanie spinaczy do bielizny na brzeg pudełka kartonowego i nie tylko
* doskonalenie chwytu pęsetkowego: palec wskazujący i kciuk, np. solenie, skubanie, przewracanie kartek książki, przekładanie kart do gry itp.
* rysowanie palcami po stole szlaczków, figurek

**Zabawa konstrukcyjna – robot.**

Skonstruuj robota z materiałów, jakie znajdziesz w domu. Wykorzystaj do tego; pudełka teksturowe, butelki , kubeczki plastikowe, nakrętki, rolki po papierze toaletowym

Zachęcam również do obejrzenia filmiku przedstawiającego propozycje ćwiczeń małej motoryki. Wykonajcie dowolne ćwczenie.

<https://www.youtube.com/watch?v=Ck7vmL2D8XU>