

**WITAM SERDECZNIE RODZICÓW I DZIECI**  
**ZAPRASZAM DO WSPÓLNYCH ĆWICZEŃ**

**Czwartek: 18.06.2020 r.**

**Temat: Rozwijamy sprawność motoryczną.**

**Cele:**

- **kształtowanie sprawności ruchowej całego ciała,**
- **wspomaganie rozwoju motoryki dużej i małej,**
- **rozwijanie wyobraźni i pomysłowości w zabawach,**
- **wzmacnianie prawidłowych relacji z rodzicami.**

**Przebieg zajęć:**

1. Rodzic układa dziecku tor przeszkód z materiału dostępnego w domu np. poduszki, klocki, pudełka itp. Dziecko chodzi po drodze równej i z przeszkodami (tory przeszkód).
2. Dziecko podskakuje obunóż i na jednej nodze,
3. Dziecko czołga się, chodzi na czworakach (zabawy naśladowcze),
4. Zagadki pantomimiczne naśladowujące codzienne czynności lub zawody (np. jazda rowerem, samochodem, mycie się, „zgadnij, jaki to zawód” np. kierowca, malarz, fryzjer, itp.);
5. Dziecko wykonuje ćwiczenia równoważne – chodzenie po wyznaczonej ścieżce.
6. Dziecko wykonuje ćwiczenie płynności ruchów: naśladowanie lotu ptaków.
7. Dziecko ćwiczy podrzucanie, łapanie, piłki,

8. Dziecko wykonuje ćwiczenia: chodzenie na palcach, piętach, zewnętrznych i wewnętrznych krawędziach stopy;
9. Dziecko wykonuje ćwiczenie: próbuje chodzić tyłem.
10. **Zabawa „Kalambury”**. W zależności od wieku dziecka – na zmianę udawajcie ruchy zwierząt, postaci z bajek czy innych bohaterów, które będą łatwe do odgadnięcia. Pokazujmy dziecku duże ruchy skrzydeł ptaków, ociężałe i zamaszyste ruchy niedźwiedzia czy zgrabne i skoczne żaby. Dziecko jeszcze bardziej się zaangażuje i będzie chciało jak najwierniej naśladować wybranych bohaterów.

Życzę dobrej zabawy – M.Granieczny☺