

WITAM SERDECZNIE RODZICÓW I DZIECI

Zapraszam do wspólnej nauki i zabawy w domu.

Czwartek: 04.06.2020 r.

Temat: Ćwiczenia doskonalące motorykę małą i dużą.

PROPONOWANE ZABAWY

1. Zabawa z mąką lub kaszą manną.

Na plastikowej tacce wysypcie z Rodzicem trochę mąki lub kaszy mannej (tak, aby mogły powstać na niej rysunki). Narysuj w niej: słońce, kwadrat, koło, domek. Baw się – tworząc inne rysunki, według własnego pomysłu.

2. Zabawa - piasek kinetyczny (przepis: dziecisawazne.pl).

Do przygotowania piasku potrzebne będą:

- mąka kukurydziana (tyle, ile potrzebujecie piasku),
- olej spożywczy,
- barwnik spożywczy (opcjonalnie).

Do mąki stopniowo dodajemy olej. Mieszamy do uzyskania odpowiedniej konsystencji. Następnie dziecko bawi się otrzymanym piaskiem - próbuje go ugniatać, odciska w nim foremki, przesiewa go, tworzy babki z piasku.

Zostawiamy tutaj dużą dowolność dziecku, aby samo zdecydowało jakie kształty chce z niego uzyskać. Miłej zabawy :)

3. Zabawa ruchowa „Hop! – Bęc!”

Dziecko maszeruje w różnych kierunkach po pokoju/ogrodzie. Na hasło: Hop wyskakuje w górę, a na hasło: Bęc – przykuca. Po wykonaniu tych czynności ponownie przechodzi do marszu.

Ćwiczenie 3. Ćwiczenia dużych grup mięśniowych „Sięgnij jak najwyżej”.

Dziecko wspina się na palce, wyciąga ręce naprzemiennie w górę, aby sięgnąć

jak najwyżej; następnie wykonuje siad klęczny, przyciska głowę do kolan – stara się zwinąć w jak najmniejszą kulkę.

Życzę dobrej zabawy – Pani Mirka 😊