

1. Ćwiczenie relaksacyjne

Dziecko siedzi plecami do rodzica, rodzic rysuje na plecach dziecka „ciasto” w rytmie wierszyka:

„Mama piecze ciasto pyszne
W samym środku będą wiśnie
Ananasy i brzoskwinie
W ustach ciasto się rozpułynie”.

2. Puzzle z gazety

Przygotuj stare czasopismo z ilustracjami, nożyczki, klej i kartki z bloku. Potnij wybraną stronę z czasopisma na części, zachęć dziecko do ich złożenia i naklejenia całej ilustracji na kartce z bloku. Możesz ciąć kolejne strony w coraz bardziej skomplikowany sposób, starszym dzieciom możesz utrudnić zabawę – zmieszać elementy z dwóch ilustracji, a także poprosić, aby same cięły strony.

3. Tor przeszkód

Wspólnie z dzieckiem zbuduj z mebli tor przeszkód: możecie wykorzystać krzesła, stołki, materace, koce, poduszki itp. Poproś, aby dziecko przeszło tor przeszkód w określony sposób, np. pod krzesłem, wchodząc na stołek, układając się na brzuchu na kocu i odpychając się rękami od podłogi, skacząc z poduszki na poduszkę. Dołącz do zabawy i zorganizujcie wyścigi.

4. Wyścigi żab

Na podłodze w jednej części pokoju ułóż linię startu, a po przeciwnej stronie – linię mety (możesz do tego wykorzystać np. skakankę). Poproś, aby dziecko stanęło na linii startu i na hasło „start!” przemieściło się do linii mety w ustalony sposób, np. skacząc obunóż, na jednej noce, układając stopę za stopą. Możesz mierzyć czas, proponować inny sposób przemieszczania się, a także wziąć udział w rywalizacji!

5. Korale z makaronu

Przygotuj makaron, który ma otwór w środku, np. rurki (penne), sznurek oraz farby plakatowe, pędzelek i kubeczek z wodą. Poproś, aby dziecko pomalowało farbami makaron. Po wyschnięciu zachęć do nawleczenia makaronu na sznurek.

6. Zgadnij, co mam na myśli

Wybierz jeden przedmiot z otoczenia, następnie opisz jego wygląd i funkcje tak, żeby dziecko mogło odgadnąć, o co chodzi, np. „Jest niewielki, zielony, stoi na półce, można do niego nalać wodę” (wazonik). Stopień trudności (wybór przedmiotu i jego opis) możesz zmieniać w zależności od możliwości dziecka.

7. Wzory z zapalek

Przygotuj ok.20 zapalek. Poproś dziecko, aby rozłożyło zapaliki na dwie części tak, żeby w każdej części było tyle samo zapalek (dziecko może rozkładać kolejno zapaliki mówiąc „ta jest dla ciebie, ta jest dla mnie”). Z zapalek z jednego zbioru ułóż wzór, poproś, aby dziecko ułożyło taki sam z zapalek z drugiego zbioru. W zależności od możliwości dziecka możesz wykorzystać mniej lub więcej zapalek. Przed przystąpieniem do zabawy możesz poprosić

dziecko, aby pomalowało zapałki farbami – zapałki w obu zbiorach powinny być pomalowane w taki sam sposób, aby można było ułożyć wzór, a następnie go odtworzyć.

8. A jak aparat

Podaj dziecku dowolną głoskę, a następnie poproś, aby wymieniło jak najwięcej słów, które się nią rozpoczynają (np. na głoskę a: aparat, ananas, antena). Zachęć do wyklaskania każdego słowa – podzielenia go na sylaby (np. a-pa-rat, a-na-nas, an-te-na). W trudniejszym wariantcie zabawy (dla starszych dzieci) możesz poprosić dziecko o odgadnięcie słowa na podstawie kolejno wypowiedzianych głosek, np. a-p-a-r-a-t, a-n-a-n-a-s, a-n-t-e-n-a).

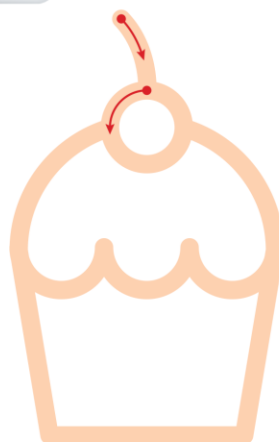
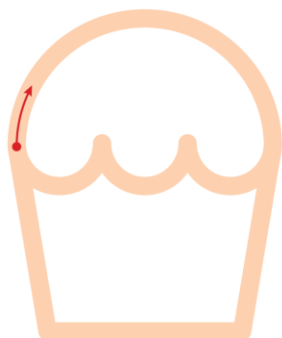
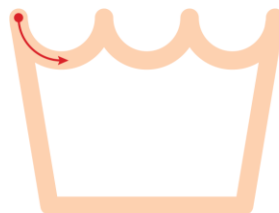
9. Ciepło- zimno

Wybierz niewielką zabawkę dziecka i ukryj ją w pokoju (w wersji łatwiejszej) lub w mieszkaniu (w wersji trudniejszej). Zachęć dziecko do odszukania zabawki – mów „ciepło”, gdy dziecko się zbliża do miejsca ukrycia przedmiotu lub „zimno”, jeśli się od niego oddala. W drugiej części zabawy możesz zaproponować zamianę ról – tym razem dziecko ma schować zabawkę i naprowadzać Cię na nią słowami „ciepło” lub „zimno”.

10. Wyścig ziarenek

Przygotuj kartkę, słomkę do napojów, klej, flamaster i ziarenko fasoli lub grochu. Jeśli nie masz słomki, możesz zrolować i skleić fragment papieru lub sztywnej folii. Ważne, żeby ziarenko było większe niż otwór w rurce. Na kartce narysuj drogę – dwie linie ułożone około 2 cm od siebie. Na początku narysuj linię startu, a na końcu – linię mety. Droga może być kręta – stopień skomplikowania zależy od możliwości dziecka. Ułóż ziarenko na początku drogi poproś dziecko, aby dmuchając przez słomkę przeprowadziło ziarenko do mety.

- Przyjrzyj się instrukcji. Narysuj babeczkę po śladzie, a następnie samodzielnie – na kartce z bloku rysunkowego.





Pokoloruj figury na dole strony w następujący sposób: prostokąty na czerwono, koła na niebiesko, trójkąty na żółto, a kwadraty na zielono. Wytnij figury i nalep je w odpowiednim miejscu na rysunku lokomotywy.

