

Rzrów psychomotoryczny dziecka w wieku przedszkolnym.

Rzrów psychomotoryczny dziecka w wieku przedszkolnym cechują duże osiągnięcia. Maluch wkraczający w okres tzw. sredniego dzieciństwa ma już wszystkie zęby mleczne, swobodnie porusza się, chodząc i biegając, jest doc samodzielny w zakresie samoobsługi. Zmiany dotyczące wzrostu i wagi ciła nie są tak intensywne jak w poprzednim okresie życia, jednak następuje wyraźne wydłużenie postawy pod .wpływem szybkiego rośnienia kończyn.

1. Rzrów fizyczny przedszkolaka

Rzrów motoryczny przedszkolaka postępuje, co umożliwia silna mineralizacja kości w tym okresie i wzrost wytrzymałości mięśni szkieletowych. Stabilizują się fizjologiczne krzywizny kręgosłupa. Oddech dziecka staje się głszy i wolniejszy, ponieważ zwiększa się pojemnoc płuć. W okresie przedszkolnym następuje też mielinizacja tkanek nerwowych, dzięki czemu ukłd nerwowy dziecka działa sprawniej i poprawie ulega koordynacja ruchowa. Przedszkolak uczy się jeździć na rowerze, łwach, rolkach, tańczyć, pływać, wspinać się na drzewa. Duża potrzeba ruchu, zwana „głodem ruchu”, powoduje, że dziecko jest bardzo ruchliwe. Aktywnoc fizyczna malca sprawia, że tkanka tłuszczowa zanika, a tym samym sylwetka dziecka staje się bardziej smukła.

U dzieci w wieku przedszkolnym zaznacza się duża zmiennoc ruchów i niska zdolnoc do koncentracji na jednej czynności. Rozwij si wyraźnie zwinnoc, harmonia, plynnoc w poruszaniu się, a także siła. Dziecko przedszkolne, zwiszo starsze, zwraca coraz częściej uwagę na efekt wlasnych działań i przeżywa radoc z osignic ruchowych. Ten etap rozwoju dziecka cechuje dymorfizm płciowy, który polega na róznicowaniu sprawności i zainteresowań ruchowych na dziewczęce i chłopc. Niebagatelną rolę w tym względzie odgrywają wzorce społeczne z najbliższego otoczenia.

2. Rzrów dziecka w zakresie małej motoryki

Rzrów małej motoryki u dziecka można śledzić w wieku przedszkolnym w dwó zakresach – samoobsługi oraz rysowania i pisanie. Dziecko w wieku przedszkolnym staje się coraz bardziej samodzielne w ubieraniu. Dziecko, mają lat cztery-pięć, ubiera się i rozbiera bez pomocy mamy czy taty. Co prawda, czterolatek może jeszcze mieć trudności z poprawnym zapinaniem guzików czy zawiązywaniem sznurowadeł u butów, ale ruchy jego dłoni są coraz bardziej precyzyjne. W wieku trzech lat maluch załatwia się samodzielnie na sedesie. Wzrasta też samodzielnoc dziecka przy jedzeniu – w wieku sześciu lat umie już posługiwać się sztućcami.



Jeśli chodzi o zdolności manualne dziecka, to w wieku trzech lat maluch rysuje rozpoznawalne kształty, a w wieku starszym stosuje schematy przedmiotów i człowieka oraz potrafi skomponować rysunek przedstawiający wiele obiektów. W wieku lat sześciu dziecko potrafi już pisać kilka liter. Kopiowanie liter, jak i figur geometrycznych sprawia jednak przedszkolakowi trudności. Dzieci przedszkolne nie ujmują jeszcze dokładnie wielkości i proporcji przedmiotów oraz ich części składowych, o czym świadczą ich rysunki na dowolne tematy.

3. Zdolności poznawcze dziecka

W okresie dzieciństwa wzrasta zdolność rozróżniania barw i odcieni. Dzieci opanowują nazwy kolorów i poprawnie je stosują w odniesieniu do barw podstawowych. Wzrasta też wrażliwość słuchowa dzieci, i to zarówno w zakresie słuchu muzycznego, jak i fonematycznego. Przedszkolaki wykazują zdolność rozpoznawania melodii. Do piątego roku życia dominują uproszczenia melodii piosenek. Rozwija się słuch fonematyczny u dziecka, czyli umiejętność rozróżniania głosek, co stanowi podstawę nauki czytania i pisania. W szóstym roku życia dziecko potrafi już dobrze wymawiać trudne słowa, zawierające zbitki spółgłosek, np. wyraz „zgrzyt”.

Wiek przedszkolny charakteryzuje się też zmianami w myśleniu logiczno-matematycznym dziecka. Modyfikacji ulega orientacja w przestrzeni i czasie oraz w relacjach przyczynowo - skutkowych. Dziecko uświadamia sobie kolejność występowania zdarzeń, umie przewidywać działania przyszłe, ocenia czas trwania zdarzenia, a także zna i używa konstrukcji językowych specyficznych do wyrażania relacji czasowych. Trzylatki dobrze rozumieją jedynie znaczenie słów „wczoraj” i „dzisiaj”, zaś czterolatki różnicują znaczenia słów „wczoraj”, „dziś”, „jutro”. W średnim dzieciństwie wzrastają też zdolności pamięciowe dzieci. Zmiany te dotyczą: wzrostu pojemności pamięci, powiększania się wiedzy o przedmiotach, pojawienia się skutecznych strategii zapamiętywania, pojawienia się zdolności do myślenia o własnych procesach pamięciowych.

Źródło:

Na podstawie artykułu” Joanny Kroc

<https://parenting.pl/rozwoj-psychomotoryczny-dziecka>

Myślenie przyczynowo - skutkowe to zdolność do przewidywania konsekwencji pewnych działań, jak również wskazywania powodów dla zaistniałych sytuacji. Łączy się też z rozwijaniem m.in. pamięci, spostrzegawczości, wyobraźni. To ważna zdolność dla skutecznego planowania i unikania błędów!

Myślenie przyczynowo -skutkowe u przedszkolaków.

Źródła podają, że myślenie przyczynowo - skutkowe pojawia się u dzieci w wieku 3 lat. Faktem jednak jest, że umiejętność do wykrywania związków między przyczyną a efektem zależy od indywidualnego stopnia rozwoju dziecka. Nie tylko inteligencja wpływa na poziom tej sprawności, ale też doświadczenie dziecka (albo jego brak) z danym zjawiskiem. Rzeczy i czynności "odległe", niecodzienne; dziecko będzie bardziej skłonne tłumaczyć w sposób magiczny - ponieważ nie miało okazji poznać zasad ich funkcjonowania.

Dlaczego warto rozwijać myślenie przyczynowo -skutkowe?

Umiejętność ta ma wpływ m.in. na:

- skuteczność planowania,
- zdolność przewidywania skutków swoich działań,
- modyfikowanie własnych zachowań w celu uniknięcia błędów,
- poznawanie podstawowych zasad i cech fizycznych rzeczy (np. kształtu czy ciężkości),
- pobudzanie ciekawości do poznawania nowych informacji,
- rozwój kreatywności i elastyczności.

Zabawyrozwijające myślenie przyczynowo –skutkowe:

1. Segregowanie przedmiotów

Chodzi o dzielenie rzeczy według wspólnych funkcji, np. na przedmioty używane w kuchni, w ogrodzie, do zabawy. Zamiast przedmiotów można też wykorzystać obrazki lub wycinki z gazet. Należy poprosić dziecko, aby umieściło rysunki w odpowiednich grupach, z których każda ma swoje

kryterium (np. *używamy ich do mycia się* - obrazki z wanną, gąbką, mydłem, szczoteczką).

Na podobnej zasadzie można podzielić obrazki/przedmioty i poprosić dziecko, aby odszukało błędy w danym układzie.

2. Chowanego z zabawkami

Należy schować zabawkę. Następnie opisujemy dziecku, do czego służą przedmioty znajdujące się obok ukrytej zabawki albo co się robi w tym pomieszczeniu. Przykładowo: *Miś jest w miejscu, gdzie mama i tato śpią. Leży przykryty takim materiałem, który zasłania nam okno na noc.*

3. Łączenie obrazków w pary

Młodsze dzieci mogą z rozsypanki wybierać obrazki, które tak samo wyglądają. Ze starszymi warto zagrać w *Memory*.

Memory jest to gra, która ćwiczy też pamięć, koncentrację, spostrzegawczość. W najprostszej wersji, *Memory* polega na zapamiętaniu, gdzie leży drugi element z pary. Są jednak też gry, w których pary obrazków nieco się różnią, a zadaniem graczy jest jak najszybsze wskazanie różnicy.

4. Wymyślanie historii do pojedynczego obrazka

W tej zabawie można wykorzystać np. komiks. Wybieramy obrazek, na którym widać jakąś dynamiczną sytuację i prosimy dziecko o wymyślenie powodów, dla których postacie tak się zachowują (np. *Dlaczego ten pan tak pędzi samochodem? Dlaczego ta dziewczynka jest taka brudna?*). Można też wspólnie wymyślić, co będzie się dalej działo z bohaterami.

5. Wymyślanie historii do serii obrazków

Obrazki powinny przedstawiać przedmioty dobrze znane dziecku. Przedszkolak może wymyślać dowolną historię, w której po kolei pojawiają się dane przedmioty albo postacie z obrazka.

Warto też wykorzystać tzw. *Story Cubes*, czyli kostki sześcienne, z których każda zawiera na ściankach zestaw ilustracji. Zabawę ze *Story Cubes* zaczyna się od rzutu kostkami (w zestawie jest ich 9) i rozpoczęciu historii od obrazka, który jako pierwszy rzucił się graczom w oczy (np. od *Dawno, dawno temu...*). Następnie historię opiera się o pozostałe obrazki.

6. Zabawy z wodą i produktami kuchennymi

Zabawy te nie wymagają zasad, ale swobody do robienia “eksperymentów”. Umożliwiają poznanie cech poszczególnych produktów. Czyli: *Co się stanie,*

jak wymieszam wodę z mąką? Czy olej i woda się zmieszają? Jaki kolor będzie miała woda, jeśli dodam do niej kakao? Można też kupić dziecku barwniki spożywcze, które mogą być również świetnym pretekstem do nauki o kolorach!

7. Magiczne worki

Najprostsza wersja: należy schować w jednym worku przedmioty o różnej wielkości, fakturze i kształcie. Dziecko z zamkniętymi oczami wkłada rękę do worka i zgaduje, jaki przedmiot wylosowało.



Źródło:

<https://www.przedszkola.edu.pl/7-zabaw-na-myslenie-przyczynowo-skutkowe.html>

Zabawy i ćwiczenia rozwijające funkcje analizatora wzrokowego.

„Percepcja wzrokowa (...) jest zdolnością do rozpoznawania i rozróżniania bodźców wzrokowych, a także do ich interpretowania przez odniesienie do poprzednich doświadczeń” (Frostig i Horne, 1989).

Odpowiedni (właściwy dla danego wieku) poziom percepcji wzrokowej umożliwia poprawne przeprowadzanie takich czynności, jak czytanie, pisanie, układanie (puzzli, klocków), reprodukovanie figur, kształtów, wykonywanie zadań matematycznych (np. geometrycznych).

Nawiązując do definicji, wedle której percepcja wzrokowa doskonali się poprzez doświadczenie, można „przemycać” do zabawy z dzieckiem takie aktywności, które sprzyjają doskonaleniu spostrzegania wzrokowego.

Warto więc zaprosić przedszkolaka do tego typu ćwiczeń – pomogą mu one doskonalic już nabyte umiejętności w tym zakresie, co w przyszłości może pozwolić uniknąć deficytów percepcji wzrokowej, które mogą być symptomatyczne dla dysleksji.

Wykonując te ćwiczenia należy pamiętać o tym, aby dostosować je do możliwości i potrzeb dziecka.

Oto kilka sposobów doskonalących rozwój percepcji wzrokowej dziecka w wieku przedszkolnym.

1. Układanie figur, kształtów, szeregów:

- układanie wg wzoru (musimy przygotować wcześniej dwa komplety kolorowych figur np., wyciętych z kartonu). Układamy przed dzieckiem wzór ze „swojego” kompletu, np. czerwony trójkąt - żółte koło - niebieski kwadrat – czerwony kwadrat itd., następnie dziecko musi ułożyć taki sam wzór jak nasz;

- układanie z pamięci (układamy wzór, prezentujemy go dziecku przez pewien czas, np. 20 sekund i prosimy, aby uważnie przyjrzało się i postarało go zapamiętać. Następnie składamy wzór, a dziecko odtwarza z pamięci to co zapamiętało (wykorzystując do tego figury ze swojego kompletu).

2. Składanie pociętych obrazków:

- wg wzoru (np. przecięte na kilka części dwie identyczne kartki pocztowe – rodzic układa swoją jako wzór, a następnie to samo robi dziecko);
- bez wzoru (można tu wykorzystać różne obrazki, pocztówki, zdjęcia – pocięte na kawałki).

3. Uzupełnianie braków na obrazkach:

- można w tym celu wykorzystać gotowe obrazki dostępne w Internecie, na których brakuje pewnych części – zadaniem dziecka jest rozpoznanie i nazwanie brakujących części/przedmiotów (np. brak nosa w rysunku twarzy itp.)

4. Wyodrębnianie różnic między obrazkami:

- można wykorzystać obrazki dostępne w dziecięcych gazetkach (zadaniem dziecka jest znaleźć różnice między obrazkami – ich ilość jest zazwyczaj określona, np. 5 różnic)

5. Różnicowanie położenia figur/elementów w przestrzeni:

- co jest blisko a co daleko? (np. podczas spaceru).

6. Wzrokowe rozpoznawanie kierunku ułożenia strzałek:

- wcześniej warto wydrukować (lub narysować) na kartce kilkanaście strzałek umieszczonych w różnym kierunku po to, aby następnie kształtować pojęcie kierunku: „w górę”, „w dół”, „w prawo”, „w lewo”, „skośnie w lewy górny róg”, „skośnie w prawy dolny róg” itd. Dziecko wskazuje odpowiednią strzałkę, bądź rysuje zgodnie z poleceniem.

Układanie obrazków po lewej i po prawej stronie:

- stołu/biurka/kartki (można poprowadzić umowną granicę, np. położyć długą linijkę na środku biurka i poprosić dziecko, aby po lewej stronie ułożyło, np. czerwone klocki a po prawej zielone).

8. Dobieranie wyrazów do obrazków:

- rodzic przygotowuje kilka obrazków, na których są np. sprzęty domowe, zwierzęta, zawody (ważne, aby na obrazku był jeden element), a

następnie podpisy (nazwy tych przedmiotów). Zadaniem dziecka jest właściwe przyporządkowanie nazwy do obrazka.

9. Układanie puzzli:

- najpierw z dużych puzzli, potem z coraz mniejszych (stopniowo zwiększamy również liczbę elementów).

10. Przerysowanie prostych figur i kształtów (np. koło, trójkąt):

- dziecko rysuje z pamięci prezentowany przez kilka sekund przez osobę prowadzącą wzór (ćwiczenie to rozwija również pamięć wzrokową bezpośrednią).

11. Opisywanie obrazków:

- tego, co się na nich dzieje, kto jest na obrazku, co robią osoby na nim znajdujące się (można wykorzystać ilustracje z książek lub dziecięcych gazet).

12. Wyszukiwanie elementów na obrazku lub w otoczeniu:

- według nazwy: na przykład „czy jest na tym obrazku jakieś zwierzę?”, „pokaż mi na tym zdjęciu wszystkie dzieci, które mają czapki” lub według położenia: „pokaż mi coś, co leży na stole”, „pokaż, które zwierzęta na tym obrazku stoją na łące” itd.

13. Opisywanie otaczającej rzeczywistości:

- wspólne obserwowanie prostych zdarzeń, czynności, a następnie opisywanie ich przez dziecko (np. podczas spacerów).

14. Gra w domino:

- zarówno obrazkowe, jak i literowe.

15. Ćwiczenia pamięci wzrokowej:

- pokazujemy dziecku obrazek na kilka sekund i zakrywamy go. Następnie pytamy: „Co było na obrazku?”, „Ile było np. lalek, samochodów itp.?”

Pamiętajmy, aby proponowane przez nas zadania były dla dziecka przyjemnością i okazją do miłego spędzenia czasu z rodzicami. Przy okazji ćwiczeń, które doskonalą percepcję wzrokową można nie tylko zapomnieć o nudzie (np. licząc żółte samochody, które mijamy w korku), ale przede wszystkim dobrze się bawić i pogłębiać swoje relacje z dzieckiem (np. układając razem z nim puzzle nawet ze 100 elementów).



Źródło:

<https://www.babyboom.pl/przedszkolak/rozwoj/15-pomyslow-na-rozwoj-percepcji-wzrokowej-dziecka>

Bibliografia:

FROSTIG M., HORNE D. (1989). *Wzory i obrazki. Program rozwijający percepcję wzrokową. Poziom podstawowy (podręcznik)*. Warszawa.

„Być ptakiem” – zabawy relaksacyjne.

1. Powitanie przez dotyk

Dziecko wraz z Rodzicem „spaceruje” po dywanie. Na hasło: „Witamy swoje dłonie” – dotyka swoimi rękami dłoni Rodzica, mówiąc przy tym „dzień dobry, cześć”. Można witać się dłońmi, czołami, barkami, plecami, kolanami, łokciami. Sposoby powitania wybiera dziecko.



2. Zaczarowany ptak

Uczestnik zabawy biega po dywanie. Następnie Rodzic wymyśla „czarodziejskie zaklęcie” (wg własnej inwencji twórczej) i zamienia dziecko w „śpiącego ptaka”. W momencie, kiedy rozbrzmiewa muzyka relaksacyjna (link do muzyki znajduje się poniżej), dziecko (ptak) budzi się i wesoło „fruwa” po dywanie. <https://www.youtube.com/watch?v=Aa6UVcSJg8>

3. Zwierzęta

Dziecko w pantomimiczny sposób przedstawia wymyślone przez siebie dowolne zwierzę. Rodzic stara się odgadnąć jego nazwę.



4. Wprowadzenie w fazę ciszy

Rodzic opowiada poniżej zamieszczoną historię. Dziecko ilustruje ruchem jej treść:

„Kotek Milutek obserwował ptaszki, które się go bardzo bały. Kiedy kotek zniknął, „ptaki – dzieci” fruną wraz z „ptakiem – mamą” (Rodzicem) do domu. Unoszą się nad lasami i łąkami, nad domami i drogami. Z wysokości mogą odkryć małe światło, w którego pobliżu znajduje się miękkie gniazdo. Obok drzew i krzewów ptasia rodzina leci do wygodnego, bezpiecznego domu. Wreszcie, gdy przybyli, ptaszek wyszukuje w gnieździe przyjemne miejsce.

Ptasia rodzina jest bardzo zmęczona długą podróżą i kładzie się spać”.

5. Możesz fruwać jak ptak (opowieść relaksacyjna)



Jest piękny dzień. Niebo jest prawie bezchmurne, a świecące słońce przyjemnie cię ogrzewa. Patrzysz do góry i widzisz małego, kolorowego ptaka. Wiesz, że jest to sikorka, która cicho i samotnie fruwa po niebie. Chciałbyś chętnie unieść się wraz z nią i w myślach wyruszasz w podróż. Rozkładasz swoje ramiona, stajesz na wietrze i machasz rękami w górę i w dół. Powoli ziemia usuwa ci się spod nóg i wznosisz się wysoko w niebo. Jesteś całkiem spokojny. Tu, wysoko jest pięknie. Czujesz wiatr wokół ciała. Robisz wdech i wydech, wdech i wydech. Oddychasz bardzo regularnie i samodzielnie.

Patrzysz na ziemię. Pod tobą jest łąka usiana kwiatami. Kwiaty wyglądają na bardzo małe i mała jest też ławka pod jabłonią. Na jabłoni możesz zauważyć domek dla ptaków. Widzisz strumień, który płynie przez łąkę. Woda unosi kawałek kory, który wraz z prądem kołysze się w górę i na dół. Mały kot obserwuje uważnie przepływającą korę. Widzisz to wszystko dokładnie. Spokojnie wykonujesz kręgi na niebie. Robisz wdechy i wydechy, wdechy i wydechy, oddychasz bardzo regularnie i samodzielnie.

Szybujesz wysoko nad górami. Promieniują one spokojem i bezpieczeństwem. Wokół świergotają małe ptaki. Nie obawiasz się. Obserwujesz dokładnie krajobraz, bo może zechcesz go namalować. Potem wznosisz się wyżej, aż na szczyty gór. Odpoczywasz na jednym z wierzchołków i odczuwasz w sobie ciszę. Czujesz, jak z ciszy wzrasta w tobie nowa siła. Wiesz, że to dobrze. Krążysz jeszcze po niebie i odczuwasz w sobie siłę. Wiesz teraz, że musisz być w ciszy, jeśli potrzebujesz siły.

Zaczerpnąłeś więc znowu dość siły i powoli szybujesz z powrotem ku ziemi. Z pewnością wylądowałeś na twardym gruncie, stajesz na wietrze i rozkładasz ramiona. Idziesz powoli wzdłuż łąk i pól, aż znowu doszedłeś do swojego domu. Wchodzisz i otwierasz oczy. Kładziesz się powoli na boku. Zaciskasz pięści, przeciągasz się. Teraz jesteś znowu świeży i rześki.

Można zapytać dziecko, jak czuło się podczas relaksu.

Opracowała: D. Drożdżik na podstawie:

Portalu Pedagogika Specjalna oraz literatury:

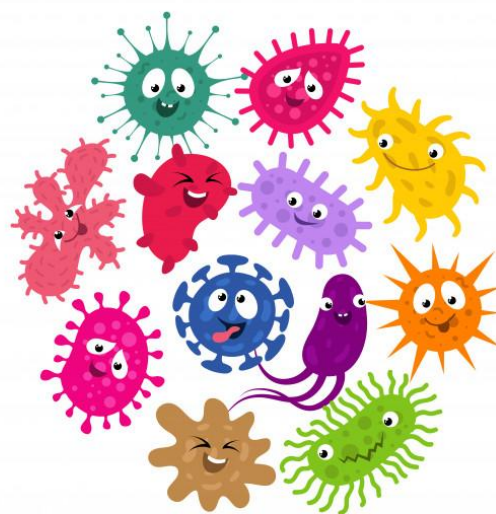
„Dzieci potrzebują ciszy. Zabawy relaksacyjne na wiosnę, lato, jesień i zimę” Andrea Erkert.

Wyd. Jedność, Kielce 1999.

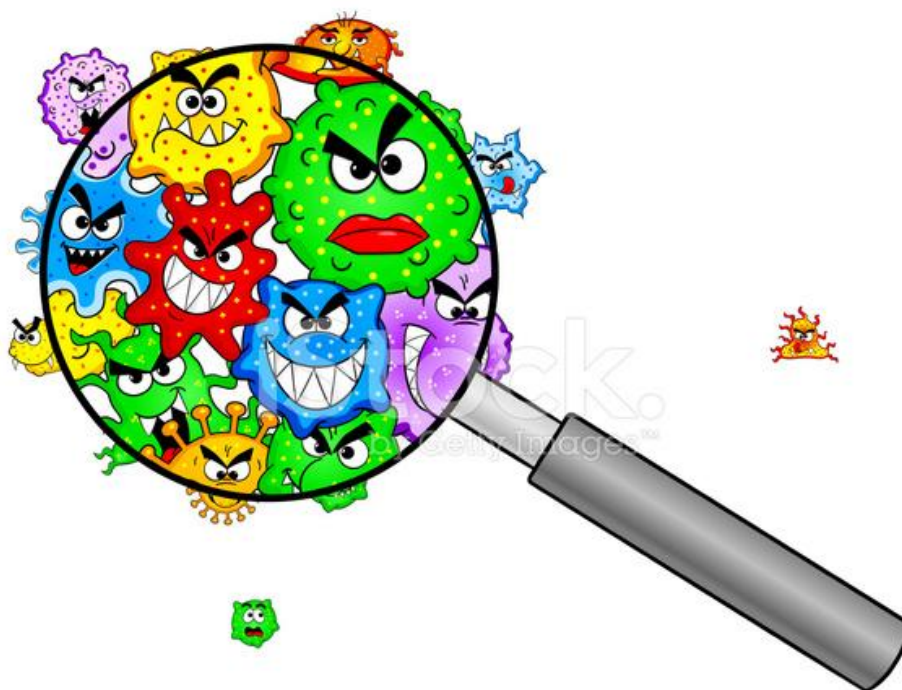
Bajka terapeutyczna

O tym, jak Wirus Koronek krainę człowieka chciał zdobyć.

W Wirusowej Krainie już dawno nie widziano takiego poruszenia. W sali obrad pojawiły się wszystkie znane i mniej znane wirusy, te duże i te małe, te bardziej niebezpieczne i te mniej groźne. Każdy wirus chciał dostać się na obrady Wielkiej Wirusowej Rady, żeby posłuchać, o czym będzie się rozmawiać, jakie ważne decyzje zostaną podjęte. Od dawna już było wiadomo, że czas już na te uzgodnienia najwyższy.



-Usiądźcie moi przyjaciele -jako pierwszy przemówił Wirus Odry. Pozostałe wirusy z szacunkiem pochyliły przed nim głowy. No, kto jak kto, ale ten wirus budził respekt i uznanie. Miał na swoim koncie udane potyczki w człowiekiem. Mógł mieć powody do dumy. Były czasy, gdy ludzie bali się go okropnie. A on niszczył ich i zacierał ręce z radości. Bo przez wiele lat człowiek nie umiał sobie z nim poradzić i go pokonać. Niestety, do czasu. W końcu człowiek okazał się sprytniejszy i wymyślił szczepionkę przeciw niemu.



-Moi bracia –

Wirus Odry podniósł się, aby widzieli go wyraźnie pozostali uczestnicy spotkania. Nawet ci, którzy skryli się w najbardziej oddalonych zaułkach sali -spotykamy się w trudnym czasie. Człowiek radzi sobie z nami wirusami coraz lepiej. Nasze działania i zabiegi na nic się zdają. Coraz trudniej nam realizować naszą misję, aby szkodzić ludziom i niszczyć ich.

W tym momencie zgromadzone wirusy zgodnie pokiwały głowami, a przez salę przeszedł szmer poparcia dla wypowiedzianych słów.

-Racja!!! Niech żyje Wirus Odry!!! Prawda!!! – rozległy się okrzyki.

-Pokonać człowieka! Precz z nim!!! - włączali się inni, wyrażając poparcie dla Wirusa Odry.

-I właśnie dlatego wezwałem Was tutaj, żeby to zmienić – zagrmiał Wirus Odry – bracia, musimy coś zrobić, bo inaczej czeka nas klęska.

-Może wypuścić na ludzkie istoty Wirusa Ebola. On całkiem nieźle sobie radzi, zaproponował ktoś z obecnych na sali.

-To dobry pomysł. Zróbmy tak!! – podchwyciły inne wirusy.

-Chyba nie do końca. Wicie, że Wirus Ebola już działa, np. w Afryce i niewiele osiągnął... Nie ma tyle sił, aby zaatakować cały świat – protestowały inne.

-To może wysłać Wirusa Sarsa. On też jest niebezpieczny i pewnie będzie wiedział, co robić – proponowała grupa małych wirusów.

-On już był. I co? Ludzie nadal cieszą się życiem. Nie zgadzamy się – grupa dużych wirusów była innego zdania.

-Dość! – Wirus Odry huknął w stół – to nie jest czas na kłótnie. Musimy wymyślić coś nowego, innego, coś, czego człowiek jeszcze nie widział, co go zupełnie zaskoczy.

-Mam! – zabrzmiał czyjś głos – mam rozwiązanie. Wszyscy spojrzeli w tym kierunku.

-Może ja spróbuję.



Zgromadzeni rozsunęli się i oczom ich ukazał się zupełnie nowy wirus. Miał sporo wypustek i wyglądał trochę jak korona.

-A ty jak się nazywasz? – zapytał Wirus Odry.

-Koronek – oświadczył dziarsko wirus.

-Skąd się wziąłeś? – Wirus Odry był bardzo zadowolony nowym członkiem zgromadzenia.

-Jestem i koniec. Urodziłem się niedawno, ale jestem gotowy do walki z człowiekiem – zapewnił wirus.

-I ty uważasz, że sobie poradzisz?

-Tak. Jestem o tym przekonany. Nikt mnie nie pokona. Jestem wyjątkowy. Najlepszy! – Koronek był niezwykle z siebie dumny. I bardzo pewien siebie.



Wirus Odry drapał się po głowie. „Czy słowa nowego wirusa to nie są tylko zwykłe przechwałki?” – zastanawiał się. Ale co miał do stracenia. Sytuacja była bardzo poważna.

Bo trzeba było ruszać na wojnę. Im szybciej, tym lepiej.

Zgromadzenie Wirusów w tajnym głosowaniu podjęło decyzję, żeby wysłać nowego Wirusa do walki z człowiekiem. Koronek obiecał, że zgromadzi swoich braci i już następnego dnia wyruszą w drogę. I tak się stało.

Całe szeregi wirusów mknęły do przodu. Wyglądały wspaniale. I było ich wielu.

Po kilku dniach do Wirusowej Krainy zaczęły napływać pierwsze wiadomości. Były radosne.

Ludzie zaczęli chorować. Na krainę człowieka padł błąd strach. Wirusy zacierały ręce.

Wiwatowały. Uważały, że zwycięstwo jest bliskie. Koronek szerzył zęby. Uśmiechał się z triumfem. Ludzie tymczasem w swoich królestwach radzili i pomagali sobie ze zdwojoną siłą. Wiedzieli, że od ich postawy zależy przyszłość ludzkiej krainy. Minął jakiś czas.

-Ludzie odkryli, że gdy będą myć często ręce mydłem, to sobie z nowym wirusem poradzą –

wyznał jeden z wysłanników, który zmęczony padł do stóp Wirusa Odry.



Potem do Wirusowej Krainy docierały kolejne informacje o tym, że człowiek się nie poddaje.

-Królestwa, w których żyje człowiek, zamykają granice! Koronek traci siły. Nie może się przedrzeć tam, gdzie ma ochotę – donosili kolejni wysłannicy.

Po jakimś czasie wieści dla wirusów były jeszcze smutniejsze.

-Ludzie zamykają się w domach i nie wpuszczają naszych wirusów. Są sprytni i się nie poddają.

Nie spotykają się w dużych grupach. Uczą się wiele rzeczy wykonywać siedząc w domach – wyznał posłaniec, który wrócił z pola bitwy -jest coraz gorzej. Przegrywamy.

-Czy ci ludzie się nie boją? Co teraz będzie? – zapytał Wirus Ospy.

-Nie mam pojęcia -przyznał Wirus Odry i westchnął ciężko – ci ludzie zawsze muszą coś wymyślić. Nie mam już na nich siły. Nawet jak się boją, to i tak walczą. Tacy już są!

Koronek ze swoimi braćmi nie spodziewał się, że ludzie okażą się tacy twardzi. Wielu z nich, chociaż bało się nieznanego wirusa Koronka, wiedziało, że muszą przetrwać. A nie wpuszczając go do swojej krainy i zamykając przed nim drzwi, mieli szansę się ochronić. I tak robili.



-Ci ludzie są niesamowici!!! – Wirus Febry wpadł do komnaty pałacu w Wirusowej Krainie – oni śpiewają, pomagają sobie, wspierają, organizują sobie czas w domach, a Koronek jest coraz słabszy i nie umie sobie z nimi poradzić. To klęska. Ci ludzie są od nas silniejsi.

Po wielu długich, długich dniach i nocach Koronek poniósł sromotną klęskę. Ludzi odważnych i o dobrych sercach było tak wielu, że dali radę. Mieli nadzieję i ona ich uratowała. Mogli znów cieszyć się i bawić. W swoim gronie. Spełniali marzenia i czuli się szczęśliwi.

Autorka: Beata Bartczak – psycholog, CTM Centrum Terapii Mutyizmu, Nieśmiałości i Lęku

Bajki relaksacyjne

WRÓŻKA I DREWNIANY PAJACYK

Położ się na podłodze..., położyć się wygodnie..., masz otwarte oczy i sobie po prostu leżysz..., teraz umawiamy się, że ja jestem wróżką z czarodziejską pałeczką, a ty jesteś takim drewnianym pajacykiem..., jako wróżka będę chciała ciębie zaczarować..., będę chciała usypiać różne części twojego ciała..., uwaga zaczynamy...

Ty, drewniany pajacyk leżysz sobie na podłodze..., masz okrągłą buzię i na niej dwa otwarte oczka..., teraz bardzo delikatnie magiczną pałeczką dotykam twoich powiek i twoje oczy pajacyku się zamykają..., twoje oczy idą spać..., dotykam twoich ust..., zasypiają..., twoich policzków..., zasypiają..., twojej brody..., zasypia..., cała twoja okrągła buzia jest pogrążona we śnie..., za chwilę dotknę twojego prawego ramienia i całej twojej ręki..., stanie się ociężała i senna..., właśnie teraz dotykam..., wtula się w podłogę..., już śpi..., dotykam też lewego ramienia i całej ręki..., też się wtula..., idzie spać...

Twoja buzia, twoje ręce poszły już spać..., ale ty jesteś obudzony, ty nie śpisz..., chciałeś, aby wróżka je dotknęła i uspiła..., więc tak się stało..., teraz będzie dotykać swą czarodziejską pałeczką innych miejsc..., a one będą szły spać...

Wróżka dotyka pleców zasypiają..., dotyka brzucha..., zasypia..., jeszcze została prawa i lewa noga i stopa..., wróżka podchodzi, delikatnie dotyka obu stóp i one bardzo zmęczone idą spać...

Teraz wszystkie twoje części drewniany pajacyku są uśpione..., teraz czujesz się uśpiony, leżysz sobie i wypoczywasz..., wszystko śpi i jest bardzo ciche...

Ale za chwilę trzeba będzie wstawać..., za chwilę moja czarodziejska pałeczka zamieni się w zaczarowane sznureczki, które będę przywiązywać do poszczególnych części twojego ciała...i wówczas one będą ciębie wybudzały ze snu..., jeśli jesteś już gotowy to zaczynamy...

Zaczarowany sznureczek przywiązuje się do prawej stopy..., stopa się budzi, lekko unosi... i opada..., lewa stopa..., unosi się i opada..., prawe kolano..., unosi się i opada..., lewe kolano..., plecy..., prawa dłoń..., lewa dłoń..., podbródek..., nos i powieki..., pajacyk otwiera oczy..., rozgląda się..., teraz jesteś pajacyku całkowicie wybudzony...

Na tym kończy się bajka..., ty ponownie jesteś sobą, a ja..., (mamą, tatą)..., wolno podnosisz się do pozycji siedzącej... i jeśli chcesz podziel się tym, co odczuwałeś wtedy, gdy byłeś pajacykiem.



JESTEM ROŚLINKĄ

Zamknij oczy..., wyobraź sobie, że jesteś maleńkim ziarenkiem, nasionkiem..., ktoś umieścił je w ziemi, a teraz dba o ciebie, dostarcza wody, dba o światło i ciepło..., nasionko zaczyna kiełkować, a następnie do góry

wyrasta delikatna łodyżka, a w ziemię wypuszczają korzenie..., z ziarenka zaczyna wyrastać roślina..., tylko ty wiesz, jaka to roślina..., przyjrzyj się dokładnie..., teraz rośnie i ogląda świat wokół siebie..., jest jeszcze młoda, lecz wciąż rośnie..., wypuszcza młode listki i kolejne łodyżki..., być może wyrosły wśród was kwiaty ogrodowe lub polne, a może młode drzewka..., przyjrzyj się jak wygląda ta roślina, jakie ma kolory..., poczuj, jakie są jej listki – mocne, czy delikatne..., możesz już otworzyć oczy.

A teraz już z otwartymi oczami pokaż ruchem swoich rąk i nóg, głowy i tułowia jak wyrastała roślina z nasionka.

- Na roślinkę, która jest już duża wieje wiatr, pokaż, co się z nią dzieje.
- Po chwili pada deszcz. Co czuje?
- I znów zajaśniało słońeczko. Wygrzewasz w jego ciepłych promykach swoje listki.
- Cieszysz się?
- Przyleciał do ciebie motyl i siada na listku. Trochę łaskocze, poruszając delikatnymi skrzydełkami, lecz po chwili odlatuje.
- Jak się czujesz po przygodach roślinki?



#220104584

WIECZORNA OPOWIEŚĆ

Kolejny ciepły, letni dzień zbliża się ku końcowi. Wielką łąkę i las powoli otula, swymi delikatnymi dłońmi, aksamitny Pan Mrok. Spowija czernią granatem, niczym lekkim tiulem, nasze miasto. Słońce chowa się powoli za horyzont, znacząc delikatną czerwienią linię nieboskłonu. Pojedyncze, małe chmurki leniwie snują się po wieczornym niebie. Kwiaty chylą kolorowe

główki, a ich prawie przezroczyste płatki zamykają się z cichym trzaśnięciem. Spóźnione pszczoły z cichym, wibrującym w powietrzu brzęczeniem, odlatują do swoich uli. Żuki i mrówki skończyły na dzisiaj swoją pracę. Wystarczy dobrze się wsłuchać, żeby usłyszeć, jak z cichym tupotem małych nóżek, umykają do swoich domków, schowanych w trawie, w ziemi, albo wśród listowia.

Wieczorny wietrzyk delikatnie szeleści w trawie, porusza zielonymi liśćmi. Słysząc senne ćwierkanie ptaków, które niespiesznie układają się do snu w swoich gniazdach. Gdzieś daleko zaszczekał pies. Nocą będzie pilnował domu swoich gospodarzy i ich spokojnego snu. Powoli gasną światła w domach, a drogę oświetlają maleńkie robaczki świętojańskie – świetliki. Zapalają swoje małe latarenki, małe punkciki jasnego światła w aksamitnym mroku.

Za chwilę wyruszy na wieczorne łowy kot, który lekko przebiega przez łąkę. Miękkie poduszki jego łap sprawiają, że porusza się prawie że bezszelestnie. Ze snu budzą się też ćmy, które rozpoczną nocną wędrówkę w poszukiwaniu światła. Jedwabiste, delikatne skrzydła tych owadów uderzają o siebie podczas pospiesznego lotu. Gdybyśmy zanurzyli się w las, usłyszelibyśmy pohukiwanie szarych sów, łagodne stukanie racic przebiegającego jelenia.

Schowały się już zające, śpią przytulone w swoich norkach. Za to jeże tuptają po łące, pewnie biegną do ogrodu. Z oddali, z lasu dobiegło ciche pochrząkiwanie dzików. Ich dalekie kuzynki – świnki, śpią już dawno w chlewiku. Za chwilę Pan Mrok zapali na nocnym, ciemnogramatowym niebie, srebrzyste migoczące gwiazdy i oświetli drogę spóźnionym wędrowcom lśniącym sierpem księżyca.

Spokój, cisza i mrok objęły we władanie las i łąkę. I wy przytulcie się do miękkiej poduszki i zaśnijcie. Ale najpierw posłuchajcie nocnej opowieści.



Źródło:

http://przedszkole3.hajnowka.pl/index.php?option=com_content&view=article&id=200:bajki-relaksacyjne&catid=44:zabawy-z-mam-i-tat&Itemid=121

Terapia bajką czy bajkoterapia



Bajkoterapia stanowi odłam biblioterapii i polega na wykorzystaniu bajek, baśni w celach terapeutycznych, edukacyjnych czy relaksacyjnych. Bajki w klasycznym pojęciu, to krótkie opowiadania, często wierszowane, w których bohaterami są zwierzęta, ludzie czasami rośliny lub przedmioty i zawierają swoisty morał, pouczenie, wypowiedziany wprost albo dobitnie zasugerowany. Według Brunona Bettelheima bajki i baśnie mają

zadanie: wyjaśniające, inspirujące, uspokajające, a także jak wynika z powyższej definicji pouczające. Kreują umiejętność odróżniania dobra od zła, pozwalają na zrozumienie sytuacji i problemów pojawiających się w życiu, z którymi dotąd dzieci nie miały styczności. Oddziałują na psychikę poprzez identyfikację z pozytywnym bohaterem, pozwalają rozpoznać wewnętrzne potrzeby dziecka, wspierają rozwój osobowości. Ponad to stanowiły bazę do bajkoterapii, o czym pisał Horacy „O tobie bajka mówi pod zmienionym imieniem”.

Za pomysłodawczynię metody bajkoterapii uważa się australijkę Doris Brett (psychologa klinicznego), która w 1988 roku opublikowała zbiór bajek zatytułowany „Opowiadania (dla) Ani. Szczególny rodzaj opowiadania”. Bohaterką historyjek jest Ania. Mała dziewczynka przeżywająca różne sytuacje sprzyjające powstawaniu wszelkiego rodzaju lęków. Każda historia ma pomyślnie zakończenie i ma pomóc w niwelowaniu dziecięcych strachów. W Polsce zbiór ten został wydany po raz pierwszy w 1992 roku pod tytułem „Bajki, które leczą”. A zatem bajki pomagajki to historie świadomie skonstruowane i napisane tak, by dzieci odnajdywały w nich część siebie, swoich uczuć, emocji i problemów, z którymi się borykają. Bajki terapeutyczne pisane są prozą, w przeciwieństwie do klasycznie rozumianej bajki nie niosą ze sobą żadnego morału, akcja rozgrywa się we współczesnym świecie. Pozwalają dostrzec dziecku, że nie jest ono jedyne i odosobnione ze swoimi troskami, lękami, emocjami. Bajki te mówią dziecku, że nie trzeba się bać, wstydić i okazywać smutku, te uczucia są jak najbardziej autentyczne i normalne, ponieważ inni też ich doświadczają. Wielość funkcji jakie pełni bajka terapeutyczna jest wprost zadziwiająca.

W bajkoterapii można wykorzystywać bajki już opublikowane lub napisane samodzielnie. W przypadku bajki, której celem jest profilaktyka autorem może być rodzic. Jeśli bajka ma pełnić inną funkcję np. wspierającą lub terapeutyczną warto sięgnąć po gotowe publikacje przygotowane przez specjalistów z dziedziny; psychologii, pedagogiki, socjologii, psychoterapii.

A zatem prostym też staje się odpowiedź na pytanie. Dzieciom w jakim wieku dedykowane są bajki terapeutyczne? Jedną z czołowych autorek bajek terapeutycznych M. Molicka pisze, że dla dzieci w wieku od 4 do 9 lat. Oczywiście nic nie stoi na przeszkodzie, aby treść bajek poznawały również starsze dzieci. Nieprzypadkowo za dolną granicę wieku adresata przyjmuje się 4 rok życia. Dzieci w tym wieku nabywają bardzo ważną umiejętność, która pozwala na prawidłowy odbiór terapeutycznego przekazu bajki. Zdolność ta, tzw. decentracja interpersonalna, wiąże się z myśleniem o tym, co w danej sytuacji mogłaby pomyśleć inna osoba. Ponadto dziecko pomiędzy 4. a 5 rokiem życia coraz lepiej rozumie siebie i to, co je otacza, potrafi tłumaczyć sobie zachowania innych.

Cechy charakterystyczne bajki terapeutycznej:

Wszystkie bajki terapeutyczne mają cechy wspólne takie jak:

– Tło bajki

Akcja bajki musi się rozgrywać w miejscach znanych dziecku, tak by budzić pozytywne uczucia u bohatera i dziecka

– Główny bohater

Postać głównego bohatera, z którym dziecko może się identyfikować, a zatem widzi odbicie swoich trosk, przeżyć, lęków, co pomaga mu obrać właściwą strategię uporania się z nimi.

Bohaterem jest zazwyczaj dziecko w wieku zbliżonym do jego, lecz nie posiadające identycznych cech takich jak wygląd czy imię. Obserwując takie zachowanie bohatera, u dziecka wzmacnia się poczucie własnej wartości, a także rozwija umiejętność pozytywnego myślenia. Dziecko uczy się radzenia sobie w trudnych sytuacjach: bohater tak zrobił to ja też mogę.

– Inni bohaterowie

Pomagają zwerbalizować lęk, uczą jak sobie z nimi radzić, często przyczyniają się do sukcesu głównego bohatera. Wprowadzają nastrój optymizmu, miłości, akceptacji i zrozumienia. Zachęcają swojego bohatera do otwarcia się, mówienia o własnych lękach.

– Główny temat

Opis problemu oraz tego, co w danej sytuacji odczuwa bohater, czego się boi, co w nim wzbudza lęk. Pozwala dziecku zrozumieć, jakie są przyczyny odczuwania takich emocji i co dzieje się z głównym bohaterem.

– Konstrukcja

Oparta na metaforze sytuacji, w której znajduje się odbiorca bajki.

– Rozwiązanie problemu (oswajanie)

Ekspozowanie bodźców lękotwórczych oraz łączenie ich z emocjonalnie pozytywnymi bodźcami. Celem jest pokazanie jak bohater radzi sobie z danym problemem, co robi, jak działa, jakie wzorce zachowania prezentuje. Dochodzi wówczas do oswojenia z lękiem, stworzenie dystansu do sytuacji i pokonanie emocji o negatywnej barwie.

– Brak morału

– Pozytywne zakończenie

Lub takie zakończenie, które pozwoli na obniżenie napięcia oraz zaakceptowania odczuwalnych emocji, jak w przypadku bajek o śmierci.

Rodzaje bajek terapeutycznych

Ze względu na pełnione funkcje wyróżniamy trzy rodzaje bajek terapeutycznych:

- relaksacyjne
- psychoedukacyjne
- psychoterapeutyczne

Bajka relaksacyjna

Celem bajki relaksacyjnej jest uspokojenie, wyciszenie dziecka, wprowadzenie go w stan odprężenia, koncentracji oraz regulowanie jego rytmu pracy i zabawy. Akcja takiej bajki rozgrywa się w miejscu znanym dziecku, w miejscu, które jest bezpieczne, przyjazne i spokojne. Tuż przed jej opowiadaniem, zadaniem czytającego jest wprowadzić dziecko w stan rozluźnienia. Istotnym jest by bajka oddziaływała na słuch, wzrok i czucie dziecka. Struktura słuchowa ma wywołać wrażenia typu: słyszysz szum morza, szelest liści; wzrokowa: widzisz nadciągające chmury; czuciowa: wchodzisz do ciepłego jeziora, kuchni pachnącej pieczonym ciastem. Taka bajka ma być dość krótka. Jej opowiadanie powinno trwać od 3 do 7 minut.

Bajka psychoedukacyjna

Jej głównym celem jest ujarzmienie negatywnych emocji poprzez reinterpretację, czyli zmianę sposobu myślenia o nich. Opowiadania tego typu świetnie sprawdzają się do przygotowania dziecka przed ewentualną trudną sytuacją jaką może być: zmiana przedszkola czy przeprowadzka. Ma za zadanie wprowadzać zmiany w zachowaniu dziecka, wskazać mu nowe wzory postępowania oraz reagowania emocjonalnego ukazać inne spojrzenie na sytuację lękową.

Jest to możliwe za sprawą bohatera bajki przeżywającego problem zbliżony do tego, z którym boryka się dziecko. Bajki psychoedukacyjne bogate są w metafory. Elementem towarzyszącym bajce psychoedukacyjnej jest aktywność plastyczna, która zachęca dziecko do zilustrowania swoich emocji.

Bajka psychoterapeutyczna

Działa w obrębie już nabytych negatywnych przeżyć, emocji i lęków. Treść ich musi być głęboko zakorzeniona w sytuacji w jakiej aktualnie znajduje się dziecko, bądź , w której znalazło się niedawno np. rozwód rodziców. W oparciu o ten typ bajek zmierzamy do redukcji: lęku, poczucia wstydu, winy, zażenowania, poniżenia, gniewu czy złości a więc uczuć związanych z tymi negatywnymi przeżyciami. Dziecko poznaje i obserwuje uczucia w kontekście społecznym by finalnie zobaczyć je u siebie, a na koniec uświadomić sobie, że innym też zdarza się być w podobnej sytuacji.

Fabula bajki psychoterapeutycznej jest rozbudowana, zawiera elementy baśni i bajki psychoedukacyjnej uzupełnione o takie mechanizmy wpływające na słuchacza jak: naśladownictwo i identyfikacja z sytuacją i bohaterem.

Bajkoterapia stanowi propozycję działań terapeutycznych dla dzieci w każdym wieku skierowanych do przedszkolaków jak też do dzieci w młodszym wieku szkolnym.

Szczególny jednak wpływ, ma na maluchy uczęszczające do przedszkola, bowiem na tym etapie rozwoju, głęboko wierzą w magiczny świat , który obecny jest nie tylko w zwykłych bajkach ale również terapeutycznych.

Wiek przedszkolny to doskonały czas do rozbudzania w dziecku ciekawości poznawania świata, nauki wartości i właściwego postępowania. Umiejętność jaką nabywają dzieci w wieku przedszkolnym – decentracja interpersonalna pozwala im na identyfikowanie się z głównym bohaterem, z którym mają tak wiele wspólnego, przede wszystkim problem. Potrafią zrozumieć, że problemy, z którymi się borykają są znane innym dzieciom. Postać głównego bohatera pomaga uporać się z nimi. Z własnymi emocjami, obawami i lękami. Bajki terapeutyczne pozwalają dziecku zapoznać się z wachlarzem ludzkich emocji nie wspominając już o rozwoju wyobraźni, zasobu, zasobu słów czy myślenia. Bajki terapeutyczne to narzędzie dające podstawy do budowania dziecięcego świata wartości.



Źródło:

Na podstawie tekstu: mgr inż. Jagoda Nutowicz-Piechowicz – oligofrenopeda, logopeda, animator kultury w Europejskim Centrum Bajki, pasjonatka teatru, która swoje zainteresowanie sztuką realizuje na scenie i z jej drugiej strony jako koordynator Amatorskiego Teatru „Kurtyna”.

Bibliografia:

1. Bettelheim Bruno, Cudowne i pożyteczne. O Znaczeniach i wartościach baśni. Wydawnictwo PIW 1985.
2. Brett Doris, Bajki , które leczą. Część 1 i 2. Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne 2013.
3. Horacy, Satyry, I,1 wiersz 69.
4. Molicka Maria, Biblioterapia i bajkoterapia. Media Rodzina 2011.
5. Molicka Maria, Bajki terapeutyczne. Część 1 i 2. Media Rodzina 1999.
6. Molicka Maria, Bajkoterapia. O lękach dzieci i nowej metodzie terapii. Media Rodzina 2002
7. Praca Zbiorowa: A. Barciś, K. Dowbor, K. Ibisz, R. Królikowski i inni, Bajkoterapia czyli dla małych i dużych, o tym jak bajki mogą pomagać. Nasza Księgarnia 2009.

Artykuł zamieszczony na stronie Fundacji Edukacji Domowej

https://domowa.edu.pl/terapia-bajka-czy-bajkoterapia/?gclid=CjwKCAjwL2BRA_EiwAacX32agPmYQl4sb1eWjjNphxMvy3LnMPqdZ1jxjR8OaFM1AVddtJHIpHaxoCnmsQAvD_BwE

**Gry interaktywne rozwijające pamięć
oraz spostrzegawczość wzrokową.**

Wystarczy kliknąć w poniżej zamieszczony link.

Życzymy udanej zabawy.



<https://view.genial.ly/5ec02a6e32a04c0d96b72bf8>



<https://view.genial.ly/5ebe4a974a81770d9df4d3f7>



<https://view.genial.ly/5ebc0c53e87b0e0d25609230>



<https://view.genial.ly/5ebdaea3d5c84b0d8fb824ea>



<https://view.genial.ly/5ec2e7d02106c10d16831990>

Źródło: <https://www.janauczycielka.com/gry-interaktywne/>

Scenariusz zajęcia z zakresu terapii pedagogicznej z elementami metody kinezylogii edukacyjnej wg P. Dennisona pt. „Jesteśmy w lesie”.



1. „**Wiewiórki**”- zabawa na powitanie. Dziecko siedzi z Rodzicem na dywanie, trzymając się za ręce. Przywitanie rozpoczynamy wierszem:

„Kiedy się z sobą witają wiewiórki
To grzecznie mówią sobie –
dzień dobry”.

2. Kinezylogia edukacyjna Paula Dennisona („Ruchy naprzemienne”, „Słoń”, „Punkty na myślenie”).

https://www.youtube.com/watch?v=h_ytkXXm-YE

3. „**Jaką minę przedstawia żabka?**”- zagadki pantomimiczne. Dziecko siedzi na dywanie z Rodzicem i losuje obrazki żabeczka przedstawiające minę radosną, smutną, wystraszoną i złą. Zadaniem dziecka jest przedstawienie takiej samej miny jak na wylosowanym obrazku. Rodzic odgaduje, jakie uczucie maluje się na twarzy przedstawiającego zagadkę. Po zakończeniu zabawy zachęca dziecko do wypowiedzi: „Co sprawiło mu trudność w tym zadaniu i dlaczego?”, „Jaką twarz było przedstawić najtrudniej, a jaką najłatwiej?”



RADOŚĆ



SMUTEK



STRACH



ZŁOŚĆ

4. „**Zwierzęta na leśnej polanie**”- zabawa, wykorzystanie techniki parateatralnej (teatr palcowy). Dzieci samodzielnie na palcach swojej ręki rysują główki różnych zwierząt i uzgadniają z Rodzicem, jakie sytuacje będą odgrywać. Następnie same ustalają, który palec, kim będzie i układają dialogi między zwierzętami.



5. „**Ciężki jak niedźwiedź**” – zabawa wyciszająca. Dziecko kładzie się na plecach. Następnie Rodzic prosi, by stopniowo podnosiło do góry nogi, ramiona, głowę i poczuło ich ciężar, potem następuje rozluźnienie wszystkich części ciała.

Oto tekst wyżej wymienionej zabawy:

Połóżcie się na plecach.

A teraz podnieście do góry waszą prawą nogę. Nie całkiem wysoko, tylko do połowy. Czy czujecie jej ciężar? Ta noga jest dość ciężka, prawda? Spróbujcie utrzymać nogę w górze tak długo, jak to tylko możliwe.

A teraz położymy ją spać. (dzieci kładą nogę na podłodze)

A teraz zrobimy to samo z lewą nogą...

Teraz zrobimy to samo z obydwoma ramionami jednocześnie...

A teraz podnosimy głowę do góry.

Podnosimy głowę do góry – nie barki!

Uff, ta głowa jest naprawdę ciężka.

A teraz – nareszcie – kładziemy głowę do snu. Zamykamy oczy, a dłonie kładziemy na brzuchu.

Takie ciężkie jak niedźwiedź!

Hm, to miłe uczucie, kiedy dłonie są kotysane, czy zauważacie to?

Jeśli dzieci znają ćwiczenie numer 2 albo 3, możemy w tym miejscu przejść do tego:

Dłonie są tak pięknie kotysane.

Wdech, wydech... wdech, wydech... wdech, wydech... wdech, wydech... wdech, wydech...

6. „**Jak wygląda las?**” - rysowanie kredkami świecowymi podczas słuchania muzyki relaksacyjnej z odgłosami różnych gatunków ptaków.

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

7. „**Mały niedźwiadek**” – słuchanie bajki relaksacyjnej (bajkoterapia). Przed opowiadaniem Rodzic wprowadza dziecko w stan rozluźnienia, mówiąc” teraz posłuchamy bajeczki, usiądźcie wygodnie, jeszcze wygodniej, posłuchajcie swojego oddechu, zamknijcie oczy. Wypowiadanych słowom bajki towarzyszyć może muzyka relaksacyjna (można wykorzystać link z muzyką relaksacyjną zamieszczoną powyżej).

Mały niedźwiadek

Mały niedźwiadek szedł wolno przez las. Czuł ogarniające go zmęczenie, nóżki zrobiły się jakieś ciężkie i nie chciały odrywać się od ziemi. Rozglądał się dookoła, szukając miejsca do odpoczynku. Drzewa rosły tutaj rzadziej, słońce coraz swobodniej przeciskało się przez konary drzew, oświetlając wszystko dookoła.

Chyba niedaleko jest jakaś polanka, tam sobie odpocznę – pomyślał miś. I rzeczywiście, po chwili jego oczom ukazała się mała łączka otoczona ze wszystkich stron drzewami. Stanął na jej skraju i znieruchomiał z zachwytu: niskie krzewy, trawa, kwiaty jak kolorowy dywan rozkładały się u jego stóp. Na środku łączki zajączki, króliczki, ba, nawet myszki wygrzewały się w promieniach słońca. Spojrzał na niebo. Było bezchmurne, słońce jakby wiedziało, że zwierzęta oczekują na jego promienie, bo świeciło bardzo mocno. Miś wystawił pyszczek do słońca i poczuł, jak przyjemne ciepło obejmuje najpierw jego głowę, a potem całe ciało. Usłyszał lekki szum wiatru i brzęczenie owadów, które unosiły się nad kwiatami. Głęboko odetchnął. W nos wkręcał się delikatny zapach trawy i kwiatów.

Tutaj jest wspaniałe miejsce do odpoczynku – pomyślał, po czym położył się wygodnie na trawie, jak na kocyku, łapki podłożył sobie pod głowę. Zamknął oczy. Odpoczywał. Oddychał miarowo i spokojnie. Zrobił głęboki wdech, wciągnął powietrze przez nos, a po chwili wypuścił je. Powtórzył to jeszcze raz. Czuł, jak z każdym wydechem pozbywa się zmęczenia. Był teraz przyjemnie rozluźniony, poczuł się ciężki i bezwładny. Jego głowa, brzusek i nóżki były jak z ołowiu. Wtulił się w trawkę jak w kołderkę. Było mu bardzo wygodnie. Oddychał równo i miarowo, jego klatka piersiowa spokojnie w rytm wdechu i wydechu unosiła się i opadała, tak jak fale morskie, kiedy wolno i leniwie przybijają do brzegu. Poczuł się teraz tak dobrze ! Delikatny wiaterek przesuwiał się po całym jego ciele, rozpoczynając od czubka głowy aż po koniuszki łapek, zabierając z niego zmęczenie i napięcie. Robił to raz i drugi, powtarzał wiele razy. Promienie słońca przyjemnie ogrzewały. Miś odpoczywał. Po chwili zasnął, a razem z nim zajączki, króliczki i nawet małe myszki. Zrobiło się tak cicho, że nie słysząc było nawet brzęczenia pszczoł. Słońce wolno szło po niebie. Nagle, nie wiadomo skąd, pojawiły się małe chmurki, rozpoczęły zabawę w chowanego, biegały po całym niebie, zagradzały drogę promyczkom, które płynęły na ziemię. Wiatr zaczął silniej dmuchać, łączka budziła się ze snu. Zabrzęczały pszczołki, które znowu zabrały się do zbierania miodu z kwiatów, ptaszki rozpoczęły swe trele, a motyle rozpościerając skrzydełka, unosiły się nad roślinkami. Wtem jeden z nich, taki najmniejszy motylek usiadł na nosku niedźwiadka i w rezultacie niechcący go przebudził. Miś leniwie otworzył oczy. Przetarł je łapkami. Ziewnął raz i drugi, przeciągnął się. Wiaterek tymczasem nagle zawirował, zatańczył i chłodnym powietrzem orzeźwił go. Najpierw dotknął jego łap. Wniknęła w nie ożywcza siła, miś poczuł, jakby zanurzył je

w chłodnym strumyku. Ten przyjemny, orzeźwiający dotyk przenikał coraz wyżej i wyżej, jak prysznic ogarnął ciało, dając energię, przepelniając siłą. Miś łapkami, główką, nóżkami. Wstał, otrzepał futerko, poczuł się odprężony i wypoczęty. Wiaterek wzmagął się, coraz silniej, tańcząc po łące i zachęcając wszystkich do zabawy. W jego rytm pochylały się trawy, kwiatki, a nawet krzewy ruszały swymi gałązkami jak ramionami.

Cudownie wypocząłem – pomyślał miś. – Jutro na pewno tutaj powrócę, ale teraz już pora wracać do domu. Czeka tam przecież na mnie mama i przepyszny podwieczorek. W tym momencie pogłaskał się po brzuszku i ruszył energicznie, podskakując w rytm podmuchów, w kierunku swego domu.



Źródło: Zabawy i ćwiczenia opracowane na podstawie scenariusza zajęcia z zakresu terapii pedagogicznej z wykorzystaniem kinezylogii edukacyjnej P. Dennisona pt. „Jesteśmy w lesie” opracowanego przez p. D. Droździk.

**Gry interaktywne rozwijające słuch fonematyczny.
Wystarczy kliknąć w poniżej zamieszczony link.**

Życzymy udanej zabawy.



<https://view.genial.ly/5eb92215b618f00d9953c149>



<https://view.genial.ly/5eb6466a639bfa0d0fdc1978>



<https://view.genial.ly/5e7fc23daafed90da9ad9083>



<https://view.genial.ly/5e9bf464f69c430d825d2d81>



<https://view.genial.ly/5e94acb69334740d78ba4412>



<https://view.genial.ly/5eaffc1398d6ea0d8c85530c>

Źródło:

Gry interaktywne: <https://www.janauczycielka.com/gry-interaktywne/>

Zdania, wyrazy, sylaby – ćwiczenia słuchu fonematycznego.

Ćwiczenia słuchu fonematycznego rozpoczynają się już we wczesnej edukacji przedszkolnej.

Pamiętajmy, że słuch fonematyczny, to umiejętność rozróżniania w mowie ludzkiej fonemów, czyli najmniejszych elementów mowy. Innymi słowy oznacza to, że potrafimy m.in. wyodrębnić głoski w wyrazach. Poza tym prawidłowo wykształcony słuch fonematyczny pozwala również na wyodrębnianie z potoku mowy zdań, ze zdań – wyrazów, z wyrazów – sylab i głosek, a także różnicowanie podobnie brzmiących słów itd.

Ważne jest, aby dziecko potrafiło dokonywać analizy i syntezy słuchowej wyrazów, bo to stanowi wstęp do nauki czytania i pisanie.

Należy wykonywać ćwiczenia typu:

- rozpoznawanie dźwięków wydawanych przez różne instrumenty i przedmioty, głosów zwierząt, urządzeń gospodarstwa domowego;
- odtwarzanie podanych rytmów poprzez klaskanie, stukanie, tupanie;
- lokalizowanie źródła dźwięków;
- rozpoznawanie piosenki po melodii, rytmie.

Zdania, wyrazy, sylaby

1. Rozpoczynamy od wyodrębniania zdań z dłuższych wypowiedzi. Rodzic wygłasza powoli np. krótkie opowiadanie, a dziecko układa tyle patyczków lub klocków, ile słyszy zdań.

2. Rodzic układa zdania na temat ilustracji i oznacza kolejne zdania paskami papieru np. Janek pływa. Basia buduje zamek.

3. Dziecko układa zdania do kolejnych sytuacji i ilustruje je paskami papieru na dywanie np. Mama leży na leżaku. Tata łowi ryby.

4. Układanie zdań o przedmiotach znajdujących się w domu wskazanych przez Rodzica (klocki, książka, okno itd.).
5. Układanie zdań o dowolnie wybranym przez dziecko przedmiocie.
6. Wymyślanie zagadek o tych przedmiotach i liczenie ułożonych zdań.
7. Układanie zdań z wybranym wyrazem.
8. Układanie zdań do obrazka w książce.
9. Układanie zdań do obrazków, a następnie liczenie wyrazów w zdaniu np. Dziewczynka biegnie. Kotek gra na gitarze.



Narysuj, tyle kółek ile wyrazów słyszysz w zdaniu.

10. Układanie zdań do schematu, gdzie jeden kolorowy pasek to jeden wyraz.



11. Układanie zdań z podaną liczbą wyrazów. Np.: Ułóż zdanie złożone z trzech wyrazów itp.

12. Wyklaskiwanie wyrazów (lub podskakiwanie na każdy wyraz) przy głośnym wymawianiu zdania, liczenie wyrazów w zdaniu.

13. Rozwiązywanie zagadek, w których odpowiedź jest jednym wyrazem.

14. Zabawa (dla całej rodziny) w segregowanie wyrazów np. owoców, warzyw, zabawek. Każdy biorący udział w zabawie jest określonym wyrazem, na sygnał ustawia się w wyznaczonym przez Rodzica miejscu.

15. Wymyślanie rymujących się wyrazów.

16. Podział wyrazów podanych przez Rodzica na sylaby poprzez:

- klaskanie;
- tupanie;
- grę na instrumentach perkusyjnych;
- układanie odpowiedniej liczby klocków, patyczków, kredek;
- cięcie pasków papieru;
- rysowanie kółeczek pod obrazkiem;



Narysuj, tyle kółek ile słyszysz sylab w podanych wyrazach.

17. Wybieranie obrazków rozpoczynających się na daną sylabę np. kogut, korek, koparka.

18. Kończenie rozpoczętego przez nauczyciela wyrazu (imion, przedmiotów) np.:

Da....(rek)

pił....(ka)

kło....(cek)

Szkolne inspiracje

Źródło:

Materiały zaczerpnięte z bloga edukacyjnego „Szkolne inspiracje” prowadzonego przez panią Annę Albrecht, nauczycielkę edukacji wczesnoszkolnej. Link do strony został zamieszczony poniżej:

<https://www.szkolneinspiracje.pl/podzial-na-gloski-cwiczenia-i-zabawy-rozwijajace-sluch-fonematyczny-cz-2/>

Ćwiczenia i zabawy zostały zaczerpnięte m.in. z książki A.Czochry, I.Tarkowskiej „Mój pierwszy elementarz. Przewodnik metodyczny”.

Ćwiczenia i zabawy rozwijające słuch fonematyczny – wyróżnianie głoski w wygłosie.

Podział na głoski to przygotowanie do nauki czytania, które rozpoczynamy już w wieku przedszkolnym. Gdy dzieci dobrze sobie radzą z podziałem wyrazów na sylaby, możemy rozpocząć wyróżnianie głosek w nagłosie, wygłosie i śródgłosie wyrazów, czyli na początku, na końcu i w środku wyrazu.

Podział na głoski – wyróżnianie głoski w wygłosie.

1. Który wyraz kończy się inaczej?

Podaj nazwy obrazków kończących się inną głoską niż „y”.



Słuchanie wyrazów wymawianych przez Rodzica i wskazywanie wyrazu z odmiennym zakończeniem:

- pies – las – koc
- kot – lis – płot
- dom – tor – ser
- kotek – model – lisek

2. Zabawa z salutowaniem.

Dziecko podaje swoje imię np. Jacek. Wstają i salutują wszyscy członkowie rodziny, których imię kończy się tą samą głoską np. Wojtek, Florek, Franek.

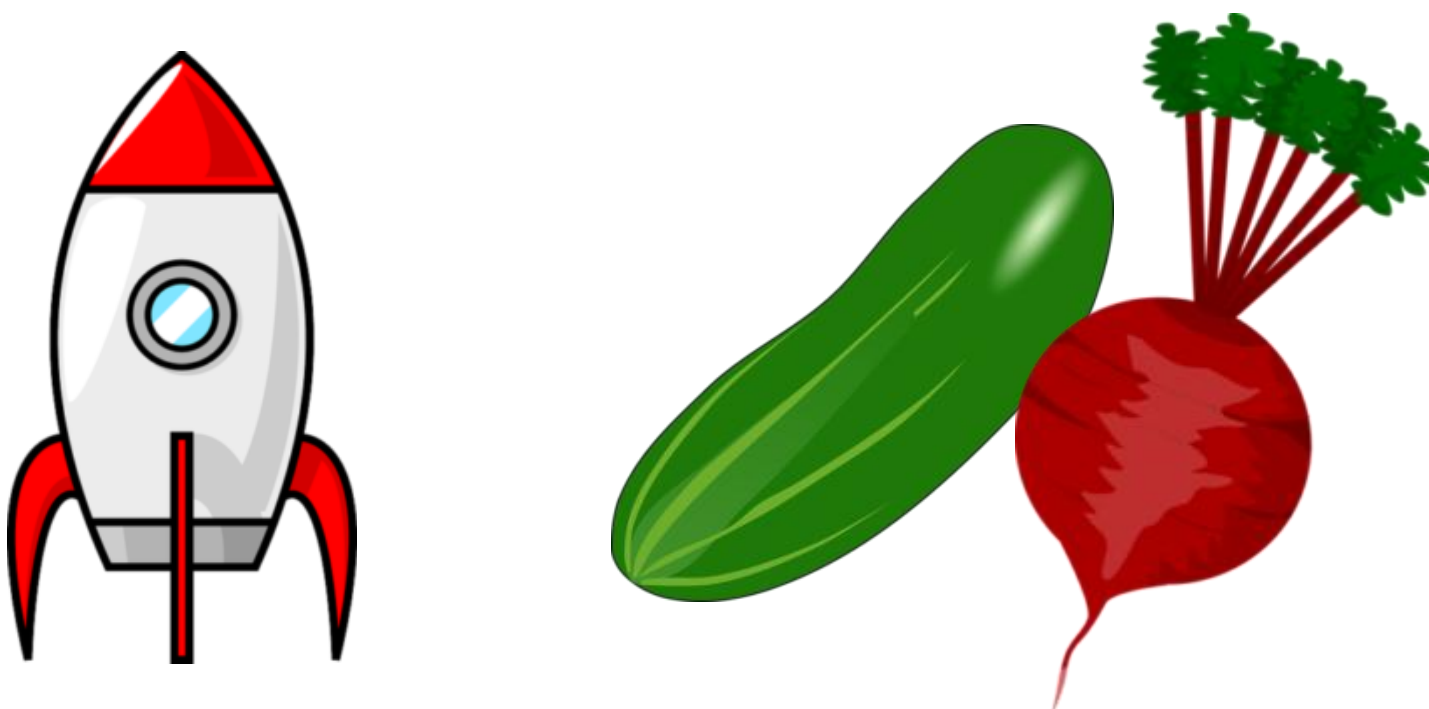
3. Zabawa „Meblujemy mieszkanie”.

Na dywanie znajdują się ilustracje mebli potrzebnych do wyposażenia mieszkania (można również wykorzystać te, które znajdują się w naszym mieszkaniu) np. szafa, telewizor, kanapa, fotel, lustro, łóżko, biurko, krzesło, dywan, stolik. Następnie rodzic mówi: „Meblujemy mieszkanie, poproszę przedmiot, którego nazwa kończy się głoską „n” itd. (Jeżeli nie mamy ilustracji dziecko wskazuje odpowiedni mebel w domu).

4. Reagowanie kłaśnięciem na wybraną głoskę.

Rodzic podaje kolejno wyrazy, a dzieci klaszczą w ręce, jeśli usłyszą wyraz, który kończy się np. głoską „k”.

Można też pokazywać przedmioty lub obrazki.



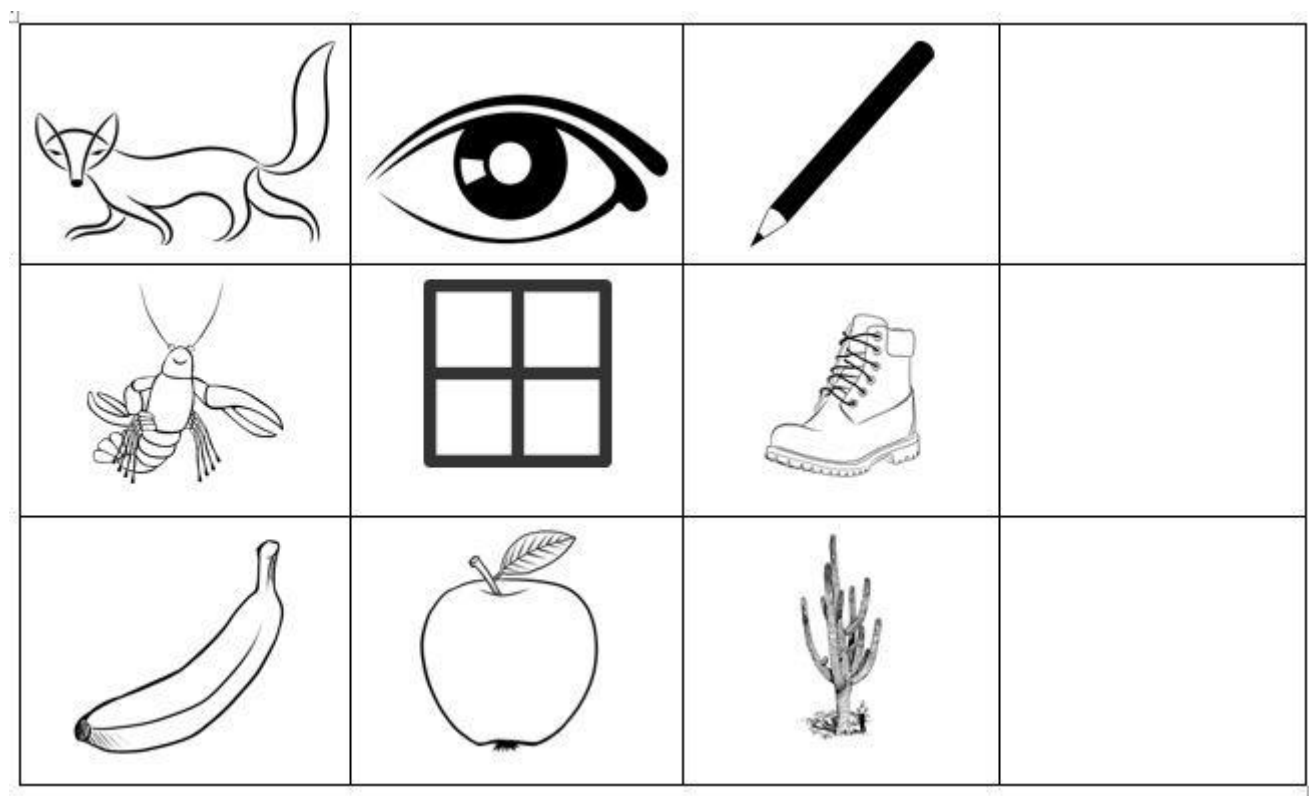
5. Wyszukiwanie głosek a, o, e w wygłosie w imionach członków rodziny.

6. Segregowanie obrazków (przedmiotów) na grupy:

- obrazki (przedmioty), których nazwa kończy się głoską „a”, np. gumka, kredka, temperówka;
- obrazki (przedmioty), których nazwa kończy się głoską „i”, np. nożyczki, kartki;
- obrazki (przedmioty), których nazwa kończy się głoską „e”, np. wiśnie, morele, brzoskwinie;

- obrazki (przedmioty), których nazwa kończy się głosek „o”, np. jabłko, dziecko, jezioro;
- obrazki (przedmioty), których nazwa kończy się głosek „y”, np. koty, psy.

7. Odgadnij nowe słowo z ostatnich głosek nazw obrazków.



8. Zagadki

Rodzic daje dziecku przedmiot lub obrazek. Dziecko mówi zagadkę, podając na wstępie ostatnią głosek nazwy danego przedmiotu, a następnie dalsze określenia.

Przykłady:

- Nazwa kończy się głosek „l”, fruwa na łące i w lesie (*motyl*).
- Nazwa kończy się głosek „ł”, leczy drzewa (*dzieciół*).

Źródło:

Materiały zaczerpnięte z bloga edukacyjnego „Szkolne inspiracje” prowadzonego przez panią Annę Albrecht, nauczycielkę edukacji wczesnoszkolnej. Link do strony został zamieszczony poniżej:

<https://www.szkolneinspiracje.pl/podzial-na-gloski-cwiczenia-i-zabawy-rozwijajace-sluch-fonematyczny-cz-2/>

Ćwiczenia i zabawy zostały zaczerpnięte m.in. z książki A.Czochry, I.Tarkowskiej „Mój pierwszy elementarz. Przewodnik metodyczny”.

Szkolne inspiracje



Głoskowanie – ćwiczenia i zabawy rozwijające słuch fonematyczny.

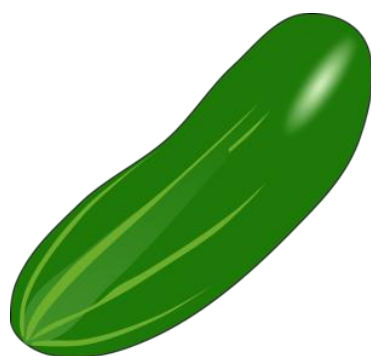
Głoskowanie to kolejny etap ćwiczeń rozwijających słuch fonematyczny na materiale słownym bezliterowym. Rozpoczynamy te zabawy już z młodszymi dziećmi.

Od czego zacząć głoskowanie?

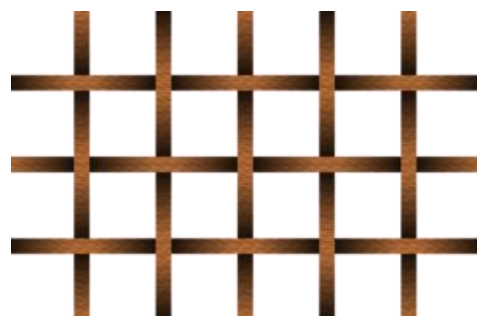
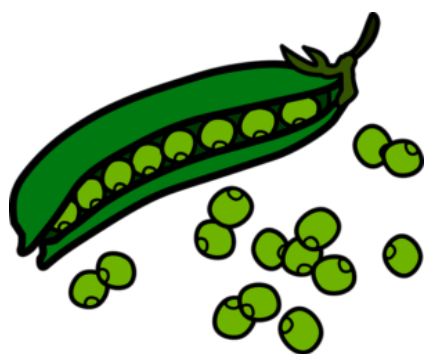
Głoskowanie, czyli fachowo mówiąc, analizę słuchową wyrazu rozpoczynamy od ćwiczeń wyróżniających pojedynczą głoskę – w nagłosie, wygłosie i śródgłosie (na początku, na końcu i w środku wyrazu). Nie zapominajmy również o syntezie słuchowej, czyli połączenie jednej głoski z wyrazem (lub odwrotnie), aby na koniec powstał inny wyraz.

Wyróżnianie głoski w nagłosie:

- wyróżnianie samogłoski na początku wyrazu występującej w roli sylaby (zaczynamy od pokazania obrazka) np. ogórek. oko, aparat.



- wyróżnianie spółgłoski na początku wyrazu w sylabie otwartej złożonej ze spółgłoski i samogłoski np. burak, pomidor, cebula.
- wyróżnianie spółgłoski na początku wyrazu w grupach spółgłoskowych np. groch, gruszki, krata.



Głoskowanie – ćwiczenia i zabawy:

- Z podanych obrazków lub naturalnych okazów wybierz owoce i warzywa, których nazwy zaczynają się np. głoską „b”.
- „Podskocz” (kłaśnij, wstań, tupnij itp.), jeśli usłyszysz wyraz rozpoczynający się np. głoską „o”.
- Rodzic umieszcza na dywanie przedmiot np. „monetę” i mówi: wymień imiona dzieci, których nazwa zaczynają się taką samą głoską jak nazwa przedmiotu.
- „Zabawa w sklep” – kupujemy tylko te przedmioty (ilustracje), których nazwa nie rozpoczyna się głoską „m”.
- Konkurs rysunkowy „Rysujemy pojazdy” – np. narysuj jak najwięcej pojazdów, które zawierają głoskę „t” (tramwaj, trolejbus, traktor).
- Zabawa “Jaworowi ludzie” np. z rodzeństwem – zatrzymane dziecko musi podać wyraz na podaną głoskę np. „d”(dom), „g”(garnek).
- „W co ubierają się panowie?” – podaj nazwy rzeczy, które rozpoczynają się np. głoską „k” (kamizelka, koszula, krawat, kapelusz).
- “Części ciała” – podaj nazwy części ciała zaczynające się głoską „u” (uszy, usta), głoską „r” (ręka) itd.
- Rzucanie piłki w kole (zabawa może być prowadzona z całą rodziną) lub bezpośrednio z dzieckiem – kto złapie piłkę podaje wyraz zaczynający się podaną głoską np. „d”(drzewo).

- Zabawa “Co mam przywieźć?” – Rodzic mówi: „*Jadę do*” ... (wymienia nazwę miejscowości). *Co mam przywieźć?* Zapytane dziecko musi tak odpowiedzieć, by nazwa przedmiotu zaczynała się na tę samą głoskę, co nazwa miejscowości np. **r**ower z **R**adomia, **pi**łkę z **P**oznania.
- Pokoloruj tylko te obrazki, w których nazwie słyszysz na początku głoskę „k”.



Źródło:

Materiały zaczerpnięte z bloga edukacyjnego „Szkolne inspiracje” prowadzonego przez panią Annę Albrecht, nauczycielkę edukacji wczesnoszkolnej. Link do strony został zamieszczony poniżej:

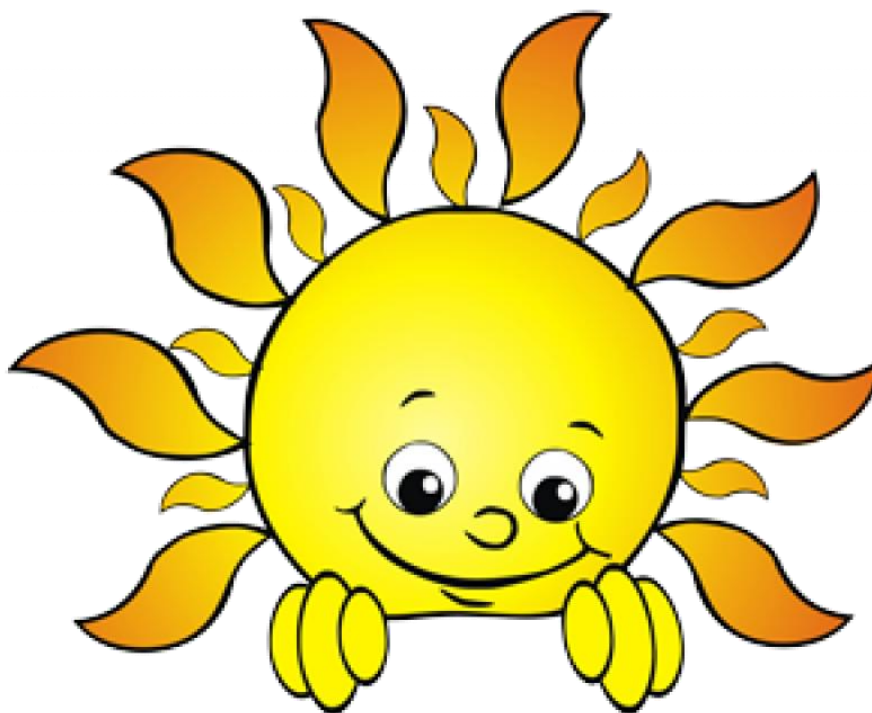
<https://www.szkolneinspiracje.pl/gloskowanie-rozwijanie-sluchu-fonematycznego-cz-1/>

Szkolne inspiracje

Ćwiczenia i zabawy zostały zaczerpnięte m.in. z książki A.Czochry, I.Tarkowskiej „Mój pierwszy elementarz. Przewodnik metodyczny”.



„Pszczołki”-zabawy rozwijające umiejętność rozpoznawania i nazywania emocji.



1. **„W ulu”**- zabawa na powitanie. Dziecko („pszczołka”) wita się z Rodzicem przez dotknięcie się brzuchami. Można obejrzeć również bajkę edukacyjną dla dzieci „Pszczola miodna”.

<https://www.youtube.com/watch?v=osAR2QTZfs8>

2. **„Głośno, cicho”** - dziecko naśladuje brzęczenie pszczoł (na dźwięk jednego kłaśnięcia w dłonie „głośno”, na dwa kłaśnięcia „cicho”).

3. **„Zabawy w ulu”**- dziecko porusza się dowolnie zgodnie z rytmem i nastrojem słuchanej muzyki.

<https://www.youtube.com/watch?v=Noqzqb1nxQA>

4. **„Smutna i wesola pszczołka”** - oglądanie ilustracji przedstawiających pszczołki. Określanie ich nastroju. Wypowiedzi dzieci na temat: „Po czym poznałem, że pszczołka jest wesola, a po czym, że smutna?”.



5. **„Dokończ zdanie”** - „Jestem wesoły, gdy...”, „Jestem smutny, gdy...”

6. **„O czym opowiada muzyka?”** - interpretacja plastyczna utworu muzycznego. Po wysłuchaniu utworu R. zachęca dziecko do wypowiedzi: „Czy muzyka była smutna, czy wesoła?”, „Co wyobrażałeś sobie podczas jej słuchania?”

<https://www.youtube.com/watch?v=UEWkptDfE48>

Można wykorzystać w pracy z dzieckiem technikę malowania dziesięcioma palcami (jeżeli nie ma takiej możliwości dziecko wykonuje pracę kredkami ołówkowymi, świecowymi lub maluje akwarelkami). R. wypowiada następującą instrukcję: „W tych miseczkach jest farba, nie będziemy używać pędzli, mamy przecież dziesięć palców, pięć na jednej ręce i pięć na drugiej. Możesz malować to, co podpowiada ci muzyka”.

Zachęcenie dziecka do wypowiedzi na temat swoich wrażeń podczas malowania tą techniką. Prezentacja pracy i nagradzanie oklaskami.

7. **„Pszczółka Słoduszka”**- słuchanie bajki relaksacyjnej. Dziecko leży wygodnie na plecach. R. opowiada bajkę, w tle słyszeć spokojną, kojącą muzykę.

„Pszczola Słoduszka”.



Zbliżało się lato. Słońce coraz mocniej grzało. Słoduszka od rana zbierała z kwiatów słodki nektar. Nagle poczuła zmęczenie. Ile to jeszcze kwiatów muszę odwiedzić? Zaczęła liczyć: jeden, dwa, trzy...jedenaście, dwanaście (przy liczeniu należy zwolnić tempo).

Położyła się wygodnie na dużym liściu, rozluźniła nóżki i łapki, zamknęła oczy. Jej brzuszek spokojnie oddycha.” Jak mi słyszę tylko piękną, cichą muzykę” - pomyślała Słoduszka. prawa łapka staje się coraz cięższa, mi się jej podnieść. Moja lewa łapka



zmęczone
zaczął
dobrze,
„Moja
nie chcę
staje się

leniwa, nie chce mi się jej podnieść. Tylko mój brzuch równiutko, spokojnie oddycha. Prawa noga z przyczepionym woreczkiem miodu staje się ciężka, coraz cięższa i cięższa. Nie chcę mi się jej podnieść. Głowa jest tak wygodnie ułożona. Jestem spokojna, słyszę piękną muzykę. Czuję jak słońce ogrzewa moje nogi i łapki. Jest mi coraz cieplej... całe ciało jest przyjemnie ogrzane słońcem. Jestem spokojna, czuje się bezpiecznie. Jeszcze przez chwilę w ciszy posłucham tej pięknej muzyki. Link do muzyki relaksacyjnej:

<https://www.youtube.com/watch?v=IBAoNnyp7WE&list=TLPQMzAwNDIwMjDmcyLiBfyjAQ&index=1>

Źródło: Zabawy i ćwiczenia opracowane na podstawie scenariusz zajęcia z zakresu terapii pedagogicznej z wykorzystaniem techniki malowania dziesięcioma palcami pt. „Pszczółki” opracowanego przez p. D. Drożdżik.

Ćwiczenia usprawniające koordynację wzrokowo – ruchową.



Koordynacja wzrokowo-ruchowa jest to najprościej rzecz ujmując, umiejętność łączenia tego co widzi oko, z tym co wykonuje ręka. Dobrze rozwinięta pozwala na wykonywanie wielu codziennych czynności takich jak: pisanie, rysowanie, manipulowanie, ćwiczenia gimnastyczne oraz czynności z zakresu samoobsługi. Jej zaburzenia objawiają się obniżoną precyzją ruchów oraz trudnościami w czasie wykonywania prostych zadań.

Dzieci z zaburzoną lub słabo rozwiniętą koordynacją wzrokowo-ruchową mają trudności w zakresie:

- ubierania się;
- prawidłowego chwytania i rzucania piłki;

- utrzymywania równowagi przy staniu na jednej nodze oraz skakania;
- posługiwania się podstawowymi narzędziami i przedmiotami codziennego użytku;
- wykonywania prac plastycznych takich jak: rysowanie, wycinanie, wydzieranie, naklejanie;
- nauki pisania (utrzymywanie się w liniaturze zeszytu, silny nacisk ołówka lub długopisu);
- zabaw manipulacyjnych.

Aby usprawniać i doskonalić tę sferę, warto stosować różnego rodzaju proste zabawy i ćwiczenia, które będą przyjemnością dla dziecka, a jednocześnie będą pomagać uzyskać zaplanowany cel.

Oto kilka zabaw dla dzieci w wieku przedszkolnym, które wpłyną na usprawnienie koordynacji wzrokowo- ruchowej:

1. **Takie same** – wykorzystanie zabaw, w których dziecko będzie musiało posegregować przedmioty według wspólnej cechy. Może to być: układanie budowli z klocków tego samego koloru; zebranie do oddzielnych pudełek misiów, lalek, piłek; oddzielenie piłek dużych od małych. Taka „zabawa” może być też wykorzystana... do sprzątania pokoju!
2. **Korale Królowej Karoliny** - Nawlekanie elementów na sznurek wymaga dużego skupienia i precyzji ruchów. Wielkość oczek w nawlekanych elementach oraz grubość sznurka (nitki czy rzemyka) musi być dobrana do możliwości dziecka. Najlepiej wykorzystać korale z dużym oczkiem albo makaronów (np. rurek).
3. **Czego brakuje?** – Należy wybrać wspólnie z dzieckiem kilka rzeczy różniących się kształtem i przeznaczeniem. Położyć je na środku pokoju, a dziecko ma uważnie się im przyjrzeć. Następnie prosimy, aby na moment zakryło oczy, a w tym czasie chowamy jedną z rzeczy. Zadaniem dziecka będzie odgadnięcie, co zostało zabrane.
4. **Tor przeszkód** - Wszelkie ćwiczenia gimnastyczne są dobrym sposobem na ćwiczenie koordynacji wzrokowo-ruchowej. W warunkach domowych możemy zrobić tor przeszkód dla... piłki. Można ułożyć trasę z różnych przedmiotów. Dziecko będzie musiało turlać piłeczkę po torze; do zabawy zamiast piłki można wykorzystać samochodzik.
5. **Ogromny rysunek** - Prace plastyczne mają duży wpływ na rozwój dziecka w wieku przedszkolnym. Większa powierzchnia do malowania (np. duży szary papier albo stare prześcieradło) pozwolą na intensywniejszą swobodę ruchów.

6. **Kalambury** - gra, która wymaga od dziecka wykonywania ruchów zgodnych z tym, co zamierza przedstawić. Dla młodszych dzieci zamiast wersji z napisami można zrobić obrazkową (np. zwierzątka, które musi pokazać).
7. **Gry na spostrzegawczość** - dobrymi ćwiczeniami na koordynację wzrokowo-ruchową są niektóre gry. *Memory* (czyli odkrywanie tabliczek i szukanie dwóch takich samych), albo wskazywanie różnic na dwóch obrazkach rozwijają percepcję oraz umiejętność skupienia uwagi.

Literatura:

1. Chmielewska E.: Zabawy logopedyczne i nie tylko. Poradnik dla nauczycieli i rodziców. Kielce, "MAC" 1996.
2. Czajkowska I., Herda K.: Zajęcia korekcyjno-kompensacyjne w szkole. Warszawa 1996 WSiP.
3. 7 zabaw na koordynację wzrokowo – ruchową dla przedszkolaków (artykuł zamieszczony na portalu internetowym przedszkola.edu.pl)

„Jestem dzisiaj zła jak osa” – zabawy zaczerpnięte ze scenariusza pani Lidii Suskiej.

1. Powitanie

Powitanie: „Czuję się”... i wspólnym okrzykiem „Cześć”.

Dziecko wraz z osobą prowadzącą wysuwają przed siebie zaciśniętą pięść z kciukiem wysuniętym do góry, w bok lub w dół - w zależności od samopoczucia. Mówią: „Czuję się...”. Następnie wszyscy chwytają się za ręce i wyskakując w górę, krzyczą „cześć!”

2. Inscenizacja wiersza D. Gellner „Zły humor”:

- odczytanie imienia głównej bohaterki (z planszy dzieci odczytują):



- dobieranie symboli wyrażających emocje (buźki) oraz nazw uczuć odpowiednio do prezentowanych fragmentów wiersza

- dzieci słuchają inscenizowanych przez osobę prowadzącą kolejnych fragmentów wiersza (z wykorzystaniem odpowiednich rekwizytów - pluszowych zwierząt, niebieskiej folii itp.), analizują ich treść, mówią o własnych doświadczeniach i dobierają pasującą do sytuacji „buźkę” i nazwę uczucia).

„Zły humor”

Jestem dzisiaj

zła jak osa!



Złość mam w oczach
i we włosach!
Złość wyłazi
mi uszami
i rozmawiać
nie chcę z wami!



ZDZIWIENIE

A dlaczego?
Nie wiem sama.
Nie wie tata,
nie wie mama...



SMUTEK

Tupię nogą,
drzwiami trzaskam
i pod włos
kocura głaskam.

Jak tupnęłam lewą nogą,
nadepnęłam psu na ogon.
Nawet go nie przeprosiłam -
taka zła okropnie byłam.

Mysz wyrzała
z mysiej nory:
- Co to znowu za humory?
Zawołałam:
- Moja sprawa!
Jesteś chyba zbyt ciekawa.
Potrafiłam stół i krzesło,
co mam zrobić, by mi przeszło,!?

Wyszłam z domu

na podwórze,
wpakowałam się w kałużę.
Widać, że mi złość nie służy,
skoro wpadłam do kałuży.
Siedzę w błocie, patrzę wkoło,
wcale nie jest mi wesoło...

Nagle co to?
Ktoś przystaje.
Patrzcie!
Rękę mi podaje!
To ktoś mały,
Tam ktoś duży -
Wyciągają mnie z kałuży.
Przyszedł pies i siadł koło mnie
kocur się przytulił do mnie,
mysz podała mi chusteczkę:
- Pobrudziłaś się troszeczkę!
Widzę, że się pobrudziłam,
ale za to
złość zgubiłam.
Pewnie w błocie gdzieś została,
NIE BĘDĘ JEJ SZUKAŁA!

3. Zabawa przy muzyce „Ja jestem...”

Dzieci bawią się przy muzyce, tańczą, podskakują, wykorzystując kolorowe wstążki, apaszki i papierowe kapelusze. Na przerwę w muzyce wszyscy mówią: „ja” (tupnięcie prawą nogą) – „jestem” (tupnięcie lewą nogą”, a osoba prowadząca dodaje: „zły”. Dzieci niewerbalnie (mową ciała, gestem, mimiką) oraz werbalnie przedstawiają, jak się czują i zachowują, gdy są złe. Podczas następnych przerw ilustrują (pantomimicznie) radość, smutek, zdziwienie, strach, spokój.



RADOŚĆ

4. Gra mimiczna z wykorzystaniem lusterek.

Dzieci siedzą w kole na dywanie, każde z nich trzyma w rękach lustro. Do każdego wypowiedzianego przez osobę prowadzącą zdania mają zrobić odpowiednią „minę”, wyrażającą ich uczucia i oglądają swoje miny w lustrze, np.

„Ewa dostała prezent od babci”.

„Bartek zgubił swój ulubiony samochód”.

„Za oknem pada zielony śnieg”.

„Zobaczyłem groźnego, dużego psa” itp.

5. Zabawa „W kręgu” - ruch rozwijający (W. Sherborne).

Dzieci i osoba prowadząca improwizują - udają, że mieszają klej w dużym wiadrze, smarują nim dłonie i skleją. Następnie nie puszczając sklejonych „dłoni”, siadają, klękają, kładą się na podłodze, przesuwają się na siedząco do tyłu, tworząc coraz większe koło, potem do przodu, jak najbliżej środka koła itp.

6. „Worek szczęścia” - burza mózgów.

Osoba prowadząca odsłania umieszczoną na tablicy dużą sylwetkę czarodzieja z workiem, a dzieci odgadują kto to jest i co niesie. Następnie opowiada dzieciom, że nie jest to zwykły worek, lecz jest to: umieszcza napis, a dzieci odczytują:

W-O-R-E-K S-Z-C-Z-Ę-Ś-C-I-A

Prosi dzieci, aby zamknęły oczy i wyobraziły sobie, że są bardzo dobrymi czarodziejami i mają worek szczęścia, który chciałyby podarować ludziom, aby byli szczęśliwi. Co włożą do tego worka? Po chwili zastanowienia dzieci wymieniają swoje propozycje i z pomocą osoby prowadzącej zapisują lub rysują „w worku” odpowiednie symbole.

7. Masażyk.

Dzieci dobierają się w pary (zabawę można przeprowadzić z rodzicami). Na plecach kolegi lub koleżanki z pary „rysują” treść recytowanego przez osobę prowadzącą wierszyka. Następnie dzieci zamieniają się miejscami i powtarzają czynność:

Stolarz młotkiem stuka. (stukanie pięścią)

Lekarz w plecy stuka. (delikatne pukanie palcami)

Kucharz w garnku miesza. (koliste ruchy płaską dłonią lub pięścią)

Pracznica pranie wiesza. (delikatne szczypanie)

Rolnik grabi siano. (grabienie palcami obu rąk z góry na dół)

Muzyk gra co rano. (naśladowanie ruchów pianisty)

I ja też pracuję. (wskazanie na siebie)

Obrazek rysuję. (dowolny rysunek palcami na plecach partnera)

9. Wspólne obejrzenie filmu animowanego „Krecik i przyjaciele” – krótka rozmowa na temat postępowania bohaterów.

<https://www.youtube.com/watch?v=5wPgBabBFew>



„Na wiejskim podwórku” - zabawy rozwijające percepcję wzrokową, orientację w schemacie własnego ciała i w przestrzeni.

1. **„Na podwórku”** słuchanie piosenki (sł. i muz. Jolanta Kucharczyk) – krótka rozmowa na temat jej treści.

2. **„Co potrafi moje ciało?”** - zabawa ruchowa z wykorzystaniem metody W. Sherborne.

- **Poznanie własnego ciała:**

- Chodzenie w przysiadzie.

- Naprzemienne wymachy nóg do wyciągniętych rąk.

- **Zdobycie pewności siebie i orientacji w przestrzeni:**

- Leżenie na plecach i zajmowanie na podłodze jak największej miejsca, a następnie jak najmniej.

- **Nawiązanie kontaktu z partnerem- pary:**

- Siad skrzyżny, dłonie oparte o dłonie partnera - jedno pokazuje ruchy, drugie naśladuje.

- **Ćwiczenia przeciw: pary:**

- Piłowanie drewna, naprzemienne przeciąganie się.

4. **„Jakie to zwierzę?”** – zagadki pantomimiczne. Dziecko za pomocą ruchu przedstawia wymyślone przez siebie zwierzę mieszkające na wsi.

5. **„Pieski”** – zabawa paluszkowa.

Wszystkie pieski spały, (zaciskamy pięści lub pokazujemy swoje)
pierwszy obudził się ten mały, (otwieramy mały palec)
mały obudził średniego, który spał obok niego, (otwieramy drugi palec)
gdy średni już nie spał, to duży też przestał. (otwieramy trzeci palec)
Trzy pieski się bawiły, czwartego obudziły, (otwieramy czwarty palec)
cztery pieski czekały, piątemu spać nie dały. (otwieramy kciuk i machamy całą dłonią)

6. **„Czy potrafisz?”** - układanie zdań na temat zwierząt z wiejskiego podwórka.

7. „Rysujemy” - obrysowywanie na szarym papierze leżącego na nim dziecka- kształtowanie orientacji w przestrzeni i w schemacie własnego ciała:

Dziecko zostaje położone na papierze, osoba prowadząca obrysowuje jego sylwetkę, natomiast dzieci wykonują następujące zadania:

- wskazywanie i nazywanie danych części ciała np.: głowa, noga, usta...,
- dorysowywanie brakujących części wskazanych przez dzieci,
- wskazywanie na partnerze wymienianych przez osobę prowadzącą części ciała.

8. „Co jedzą zwierzęta?” - ćwiczenia klasyfikacyjne. Układanie przy obrazkach sylwet zwierząt pokarmów, którymi one się żywią.

9. „Posłuchaj i zrób” - dziecko wykonuje polecenia według instrukcji osoby prowadzącej. Ćwiczenie ma na celu określenie prawej i lewej strony własnego ciała.

- wyciągnij do przodu lewą rękę, prawą rękę;
- tupnij prawą nogą;
- prawą ręką dotknij lewego kolana;
- lewą ręką dotknij prawego ucha, połóż dowolny przedmiot na prawej nodze.

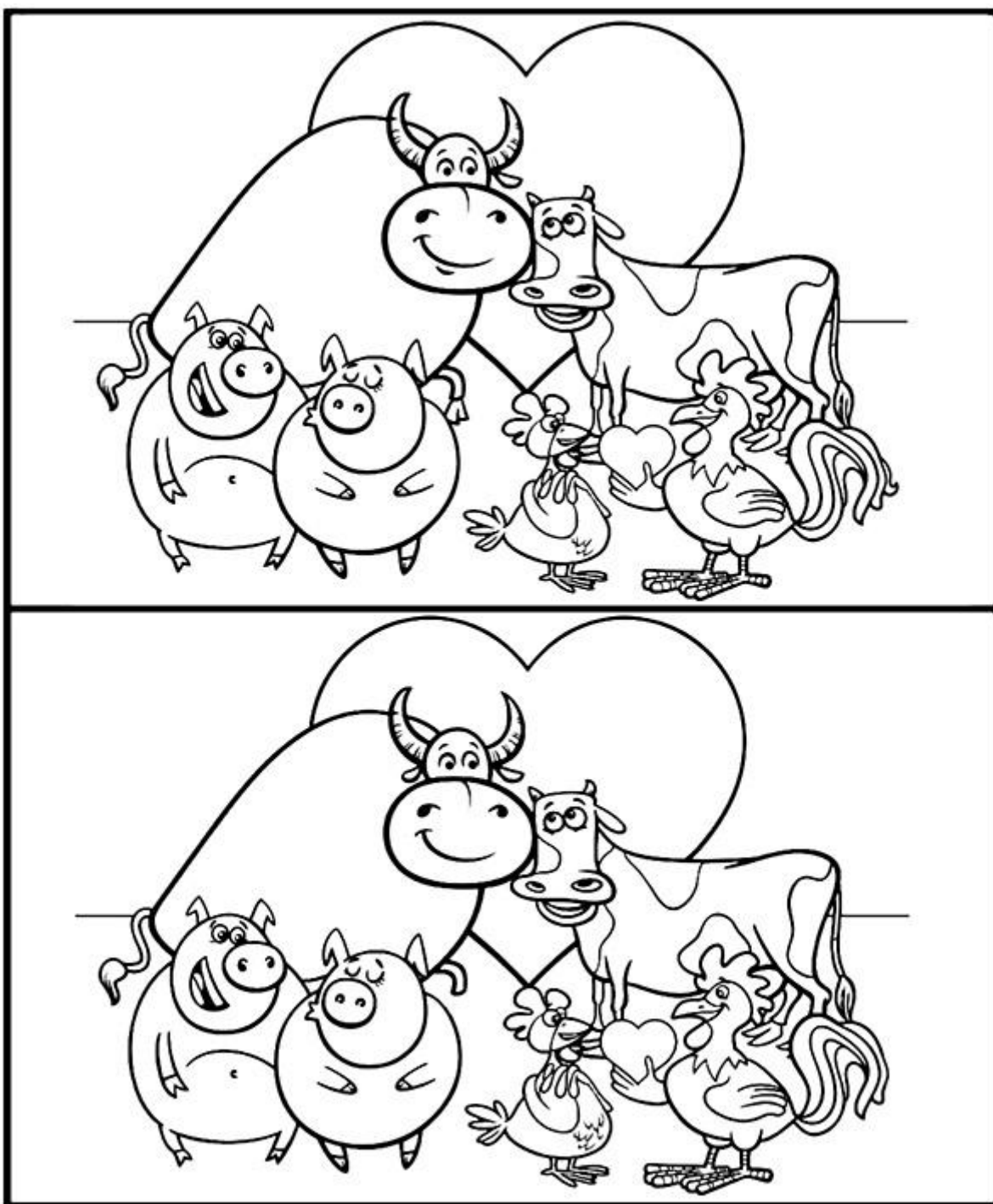
Dziecko może mieć założoną frotkę na lewej ręce.

10. „Na wiejskim podwórku” - omówienie ilustracji. Rozwijanie spostrzegawczości wzrokowej i orientacji przestrzennej. Dzieci oglądają obrazek i odpowiadają na postawione pytania:

- Gdzie stoi brązowa krówka?
- Gdzie stoi pies?
- Po czym biegają koniki?
- Gdzie gospodyni wsypała ziarno dla kur?
- Jakie zwierzęta są na ilustracji?



11. „Odszukaj różnice na obrazkach” - usprawnianie analizatora wzrokowego i koordynacji wzrokowo-ruchowej. Wyszukaj 6 różnic i pokoloruj wybrany obrazek.



Znajdź 6 różnic między obrazkami

8. „**Pingwin**” - zabawa ruchowa podsumowująca. Utrwalenie stosunków przestrzennych oraz orientacji w schemacie własnego ciała. Zabawa ruchowa ze śpiewem. Dzieci wykonują ruchy zgodnie z treścią piosenki.

*„ O jak przyjemnie i jak wesoło
w pingwina bawić się, się, się.
Raz nóżka lewa, raz nóżka prawa,
do przodu do tyłu i raz, dwa trzy”.*



RELAKSACJA



Trening autogenny J. Szultza wg A. Polender – „Pszczola Słoduszka”.

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

Medytacja dla dzieci „Ogród miłości”-relaks dla dzieci prowadzony przez Elżbietę Krzyżanek- Smolińską.

<https://www.youtube.com/watch?v=oAh139hYZfA&t=134s>

Bajka dla dzieci po polsku o emocjach.

<https://www.youtube.com/watch?v=TcLK9ZB=UsDs>

Medytacja dla dzieci „Wróżki” relaksacja przed snem dla najmłodszych.

<https://www.youtube.com/watch?v=NogFFcflgSU&t=5s>

Uważność i spokój żabki-CD ćwiczenie „Mała żabka”

https://www.youtube.com/watch?v=18SpO_lyH2Q&t=24s

Relaksacyjna melodia:

<https://www.youtube.com/watch?v=kXazHHn8QYw&list=RDIBAoNnyp7WE&index=3>

Saksofon Adagio- muzyka relaksacyjna.

<https://www.youtube.com/watch?v=PjbDyVNHMko&list=RDIBAoNnyp7WE&index=2>

**„Witajcie w świecie bajki” – zabawy rozwijające
mowę, percepcję wzrokową oraz pamięć słuchową.**

1. **„Na pewno potrafisz”** - dziecko wykonuje polecenia mające na celu wyrobienie orientacji oraz określanie prawej i lewej strony w schemacie własnego ciała.

- wyciągnij do przodu lewą rękę, prawą rękę;
- tupnij prawą nogą;
- prawą ręką dotknij kolana;
- lewą ręką dotknij prawego ucha;
- połóż woreczek na prawej nodze;
- połóż woreczek z przodu;
- połóż woreczek obok siebie.



Dziecko może mieć założoną frotkę na lewą rękę.

2. **„Brykanie tygrysa”** – dowolne podskoki do przodu, do tyłu, na boki.

3. **„Małe Myszki”** - zabawa paluszkowa.

Tam na stryszku, *(robimy z rąk daszek)*

małych myszek, *(zaciskamy piąstki i poruszamy nimi)*

chrobotanie ciągle słyszę, *(drapiemy palcami o stół)*

wciąż biegają, dokazują, *(biegamy palcami)*

podkradają, *(zagarniamy rękami do siebie zamykając dłonie)*

łasuchują. *(udajemy, że jemy)*

Lecz je złapać trudna sztuka, *(grozimy paluszkami)*

bo do norki dają nurka. *(chowamy ręce za siebie)*

3. **„Bajkowa rymowanka”** - dopowiadanie rymujących się słów znanych z bajek-
wzbogacanie słownictwa czynnego – ćwiczenie percepcji słuchowej.

„ Jedzie kareta po świecie, a kto jest w tej karecie?

Przy oknie z lewej strony Kapturek. Jaki? (czerwony)

Dalej na stercie poduszek malutki Tomcio...(Paluszek)

Spoza wielkiego kosza śmieją się Jaś i ...(Małgosia)

Uwaga! Oj, uwaga! To przecież Baba...(Jaga)
Koło lalki i misia stoi Sierotka...(Marysia)
Pomiędzy walizkami Dziewczynka z (zapalkami)
A tam, gdzie największy tłok, zgrzyta zębami ...(smok)
Ciekawe, czy już wiecie, kto ukrył się w karecie.

4. **„Co to za postać?”** - zabawa pantomimiczna. Naśladowanie ruchem znanych bohaterów baśni.

5. **„Jaka to bajka?”** - łączenie w pary obrazków, charakterystycznych dla poszczególnych bajek- ćwiczenie spostrzegawczości wzrokowej.

6. **„Komu zginęły te przedmioty”** - ćwiczenia klasyfikacyjne. Odgadywanie, do której postaci z bajki należy przedstawiony na ilustracji przedmiot.

7. **„Bajkowy obrazek”** - dzieci oglądają i omawiają obrazek; odpowiadają na postawione pytania (rozwijanie spostrzegawczości wzrokowej, orientacji przestrzennej, ćwiczenie w mówieniu).

8. **„Kółka małe, kółka duże”** - zabawa ruchowa mająca na celu ćwiczenie płynności ruchów, utrwalenie kierunków oraz koordynacji wzrokowo- słuchowo- ruchowej.

Kółka małe, kółka duże
Głowa prosto, ręce w górze
Najpierw w prawo, potem w lewo
Tak się buja w lesie drzewo

7. **„Bajkowe puzzle”** - układanie obrazka pociętego na części- ćwiczenie analizy i syntezy wzrokowej.

8. **„Moja ulubiona postać z bajki”** - rysowanie kredkami- doskonalenie sprawności manualnej.

9. **„Korale dla księżniczki”** - wycinanie kółek małych i dużych naklejanie na wyznaczone miejsca z zachowaniem rytmu - ćwiczenie usprawniające małą motorykę.

10. **„Rzeczka”** - masaż relaksacyjny - nawiązywanie bliskiego kontaktu i dzielenie się przestrzenią z drugą osobą.

Dzieci dobierają się parami. Jedno dziecko leży na dywanie przodem , drugie siedzi obok niego wykonując masaż na plecach.

Tutaj płynie rzeczka, 2x –
Obok przeszła pani na szpileczkach 2x
Tu przebiegło stado koni 2x
Tu przeszło stado słońi 2x
tutaj pada deszczyk 2x
czy przeszedł cię dreszczyk? 2x



Bajki terapeutyczne pomagają dziecku w przezwyciężaniu lęków oraz w radzeniu sobie w różnych sytuacjach. Wiele przeżyć, które dla maluchów są trudne, rodzicom mogą wydać się błahe.

Bajki terapeutyczne przychodzą z pomocą również opiekunom, którzy chcieliby przepracować z dzieckiem określone tematy, a nie wiedzą, w jaki sposób to zrobić. To nie są zwykłe bajki, lecz „bajki, które leczą”.

Poniżej link do bajek.

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

Relaksacja pomaga odprężyć się, uspokoić po całym dniu emocji. Towarzyszy jej rozluźnienie mięśni oraz zmniejszenie do minimum aktywności umysłowej.

Poniżej zamieszczamy kilka linków z muzyką oraz bajkami relaksacyjnymi, które pomogą „otulić” dzieci (a może również rodziców) „specjalną magią”, która wpłynie na ich wyciszenie.

<https://www.youtube.com/watch?v=8unGlurRsXo>

<https://www.youtube.com/watch?v=P8128iS8o0g>

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

<https://www.youtube.com/watch?v=IBAoNnyp7WE><https://www.youtube.com/watch?v=jsABRIjhO-Y>

<https://www.youtube.com/watch?v=p9h8SChtrjI&t=64s>



- **ZABAWY I ĆWICZENIA USPRAWNIAJĄCE KOORDYNACJĘ WZROKOWO-RUCHOWĄ:**
 - *ćwiczenia w marszu (marsz na palcach, chodem bociana)
 - *ćwiczenia w biegu (np. bieg z podskokami)
 - *ćwiczenia na równoważni (chodzenie do przodu, boki, obracanie się)
 - *rzucanie do celu (piłeczek, kulek papierowych itp.)
 - *zabawy z piłką, balonem, woreczkiem, obręczą – podrzucanie, łapanie, toczenie
- **ZABAWY I ĆWICZENIA USPRAWNIAJĄCE FUNKCJE ANALIZATORA SŁUCHOWEGO:**
 - *wyróżnianie wyrazów w zdaniu
 - *wyróżnianie sylab w wyrazie, najlepiej za pomocą klaskania (jedna sylaba- jedno

kłaśnięcie), oprócz tego można bawić się w kończenie wyrazów, podajemy pierwszą sylabę, np. ko-, a dziecko dodaje - ło (koło).

*wyróżnianie głosek w wyrazach- najpierw na początku wyrazu, potem na końcu i w środku. Można użyć do tego obrazków, spośród, których dziecko wyszuka obrazki zaczynające się lub kończące na daną głoskę.

*utrwalanie znaku graficznego poznanych liter

*próby czytania wyrazów i tekstów o prostej budowie fonetycznej

- **ZABAWY I ĆWICZENIA USPRAWNIAJĄCE FUNKCJE ANALIZATORA WZROKOWEGO:**

- *wyodrębnianie różnic i podobieństw między obrazkami

- *odnajdywanie na obrazkach drobnych szczegółów

- *dobieranie par jednakowych obrazków np. gra „Memory”

- *rysowanie konturów wg podanego wzoru

- *układanie wzorów wg wzoru – klocki, puzzle, pocztówki

- **ZABAWY I ĆWICZENIA ROZWIJAJĄCE SPRAWNOŚĆ MANUALNĄ**

- *lepienie z plasteliny, lepienie z masy solnej

- *malowanie farbami

- *rysowanie kredkami ołówkowymi, świecowymi, pastelami, pisakami

- *wydzieranki z papieru kolorowego

- *wycinanie nożyczkami różnych form

- *origami

- **ZABAWY I ĆWICZENIA USPRAWNIAJĄCE MYŚLENIE PRZYCZYNOWO-SKUTKOWE:**

- *segregowanie przedmiotów

- *łączenie obrazków w pary

- *wymyślanie historii do jednego obrazka

- *wymyślanie historii do serii obrazków

- **ZABAWY I ĆWICZENIA ROZWIJAJĄCE SŁOWNICTWO, POPRAWNOŚĆ JĘZYKOWĄ ORAZ WZBOGACAJĄCE WIADOMOŚCI O OTACZAJĄCYM ŚWIECIE:**

- *opowiadanie i czytanie bajek

- *recytowanie prostych wierszy

- *rozwiązywanie zagadek

- *wykonywanie ćwiczeń narządów artykulacyjnych

- *oglądanie albumów np. o zwierzętach, dinozaurach itp.

- **ZABAWY I ĆWICZENIA DOSKONALĄCE UMIEJĘTNOŚCI MATEMATYCZNE:**

- *doskonalenie orientacji w przestrzeni: określanie położenia przedmiotów w przestrzeni oraz położenia przedmiotów w stosunku do siebie nawzajem

- *orientowanie się w schemacie własnego ciała

- *porządkowanie przedmiotów według wielkości, koloru, kształtu

- *utrwalenie nazw figur geometrycznych (koło, trójkąt, kwadrat i prostokąt)

- *kształtowanie pojęcia liczby – wymienianie liczebników w odpowiedniej kolejności, uświadomienie, iż każda cyfra jest większa od poprzedniej i mniejsza od następnej

- *utrwalenie znaków matematycznych