Zajęcia popołudniowe – 19.11.2021

Zabawy ruchowe:

**1. Zabawy z elementami MRR Weroniki Sherborne. Ćwiczenia kształtujące świadomość schematu ciała**:

* „**Powitanie paluszkami i powitanie stopami”** – Dorosły siedzi naprzeciwko dziecka, pochyla się w jego stronę i witają się ze sobą paluszkami rąk i całymi dłońmi.
* **„Moje…”** – Uczestnicy zabawy znajdują się w pozycji siedzącej. Dorosły nazywa różne części ciała i jednocześnie wykonuje konkretny ruch. Dziecko naśladuje:

- uderzanie stopami o podłogę;

- uderzanie stopami o siebie;

- stukanie łokciami o podłogę, o kolana;

- posuwanie stopami po podłodze;

- masowani ud, łydek, stopy, podeszwy, pięty;

- przeliczanie palców;

- uderzanie piętami o podłogę;

- dotykanie stopy, kostki u nogi;

- głaskanie bioder;

- poklepywanie brzucha;

- unoszenie i opuszczanie ramion;

- krzyżowanie przedramion, rąk;

- naciąganie „rękawiczek” na palce;

- wskazywanie przez dziecko tych części ciała, o które prosi dorosły, np. „Pokaż proszę gdzie masz łokieć?, „A gdzie masz nos?” (odszukiwanie ich z zamkniętymi oczami);

- chwytanie się za uszy;

- pokazywanie policzków;

- nadmuchiwanie policzków;

- mruganie oczami;

- pełzanie na brzuchu;

- posuwanie się po podłodze (w siadzie).

* **„Świadomość kolan”**– Wszyscy przyjmują pozycję siedzącą. Poklepują, masują, głaskają kolana, stukają kolanami o siebie, stukają łokciami o kolana.
* **„Plażowanie”** – Wszyscy leżą na brzuchu tak, aby się widzieli. Machają nogami (góra-dół), na przemian uginają i prostują nogi w kolanach; podnoszą i opuszczają złączone nogi, „biją brawo” stopami.

**2. Zabawa paluszkowa „Szara wyliczanka”**

Dorosły recytuje wiersz ilustrując go ruchami dłoni i palców. Dziecko naśladuje gesty, a z czasem próbuje włączyć się w recytacje wiersza.

*Szara cisza: raz, dwa, trzy*

(kładzie palec wskazujący na usta i klaszcze 3 razy)

*już jesienne kończy dni.*

*(krzyżuje dłonie na klatce piersiowej)*

*Szare drzewo: razi dwa*

(porusza rękami nad głową i klaszcze 2 razy)

*już niewiele liści ma.*

(porusza palcami jednocześnie opuszczając ręce)

*W szarym domku: raz, dwa, trzy*

(łączy nad głową opuszki palców, formując daszek i klaszcze 3 razy)

*mały krasnal sobie śpi.*

(przykłada złączone dłonie do policzka i przechyla głowę)

*Szarą jesień: raz i dwa*

(wskazuje ręką w stronę okna i klaszcze dwa razy)

*każde dziecko dobrze zna.*

(wskazuje palcem na siebie)

**3. Zabawa paluszkowa „Deszczyk” Katarzyna Tomiak-Zaremba**

*Pierwsza kropla spadła na nos,*

(dzieci pokazują kciuk jednej dłoni, a palcem wskazującym drugiej dotykają nosa

*druga wprost do oka.*

(pokazują dwa palce jednej dłoni, a palcem wskazującym drugiej dotykają powieki)

*Trzecia mi zmoczyła czoło,*

(pokazują trzy palce jednej dłoni, a palcem wskazującym drugiej dotykają czoła)

*pada deszcz z wysoka.*

(wyciągają dłonie do góry)

*Kap, kap, lecą krople z nieba,*

(poruszają palcami z jednoczesnym opuszczeniem dłoni)

*parasol rozłożyć trzeba!*

(jedną dłoń ustawiają pionowo i przykrywają drugą, z której tworzą „daszek”).

Do zobaczenia za kilka dni ! ☺