

ZESTAW II

1) Dbaj o swoją formę :

- **Przepychanka**

Zabawa ma na celu:

wzmacniać wyprostne mechanizmy antygravitacyjne, pomagać we wzmacnianiu kontaktu wzrokowego, pomaga kształtować stawianie modyfikowanego oporu



Źródło: <https://www.pmintegracyjne.pl/>

- **Kto silniejszy?**

Zabawa ma na celu:

wzmacniać zgięciowe mechanizmy antygravitacyjne, wzmacniać siłę całych rąk, doskonalić chwyt, dostarczać wielu wrażeń czucia głębokiego



Źródło: <https://www.pmintegracyjne.pl/>

2) i jeszcze więcej zmysłów...

wykonaj słońce , kliknij na instrukcję: **SŁOŃCE**



3) Masażyk dobry na wszystko!

Pobaw się wspólnie z Rodzicem:

Słoń na wycieczce

Szedł sobie słoń na wycieczkę, (z wyczuciem naciskamy plecy dziecka wewnętrzną stroną dłoni)

z tyłu na plecach miał teczkę, (rysujemy palcem prostokąt)

nos długi – trąbę słoniową (rysujemy trąbę)

i kiwał na boki głową. (ujmujemy ciało dziecka i lekko kołyszymy na boki)

Wolno szedł słonik, szurając nogami jak wielkie kloce. (naciskamy plecy dziecka wewnętrzną stroną dłoni)

Tak ociężale jak... słonie (naciskając dłońmi na przemian, wolno przesuwamy je wzdłuż kręgosłupa do góry)

szedł sobie wolniutko po drodze.

Pisze Pani na maszynie

Pisze pani na maszynie (palcami uderzamy po plecach dziecka)

Stop, przecinek (pociągamy lekko za ucho prawe)

Stop, przecinek (pociągamy lekko za ucho lewe),

Świeci słońce (masujemy całą dłońią po plecach),

Idą konie (lekko uderzamy pięściami po plecach).

Biegną słonie po betonie (bokiem dłoni uderzają po plecach)

Płynie sobie kręta rzeczka (bokiem dłoni krętą linią przesuwamy wzdłuż kręgosłupa).

Idą panie na szpileczkach (palcami wskazującymi uderzamy po plecach)

Pada, mały drobny deszczyk (wszystkimi paluszkami lekko uderzmy po plecach).

Czujesz dreszczyk? (lekko chwytny za szyję).

źródło: <https://loogomowa.pl>

Polecam również:

https://www.youtube.com/watch?v=59R81h1Y9s4&feature=emb_logo