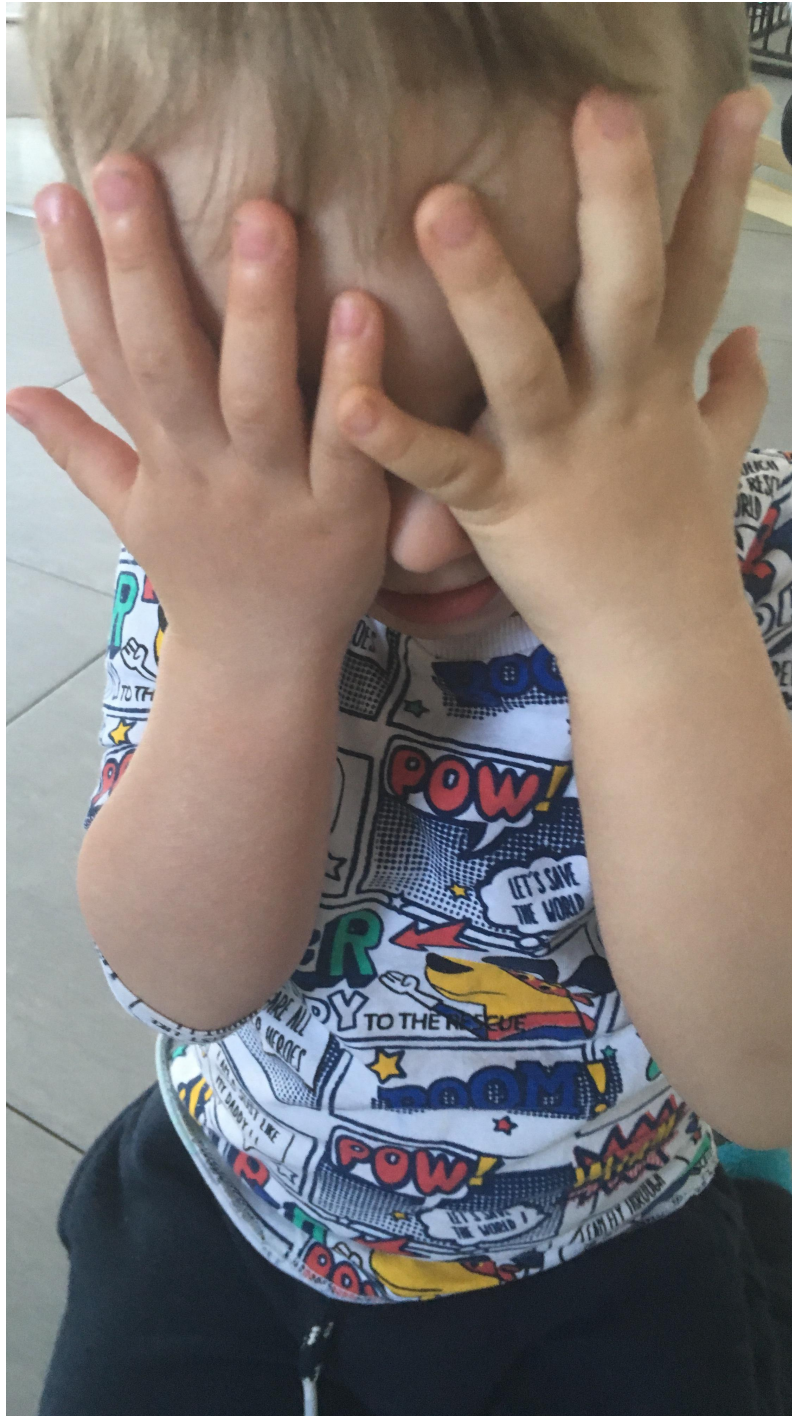


Propozycja zajęć na dziś to zabawa z Weroniką Sherborne - zajęcia z ruchu rozwijającego.

Przed przystąpieniem do zajęć przygotujmy wygodny strój, przestrzeń na podłodze (bez dywanu), koc.

Na początek proponuję zabawę w poruszanie się po podłodze w różnorodny sposób: jazda na pupie, przesuwanie się na brzuchu, chodzenie na czworaka, turlania się. Zachęcamy dziecko do eksperymentowania i wymyślania własnych sposobów na przemieszczanie się.

Kolejna zabawa to chowanego. Chowamy różne części ciała wymieniane przez rodzica np.: oczy, twarz, kolana itd.



Następna zabawa to lustro - dziecko siedzi na przeciwko rodzica i stara się naśladować jego ruchy i miny, a potem dziecko wymyśla miny i ruchy, które naśladowuje rodzic.

Teraz kolej na zabawy z kocem - bardzo lubiane przez dzieci.

Pierwsza propozycja to jazda na kocu.



Kolejna to przechodzenie przez tunel.



Fajną zabawą jest też naleśnik czyli zawinięcie dziecka w koc i uklepywania, masowanie czy gilganie go.



Zajęcia warto zakończyć relaksacją. Poniżej link do treningu autogennego Schultza przygotowanego z myślą o dzieciach.

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