

WITAM SERDECZNIE RODZICÓW I DZIECI

Zapraszam do ćwiczeń w ramach rewalidacji.

Środa: 06.05.2020 r.

Temat: Zabawy usprawniające motorykę małą i dużą.

Cele: Dziecko:

- zwiększa sprawność motoryki dużej i koordynacji ruchowej,
- doskonalą motorykę małą i sprawność manualną,
- uczy się współdziałania w zabawie relacyjnej
- zmniejsza napięcie emocjonalne czerpiąc radość ze wspólnej zabawy.

Propozycje zabaw usprawniających:

Zabawa „Kalambury”

W zależności od wieku dziecka – na zmianę udawajcie ruchy zwierząt, postaci z bajek czy innych bohaterów, które będą łatwe do odgadnięcia. Pokazujemy dziecku duże ruchy skrzydeł ptaków, ociężałe i zamaszyste ruchy niedźwiedzia czy zgrabne i skoczne żaby. Dzięki temu dziecko jeszcze bardziej się zaangażuje i będzie jak najwierniej naśladowało wybranych bohaterów.

Zabawa „Wspólne lepienie”

Doskonałym sposobem na rozwijanie motoryki małej u dzieci jest lepienie z plasteliny czy, jeśli nie macie jej w domu, z masy solnej. Odrobina mąki, wody i soli wystarczy, żeby poćwiczyć z dzieckiem przez dłuższy czas. Dobrze jest także pozwolić dziecku samodzielnie wyrobić masę – już ten etap pozwoli na poćwiczenie rąk, a także przyniesie wiele frajdy. Potem niech dziecko ulepi swojego ulubionego bohatera z bajek lub zwierzątko i pochwali się, wysyłając z rodzicem zdjęcie swojej pracy na maila przedszkola (zdalne nauczanie).

Zabawy w kuchni - dzieci lubią pomagać rodzicom, więc dlaczego nie przekształcić zabawy w naukę? Drobne prace domowe, takie jak wycieranie kurzu, czyszczenie blatu, wycieranie sztućców, mycie i krojenie warzyw i owoców sprawiają radość dzieciom, są treningiem zręczności i wdrażają dzieci do pomagania w pracach domowych.

Zabawy na podwórku - bieganie, wchodzenie i schodzenie po schodach, po drabinie, pokonywanie przeszkód z wykorzystaniem miejsc specjalnie do tego przygotowanych również rozwijają ogólną sprawność ruchową dziecka.

Motoryka mała i duża to ważne aspekty rozwoju psychoruchowego dziecka, na który rodzice powinni zwracać dużo uwagi. Dziecko spędzające dużo czasu przed telewizorem czy tabletem, w efekcie jest bardziej niezdarne, ma większe problemy ze sprawnością ruchową, a mięśnie są sztywniejsze. Warto więc w domu dołożyć starań, aby dziecko jak najwięcej trenowało swoją sprawność.

Życzę dobrej zabawy – Pani Mirka😊