

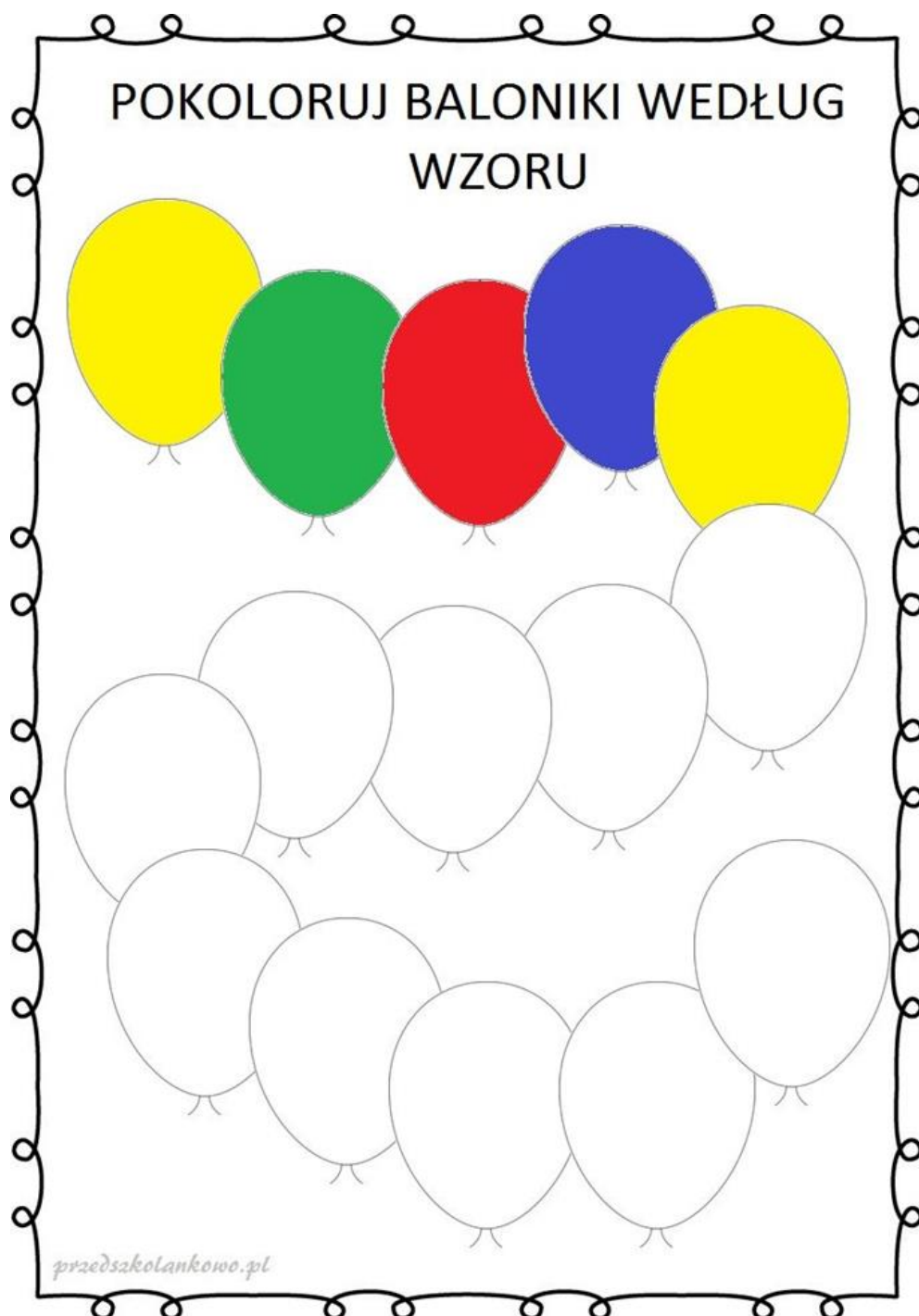
**ZDALNE NAUCZANIE – propozycja zabaw i ćwiczeń w ramach realizacji wczesnego wspomagania rozwoju (WWR).**

**Drogie Dzieci, drodzy Rodzice!**

**W tym tygodniu proponujemy następujące ćwiczenia. Życzymy udanej zabawy 😊**

**Aktywność nr 1 – „Pokoloruj według wzoru”**

W trakcie tego ćwiczenia dziecko doskonali umiejętności motoryki małej oraz koordynację oko – ręka.



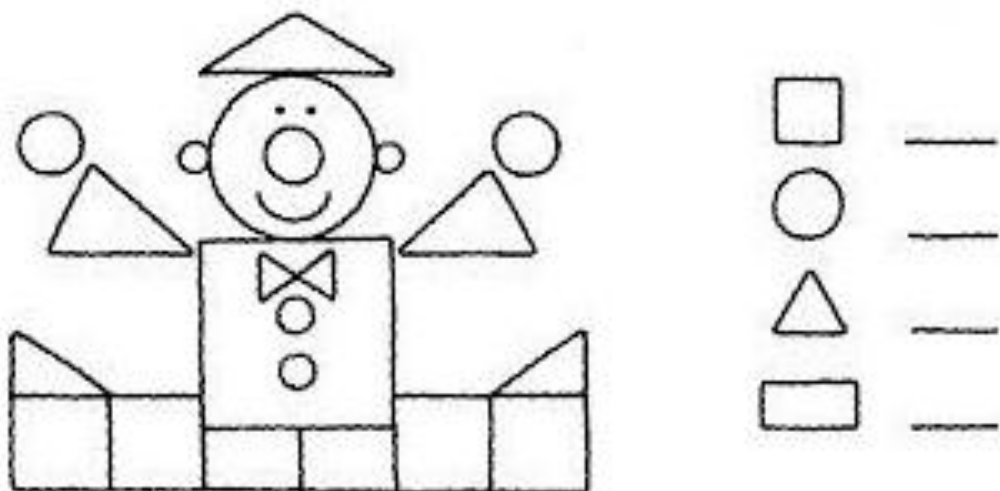
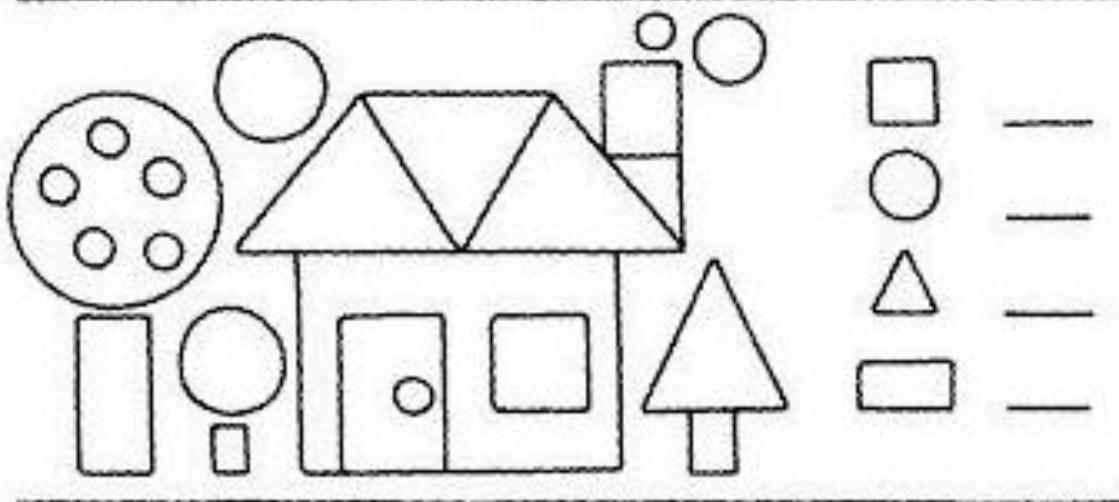
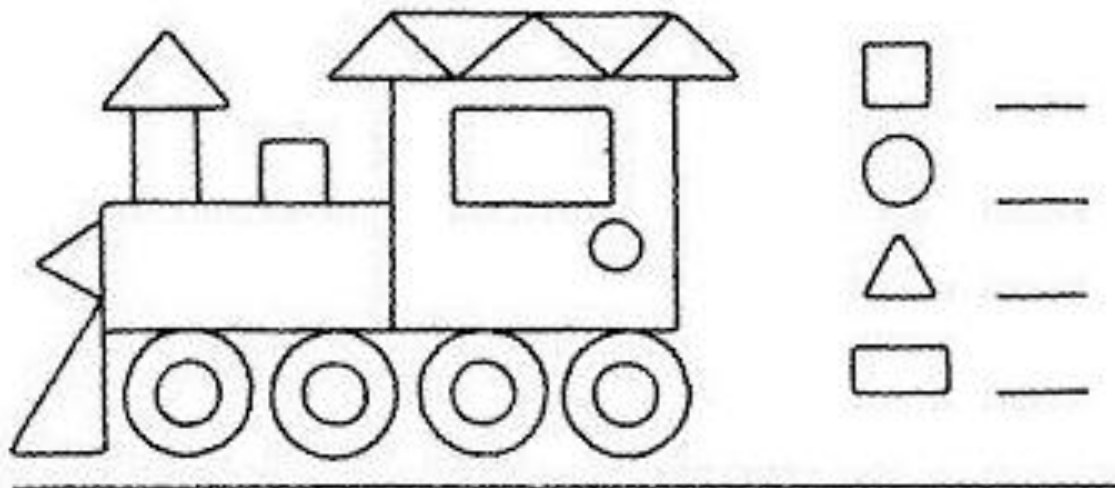
**Aktywność nr 2 - „Co się dzieje na obrazku?”**

Przyjrzyj się obrazkom i powiedz, co dzieje się na każdym z nich? Opowiedz, jak zachowują się dzieci. Komu może być smutno? Kto może odczuwać złość? A może ktoś się wstydzi? Opowiedz w jakich sytuacjach, Ty odczuwasz podobne emocje?



**Aktywność nr 3 – „Znajdź, policz i pokoloruj”**

Zadaniem dziecka jest odszukiwania i przeliczenie figur geometrycznych znajdujących się na obrazku. Następnie należy pokolorować obrazek.



## **Aktywność nr 4 - „Zabawy wspierające regulację emocji”**

### **„Smok”**

Wyobraźcie sobie, że jesteście smokami, które uczą się zionąć ogniem. Licząc do dwóch, bierzemy wdech, a następnie powoli wypuszczamy powietrze ustami. Aby sprawdzić moc naszego oddechu, możemy dmuchać kolorowe piórka albo kawałki bibuły. Dziecko może również wybrać taki kolor piórek/bibuły, który najbardziej odpowiada jego nastrojowi w danym momencie.

### **„Żłół”**

Usiądźcie po turecku na podłodze albo znajdźcie wygodną pozycję, siedząc na krześle. Biorąc wdech, podnieście ramiona mocno ku górze (tak, jakby miała zniknąć szyja – chowacie się w skorupie.) Zostańcie na chwilę w tej pozycji (w swojej kryjówce). Następnie w czasie wydechu, wypuście napięcie z ramion, pozwalając im powrócić do początkowej pozycji. Sekwencję powtórzcie kilka razy.

*Źródło: „80 zabaw regulujących emocje” Wydawnictwo: edukowisko.pl*