Piątek 17.04.2020

Zapraszamy do zajęć rozwijających mowę i myślenie oraz do aktywności ruchowej!

1. ***W zagrodzie Małgosi* – bajeczka ortofoniczna.**
   Rodzic czyta treść bajeczki, a dzieci naśladują odgłosy zwierząt.

   Wieczorem w zagrodzie cioci Małgosi
   Każde zwierzątko o jedzenie prosi.
   Piesek szczeka: hau, hau, hau.
   Kotek miauczy: miau, miau, miau.
   Kura gdacze: kod, ko, da.
   Kaczka kwacze: kwa, kwa, kwa.
   Gąska gęga: gę, gę, gę.
   Ona też chce najeść się.
   Owca beczy: be, be, be.
   Koza muczy: me, me, me.
   Indor gulaga: gul, gul, gul.
   Krowa ryczy: mu, mu, mu.
   Konik parska: prr, prr, prr.
   A pies warczy: wrr, wrr, wrr.
   I tak gra orkiestra ta, aż Małgosia jeść im da.

2. **Zapraszam Was teraz na filmik o zwierzętach na wsi, dodatkowo będą tam zadania i zagadki dla Was.**
   https://www.youtube.com/watch?v=v4R2rkylrc0&fbclid=IwAR3wSqA3h3SR8fDSVPu__1Nd-kZ11wQgXIvTRmvowfaE3MhxVW6ovcXs5wA

3. **Zapraszam wszystkie dzieci do aktywności ruchowej**

   Dziś odwołam się do bardzo dobrze przygotowanych ćwiczeń dla dzieci, które są najlepszą formą profilaktyki i leczenia wad postawy. Zestaw ćwiczeń dla dzieci przygotowała pani Ewa Smoleń – fizjoterapeuta Poradni Układu Ruchu dla dzieci w Medicover.
   Proponowane ćwiczenia to naśladowanie zwierząt z jednoczesnym korygowaniem wad postawy:
   • motyl – otwiera klatkę piersiową, ściąga łopatki, napina mięśnie brzucha;
   • bocian – angażuje do pracy mięśnie głębokie, od nich zleży stabilność naszego ciała; stanie na jednej nodze to dla wielu dzieci trudne wyzwanie;
   • żółw, wąż, niedźwiedź, lew, pantera – angażują mięśnie brzucha, tułowia, pośladków, czyli mięśnie stabilizujące, korygują odstające łopatki;
   • zając – koryguje kolana koślawe;

• małpa – idealne ćwiczenia dla dzieci z odstającymi łopatkami, uczy napięcia i kontroli mięśni okolicy łopatek;
• słoń – koryguje stopy płasko-koślawe,
• tygrys – bardzo potrzebne ćwiczenia, aby rozciągnąć, rozluźnić zbyt mocno napięte mięśnie grzbietu np. w wyniku długiego przebywania w pozycji siedzącej.

Proszę Rodziców by wraz z dziećmi prowadzili te zabawy – ćwiczenia, słuchając wskazówek i obserwując prowadzącą:

ćwiczenia dla dzieci „Naśladujemy zwierzęta”
https://youtu.be/2BQCcIjudZ8

Wesołej zabawy!