

SERDECZNIE WITAM RODZICÓW I DZIECI

Zapraszam do wspólnej nauki i zabawy w ramach rewalidacji

Środa 22.04.2020 r.

Temat: Ćwiczenia usprawniające motorykę małą i sprawność manualną.

CELE: Dziecko:

- zwiększa sprawność fizyczną i koordynację ruchową,
- doskonali motorykę małą i sprawność manualną,
- poprawia koncentrację uwagi,
- zmniejsza napięcie emocjonalne czerpiąc radość ze wspólnej zabawy.

- **Ćwiczenia ruchowe z elementami koncentrowania uwagi:**
 - gry i zabawy zręcznościowe, np. rzuty do celu lewą i prawą ręką,
 - rzuty piłką do celu,
 - rzucanie piłek do siebie i łapanie ich,
 - rzuty dowolne i do celu z odległości dowolnej i określonej,
 - zabawy stolikowe; bierki, pchełki.
- **Ćwiczenia ruchowe o charakterze relaksacyjnym i usprawniającym:**
 - **ilustrowanie ruchami:** lotu ptaka, otrzepywanie rąk z wody, nawijanie węża na kłębuszek, zginiatanie papierów.
- **Ćwiczenia rozmachowe połączone z doskonaleniem technik plastycznych** (malowanie farbami przy pomocy pędzla, palcami, malowanie kredkami, flamastrami, rysowanie):
 - wypełnianie kolorem całej powierzchni papieru,
 - malowanie form kolistych,
 - malowanie form falistych, np. fale morskie,
 - malowanie dużych konturów rysunków,
 - malowanie palcem kół, linii poziomych, pionowych z zachowaniem kierunku od lewej do prawej,

- **Modelowanie w plastelinie:**

- Lepienie prostych kształtów wymagających wałkowania całą dłonią (kule, wałeczki, rogaliki, węże) a następnie palcem wskazującym.

- Wałkowanie cienkich wałeczków z plasteliny i obwiedzenie nimi figur geometrycznych, kwiatków (od prostych do bardziej skomplikowanych kształtów).

- Nakładanie plasteliny na wzór postaci ludzkiej (głowa, tułów, ręce, nogi).

- Lepienie postaci zwierząt, ludzi ze szczególnym zwróceniem uwagi na części składowe – głowa, tułów, nogi.

Drodzy Rodzice! Powyższe zabawy są propozycją dającą możliwość wyboru adekwatnie do potrzeb, deficytów, umiejętności, preferencji i wieku dziecka. W każdym przypadku jednak należy rozpoczynać od najprostszych zabaw, by stopniowo przechodzić do tych bardziej zaawansowanych i zwiększać ich poziom trudności.

Życzę dobrej zabawy – Pani Mirka 😊