

Zachęcamy Wszystkich Państwa do rozwijania dziecięcych pasji, zainteresowań, do pokazywania Dziecku różnych możliwości spędzania czasu wolnego w sposób kreatywny, ciekawy, twórczy. Proszę spróbować wybrać każdego dnia co najmniej jedną rzecz z każdego **PUNKTU**.

Najważniejsze jest, aby dziecko nie czuło presji – wiele zamieszczonych tutaj propozycji można wykonywać przy okazji różnorodnych czynności.

Ma to być przede wszystkim **DOBRA ZABAWA** – Dla Waszych Milusińskich i dla Państwa 😊

Zapraszamy...

Jak ćwiczyć percepcję słuchową?

1. Filmik poniższy należy puścić dziecku – dziecko wsłuchuje się w dźwięki, ale nie może patrzeć na monitor. Ważne jest, aby starało się odgadnąć, co to za dźwięk bez patrzenia na monitor.

<https://www.youtube.com/watch?v=hNSYN4ZHMOU&t=33s>

<https://www.youtube.com/watch?v=JwbMnvnfN2y8>

<https://www.youtube.com/watch?v=hNSYN4ZHMOU>

2. Naśladowanie odgłosów różnorodnych zwierząt – warto, żeby dziecko próbowało śpiewać refren, a przy okazji gdyby dodatkowo zaczęło tańczyć – to byłoby SUPER 😊

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

3. Naśladowanie ruchem swojego ciała liska, o którym mowa w piosence.

https://www.youtube.com/watch?v=ct_4if6byN4

Wykonywanie ruchów żabki na podstawie dźwięku a nie na podstawie obrazu. Jeśli dziecku jest trudno wykonać ćwiczenie bez zaangażowania wzroku to oczywiście umożliwiamy mu to. Ważna jednak jest próba.

<https://www.youtube.com/watch?v=bSvnVcfC3-s>

4. Określanie ilości wyrazów w zdaniu.

Rodzicu, wypowiedz dziecku zdanie, np. Mama upiekła ciasto. Dziecko powinno powiedzieć liczbę wyrazów – w tym wypadku 3.

Innym przykładem może być – Zuzia poszła na spacer. – 4

Zdania można modyfikować.

5. Określanie sylab w wyrazie.

6. Określanie ilości sylab w krótkich prostych dwuwyrazowych zdaniach.

7. Wystukiwanie rytmu – Rodzic wyklaskuje prosty rytm a dziecko po nim powtarza.
Można użyć również jakiegoś instrumenty.

8. Nauka prostego wierszyka – można spróbować dodać jakiś ruch naśladowujących wierszyk,
np.:

Wąż

Idzie wąż Idzie wąż wąską dróżką,
nie porusza żadną nóżką.
Poruszałby gdyby mógł,
ale wąż przecież nie ma nóg.

Łyżka nożyk i śliniaczek

Łyżka nożyk i śliniaczek,
je śniadanie niemowlaczek.
Na śliniaczku misie siedzą,
pewnie też śniadanie jedzą.

Ola

Poszła Ola do przedszkola,
zapomniała parasola.
A parasol był zepsuty
i zostały same druty.

Lata osa

Lata osa koło nosa.
Lata mucha koło ucha.
Lata bąk koło rąk.
Lecą ważki koło paszki.
Lata pszczoła koło czoła.
Lata mucha koło brzucha.
Lecą muszki koło nóżki.
Biegną mrówki koło główki.

Jak ćwiczyć percepcję wzrokową?

1. Proponuję wejść na proponowany link – tutaj znajdziecie Państwo materiały do skopiowania – różne karty pracy, dzięki którym Wasze dziecko z jednej strony będzie rozwijało percepcję wzrokową, ale także kształtowało umiejętność logicznego myślenia.

<https://cloud1a.edupage.org/cloud/wypatrywanki-5latki-fragment.pdf?z%3Ay1I621O7RDWWKoeGUNG4IZTFwmbhGMTDcOOzRitMA9QIRpEOW8syeoYD4GN9%2Fw4L>

<https://cloud1a.edupage.org/cloud/wypatrywanki-6latki-fragment.pdf?z%3AhjK2pSA8%2FNax%2FvVinTYuyedHN885KB6H3eybm9%2BfqRWS2XugDI5GXNR88oxQtOVA>

2. Dziecko wybiera 6 przedmiotów (może to być najpierw mniej) i układa je na stole kolejno po sobie w jednym rzędzie.
Przygląda się. Po czym zamyka oczy a Rodzic w tym czasie zabiera jedną rzecz. Zadanie dziecka polega na odgadnięciu, jakiego przedmiotu brakuje.
Modyfikacja polegać może na tym, by wziąć dwa przedmioty i zamienić te przedmioty miejscami – np. Kwiatek na miejsce misia a miś na miejsce kwiatka.
Można użyć czterech przedmiotów i dziecko stara się zapamiętać odpowiednią kolejność.
Można razem z dzieckiem wymyśleć jakąś śmieszna historyjkę, by łatwiej było mu zapamiętać. Ilość przedmiotów/zabawek może być oczywiście większa.
3. Przygotować dwa identyczne kwadraty lub prostokąty. Rozrysować na nich takie same kratki o wielkości np. 2 cm/2cm. Na jednym kwadracie w różnych kratkach różnymi kolorami pokolorować pola, można użyć też prostych symboli. Zadanie dziecka polega na zaznaczeniu wszystkich elementów w identyczny sposób na swoim kwadracie/prostokącie, tak, żeby wyszły dwie takie same figury.
4. Układanie puzzli. Oprócz tradycyjnych puzzli można także pociąć jakiś obrazek, np. na 8 części lub więcej/mniej a zadanie dziecka jest poskładanie go w całość.
5. Wyszukiwanie różnic i podobieństw między dwoma pozornie identycznymi obrazkami.
6. Łączenie kropek.
7. Wyszukiwanie elementów na obrazku lub w otoczeniu według nazwy („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”)
8. Opisywanie otaczającej rzeczywistości wspólne obserwowanie prostych zdarzeń, czynności, a następnie opisywanie ich przez dziecko (np. podczas spacerów).
9. Gra w domino - zarówno obrazkowe, jak i literkowe.
10. Prezentacja obrazka - pokazujemy dziecku obrazek na kilka sekund i zakrywamy. Następnie pytamy: co było na obrazku? Ile było np. lalek, samochodów.

Ćwiczenia grafomanualne:

1. Każdy dzień warto na pewno rozpocząć od gimnastyki, która też przewijać się będzie w ciągu dnia. Bardzo ważne jest rozwijanie motoryki dużej, na przykład poprzez następujące ćwiczenia:

- luźne wymachy rąk, krążenie ramion, klaskanie,
- rzuty, chwytaki piłki, różnorodny zabawy z piłką, woreczkiem,
- chodzenie po wyznaczonym torze,
- podskoki, przeskoki,
- kreślenie w powietrzu dużych, płynnych swobodnych ruchów w kształcie kół,
- odnoszenie przedmiotów i kładzenie ich w wyznaczone miejsce.

2. Wzory do ćwiczeń grafomanualnych:

https://cloud1a.edupage.org/cloud/cwiczenia-grafomotoryczne_%281%29.pdf?z%3AXxBVdMDC%2Fi%2FDZcAX%2BI7CIPT0GvgvBqgIywebpw%2Fc%2F5%2BLNAvgT7dQ4mfelwh51RuL

3. Wykonanie masy solnej i wykonywanie różnorodnych kształtów – według inspiracji dziecka.

Przepis na masę solną, która sama z siebie jest masą nietoksyczną (zrobiona tylko i wyłącznie z produktów spożywczych) więc bardzo bezpieczną dla dziecka – jedna miarka soli, jedna miarka mąki i pół miarki wody.

<https://www.mjakmama24.pl/dziecko/zabawa/jak-zrobic-mase-solna-aa-iZ4j-oBXA-rhA9.html>

4. Zabawy plastyczne z wykorzystaniem farby plakatowej, ciastoliny, plasteliny – są to zabawy, które świetnie przygotowują dzieci do pisania:

<http://mamarak.pl/2017/05/prace-plastyczne-z-plasteliny/>

5. Wykonywanie różnorodnych prac plastycznych – przy wykorzystaniu różnorodnych materiałów, technik. Do prac plastycznych dzieci bardzo lubią wykorzystywać artykuły spożywcze np. ryż, makaron, kaszę – warto więc też z tego skorzystać.

Ciekawą stroną do zaproponowania jest <https://mojedziecikreatywnie.pl/> - jest to bardzo ciekawa strona, na której znajduje się mnóstwo inspiracji, jak ciekawie i kreatywnie spędzić czas ze swoim dzieckiem.

<https://ikwdomowymzaczyszu.blogspot.com/2017/08/pomad-100-pomysow-na-prace-plastyczne.html>

Jak narysować kotka? Szkoła rysowania (warto jednak zwrócić uwagę na jedną sprawę – kotek jest na „k” a nie jak wypowiadają na „ka” – dla nas dorosłych to może bez różnicy, ale dla dziecka jest to ważne) <https://www.youtube.com/watch?v=kWPbwQEuVJQ> (tutaj

dostępne są różne zwierzątka – można wybrać – w zależności, jakie dziecko zwierzątko lubi)

6. Wszelkie zabawy klockami, które dodatkowo rozwijają wyobraźnię i kreatywność dziecka.
7. Pomoc dziecka w przygotowywaniu pysznych potraw – ciast, sałatek.
8. Ułożenie domku z kart.
9. Nawlekanie koralików, przewlekanie sznurków przez otworki.
10. Ściskanie piłeczek – można na przykład samodzielnie zrobić śmiesznego gniotka – potrzebna mąka ziemniaczana i balon, lejek i odrobinka wody.

Dwie wersje wykonania:

<https://www.youtube.com/watch?v=2Asv1QetBms>

https://www.youtube.com/watch?v=0Yq-E4di6_I

Ćwiczenia orientacji czasowo-przestrzennej:

1. Wskazywanie prawej i lewej części ciała (autoorientacja) – możemy dziecku wydawać instrukcje słowne:
 - weź zabawkę do ręki prawej,
 - kopnij piłkę lewą stopą,
 - wyciągnij koralik/cukierek/zabawkę z pudełka lewą dłonią,
 - dotknij nosek lewą dłonią,
 - dotknij prawe ucho lewą dłonią, itd. Instrukcje mogą być coraz bardziej skomplikowane.

<https://www.youtube.com/watch?v=mO03jLcA2XM>
2. Ćwiczenia w zakresie orientacji w przestrzeni:
 - układanie obrazków po lewej i prawej stronie, na górze i na dole według instrukcji słownej – np. połóż piłkę z lewej strony mamy,
 - rysownie przedmiotów w odpowiednim położeniu (na, pod, za, nad, obok) – na środku kartki Rodzic rysuje na przykład krzesło, stolik a dla dziecka przygotowuje na przykład kółko z papieru kolorowego jako piłka i mówi do dziecka: połóż piłkę na stole, pod stołem, z prawej strony, z lewej strony, blisko, obok. Ćwiczenie tego typu można ćwiczyć na przedmiotach rzeczywistych 😊
 - zabawy z piłką – Rodzic mówi do dziecka: stań za piłką, stań przed piłką, stań obok piłki, podnieś piłkę do góry, postaw piłkę na podłodze, podnieś piłkę z podłogi, rzuć piłkę do mnie,
 - Zabawa z masą solną – odciski dłoni – prawej i lewej ręki, można też stopy odcisnąć – pozostawić do wyschnięcia, pokolorować na koniec farbami wg własnych pomysłów,

- umieszczanie przedmiotów w przestrzeni (na przykład położenie jabłka na stole, klocków pod krzesłem) a dziecko samodzielnie ma określić, gdzie leży dany przedmiot,
- zabawa „Chodzenie pod dyktando” - Dorosły stoi obok dziecka i wydaje polecenia: „idź dwa kroki w prawo..., teraz trzy kroki do przodu..., dwa kroki do tyłu..., pięć kroków w lewo...”

3. Określanie dni tygodni i miesięcy:

- piosenka o dniach tygodnia - <https://www.youtube.com/watch?v=KJiXPp1jSgQ>
- pytania do dziecka – kto jest sąsiadką/sąsiadem wtorku? Jaki dzień jest po środzie? Jaki jest pierwszy dzień tygodnia? Jaki jest piąty dzień tygodnia?
- piosenka o miesiącach - <https://www.youtube.com/watch?v=vF-f4pSW9zk>

Ćwiczenia na koncentrację uwagi – na pewno też będą rozwijały pamięć i uwagę dziecka:

1. Wykorzystywanie zabaw wymagających skupienia uwagi np. :układanie puzzli, zabawy klockami, rysowanie.
2. Zabawa – dziecko uważnie się przygląda, jak jest ubrana osoba, następnie odwraca się a w tym czasie ta osoba coś w sobie zmienia, jakiś drobny szczegół. Dziecko następnie znowu się odwraca i próbuje odgadnąć, co się zmieniło.
3. Rozpoznawanie kształtów przez dotyk z wyłączeniem wzroku – np. włożenie do pojemnika z ryżem jakiegoś drobnego przedmiotu, zadaniem dziecka jest jego tam odnalezienie i powiedzenie, co to jest – oczy są cały czas zamknięte 😊
4. Co to za przedmiot - zasłaniamy dziecku oczy i dajemy mu do rąk dowolny przedmiot – o prostym kształcie, np. łyżeczkę. Dziecko poznaje kształt przedmiotu przez dotyk. Dziecko może starać się też opisać co czuje, jak według niego ten przedmiot wygląda, jaki ma kształt, czy jest duży/mały, miękki/twardy, itd. Dziecko może również narysować ten przedmiot, ale bez patrzenia na niego. Po wykonaniu rysunku pokazujemy dziecku przedmiot.
5. Dziecko rysuje to, co słyszy w prostym opowiadaniu/historyjce - Dzieci zbudowały zamek z piasku, zrobiły mu dwie bramy, trzy wieże, na jednej z nich powiewała chorągiew w kolorze białym i czerwonym. Był piękny słoneczny letni dzień. Można utrudnić i najpierw dziecku przeczytać a dopiero potem dziecko może narysować to, co wysłuchało,, narysować jak najwięcej szczegółów z krótkiego opowiadania.
6. Cukierek/lizaczek – opowiadamy dziecku powoli historyjkę - Wyobraź sobie żółtego bananowego lizaka... Po jej lewej stronie pszczołka położyła zielonego lizaka z kiwi...,

a po prawej czerwonego lizaczka truskawkowego... Zadaniem dziecka jest odtworzenie kolejności lizaczków od lewej do prawej strony. Zaczynacie od 4-5 elementów i jeśli ćwiczenie okaże się łatwe, dopiero zwiększamy ilość przedmiotów (autka, lale, koniki i cokolwiek to, co dziecko lubi).

7. Mucha - rysujemy kwadrat składający się z 9 pól. Mucha będzie rozpoczynała podróż ze środkowego kwadratu. Mówimy powoli gdzie kieruje się mucha, a zadaniem dziecka jest śledzenie jej ruchu w polach kwadratu i zareagowanie, kiedy wyjdzie poza jego granice. Przykładowa trasa muchy może wyglądać następująco: Mucha idzie w lewo... mucha idzie w dół... mucha idzie w prawo... mucha idzie w górę... mucha idzie w prawo... mucha idzie w górę... mucha idzie w lewo... mucha idzie w lewo... mucha idzie w górę. WYSZŁA! Jeśli dzieci nie mają problemu z wykonywaniem ćwiczenia kiedy patrzą na kwadrat, mogą następnie śledzić ruchy muchy w pamięci – z zamkniętymi oczami.
8. Nauka wierszyków i piosenek.

Działania usprawniające procesy poznawcze oraz wzbogacające wiadomości o otaczającym świecie

1. Czytanie dziecku książeczek, prowadzenie rozmów dotyczących ich treści, stosowanie pytań o postaci, fakty, sytuacje, sprawdzanie rozumienia tekstu.
2. Rozwiązywanie zagadek:
Zagadki o zwierzątkach - <https://miastodzieci.pl/zagadki/zagadki-dla-dzieci-o-zwierzetach-w-zoo/>
Śmieszne zagadki o zwierzątkach - <https://miastodzieci.pl/zagadki/smieszne-zagadki-o-zwierzetach/>
Różnorodne zagadki dla dzieci - <http://dzieci.epapa.pl/zagadki/>
3. Lekcja z ekologii - <https://www.youtube.com/watch?v=zleExE18fqQ>
4. Układanki obrazkowe tworzące historyjkę.
5. Wraz z dzieckiem warto jest tworzyć wspólnie historyjki.
6. Lekcja o chmurach i deszczu - <https://www.youtube.com/watch?v=PVGjzJYrMdM>
Można zrobić z dzieckiem pochmurne niebo, niebo burzowe lub słoneczne z wykorzystaniem farb, kredek, plasteliny – rozcierając ją.
7. Różnorodne łamigłówki matematyczne – pomocne może być gra w karty, np. w UNO.
8. Gry planszowe
9. Dodawanie i odejmowanie różnorodnych przedmiotów: koralików, zabawek...

Ciekawą stroną dla dzieci kształtującą umiejętności matematyczne jest <https://www.matzoo.pl/zerowka>

10. Piosenka o figurach - <https://www.youtube.com/watch?v=Lv-1s65cgJM> – można wraz z dzieckiem powycinać różne figury i układać różnorodne obrazki – np. domek, pajacyk, bocian, żabka - przykładowa praca plastyczna: <http://przedszkole46.poznan.pl/wydarzenie/miedzyprzedszkolny-konkurs-plastyczny-w-krajinie-figur-geometrycznych/>

Działania wpływające na rozwój emocjonalny dziecka i kontakty społeczne

1. Życzliwy, przyjazny stosunek do dziecka:

Rodzicu:

- Cierpliwie wysłuchaj swoje dziecko – może być tak, że dziecku niekiedy trudno coś wyrazić, słuchaj cierpliwie i staraj się go nie wyręczać.
- Chwal swoją pociechę za wykonywane prace, polecenia, współdziałania.
- Rozpoznawaj potrzeby dziecka.
- Dużo rozmawiaj.
- Wyjaśniaj normy i zasady obowiązujące w domu, w życiu społecznym – dziecku nie wystarczy nie bo nie, albo tak trzeba robić – ono naprawdę może nie do końca to rozumieć.
- W sytuacji kłótni z bratem/siostrą starajcie się wspólnie rozwiązać zaistniałą sytuację.
- Właściwie reaguj na złość, smutek i inne trudne emocje – emocje nie są czymś złym, one po prostu są, natomiast ważne, jak je się wyrażać – należy więc dziecko uczyć, że nie może krzywdzić innych. Staramy się z dzieckiem rozmawiać na ten temat. Dziecku musimy też uświadamiać, że jeśli zrobiło coś złego – to my rodzice tego zachowania nie akceptujemy, ale nadal go kochamy. Można się wspólnie z dzieckiem zastanowić, jak pomóc mu naprawić jego błąd.
- Ustalcie w domu określone zasady – dziecko potrzebuje mieć jasno wytyczone reguły postępowania, potrzebuje porządku. Dzięki temu łatwiej będzie mu funkcjonować w grupie, w społeczeństwie.

2. Opowiadania o charakterze terapeutycznym, relaksacyjnym:

<https://bajki-zasypianki.pl/bajki-pomagajki/>

na tej stronie znajdziecie Państwo różne bajki do posłuchania i do poczytania - <http://przedszkola-zlotow.pl/p1/page.php?idd=33>

[https://dziecisawazne.pl/zlosc-w-krainie-bajek-dlaczego-warto-czytac-bajki-
terapeutyczne/](https://dziecisawazne.pl/zlosc-w-krainie-bajek-dlaczego-warto-czytac-bajki-terapeutyczne/)

tutaj też Państwo znajdziecie piękną bajkę - „Tajemnica z tatusiowej szuflady”.