

20 kwietnia 2020

Witam Was serdecznie i zapraszam do zabawy

**Potrzebne będą : dobry humor, muzyka, nożyczki, kartka papieru , ołówek , kredki, zeszyt
lub karta pracy ze szlaczkami.**

Na dzisiaj przygotowałam takie ćwiczenia.

Ćwiczenia zmniejszające napięcie mięśniowe:

- zabawy z elementami płynnych ruchów ramion (poproś mamę o włączenie muzyki – najlepiej „Cztery pory roku „Wiosna”) – naśladuj lecące ptaków, gałęzie na wietrze, wiosenny wietrzyk),

Ćwiczenia usprawniające dłoń i końce palców:

- stukanie czubkami palców (zabawy: granie na fortepianie, padający deszcz, krocący owad),
- wycinanki – najpierw po linii prostej (paski), potem obcinanie konturów przedmiotów i figur geometrycznych,

Ćwiczenia usprawniające drobne ruchy rąk i lateralizację:

- rysowanie szlaczków w kierunku od lewej do prawej zgodnie z kierunkiem pisma,
- rysowanie kredką, ołówkiem lub pędzlem na czystej kartce, potem w przestrzeni ograniczonej dwiema liniami, w zeszycie w linie,

Powodzenia !