**Drodzy Rodzice, Wy także możecie w domu wspierać rozwój dziecka proponując mu następujące ćwiczenia:**

**1. Ćwiczenia usprawniające rozwój motoryczny dziecka (motoryka duża).**

– bieganie, wchodzenie i schodzenie po schodach, po drabinie, pokonywanie przeszkód, wykorzystywanie placów zabaw i miejsc specjalnie do tego przygotowanych w celu rozwijania sprawności ruchowej
– stanie na jednej nodze, wykonywanie podskoków obunóż  i na jednej nodze
– rzucanie i łapanie piłki w grze, z różnych odległości
– rzucanie piłeczkami, lotkami, kulami z papieru
– przerzucanie piłki z jednej ręki do drugiej
– uczestnictwo w zabawach ruchowych, grupowych, zwracanie uwagi na aktywność fizyczną

**2.  Ćwiczenia rozwijające funkcje wzrokowe dziecka:**

– odnajdywanie na obrazkach drobnych szczegółów (pokaż gdzie jest….)
– odnajdywanie podobieństw i różnic w prezentowanych dziecku obrazkach o tej samej tematyce
– dobieranie par jednakowych obrazków – można wykorzystać grę „memory”
– składanie obrazka pociętego na części (można wykorzystać pocztówki)
– układanie elementów wg wzoru – klocki, puzzle, pocztówki
– dobieranie elementów do całości obrazka – np. sklep z warzywami, spożywczy; poszukujemy odpowiednich produktów pasujących do danego sklepu
– rysowanie kompozycji z figur geometrycznych za pomocą szablonów; powtarzanie elementów wg. schematu
– rysowanie demonstrowanych przedmiotów np. samochodu, domku, drzewa
–  spostrzeganie zmian w układaniu elementów ( dół, góra, prawa, lewa strona itd.)
– klasyfikowanie przedmiotów według rodzaju, kształtu, ilości, koloru
– rysowanie po śladzie (łączenie kresek w linie tworzące element)
– kalkowanie przez kalkę techniczną
– przerysowywanie figur geometrycznych (według wzoru)

**3. Ćwiczenia usprawniające funkcje słuchowe dziecka:**

– dzielenie zdań na wyrazy
– wyszukiwanie obrazków na dana głoskę np. „p” – „pies”
– dzielenie wyrazów na sylaby z klaskaniem np. „ka-wa”
– rozróżnianie dźwięków np.: pluskanie w wodzie, gniecenie papieru, rozpoznawanie po głosie różnych osób
– gry i zabawy rytmiczne (wykonywanie ruchów na hasło muzyczne)
– wydzielanie głoski na początku, na końcu i w środku wyrazu
– nauka krótkich wierszyków i piosenek
– ćwiczenie różnicowania dźwięków z otoczenia (co teraz słychać?)
– odtwarzanie struktur dźwiękowych w układach przestrzennych np. z klocków
– grupowanie obrazków na tą samą głoskę (pies, pióro, papier)
– odgadywanie głosek na początku wyrazu i szukanie kolejnych, podejmowanie prób tworzenia sylab i czytanie prostych wyrazów

**4. Ćwiczenia usprawniające precyzję ruchów rąk i koordynację wzrokowo – ruchową dziecka**

– ćwiczenia dłoni (machanie, krążenie, klaskanie, naśladowanie np. gry na skrzypcach, na trąbce, układanie modeli z dłoni np. dziób, kula, kwiat, piramidka, wchodzenie po schodach)
– ćwiczenia palców (naśladowanie pisania na komputerze, gry na pianinie, deszczu, rysowania kółek w powietrzu, składanie i rozkładanie palców, układanie modeli z palców np. koszyk, koło)
– lepienie z plasteliny, również gliny prostych kształtów (np. kulek, wałków, rogalików, ludzi, koszyków, liter, zwierząt i innych elementów)
– wycinanie nożyczkami pasków z papieru i innych wzorów
– malowanie palcem i pęczkiem waty umaczanym w farbie
– zamalowanie kartki farbami (z góry w dół, od lewej do prawej strony)
– odrysowanie własnej dłoni, odrysowywanie płaskich przedmiotów np. monet, talerzyków itp.
–  układanie i przyklejanie na kartce wzorów z kolorowego papieru
– naklejanie nalepek na właściwy schemat na kartce papieru
– robienie kulek z bibułki lub krepiny, wyklejanie nimi konturów
– obrysowywanie konturów (pogrubienie konturów, kalkowanie)
– rysowanie równocześnie obiema rękami tych samych elementów
– łączenie kropek obrazujących różne przedmioty
– rysowanie szlaczków i wzorów z elementów litero podobnych
– nawlekanie koralików, przewlekanie sznurków, tasiemek, sznurowadeł przez różne rzeczy i otwory, szycie igłą z wykorzystywaniem zabawek dla dzieci
– wieszanie ubranek dla lalek na sznurku i przyczepianie ich klamerkami do bielizny
– zamalowywanie obrazków w książeczkach do malowania
– odrysowywanie szablonów
– wciskanie w tablicę korkową pinezek – wyjmowanie ich z podłoża
– zbieranie palcami drobnych elementów (pinezki, ziarenka, guziczki) – dwoma palcami, kciukiem i wskazującym, zbieranie wyżej wymienionych elementów pęsetą
– cięcie nożyczkami po narysowanych liniach – prostych, falistych
– wycinanie najpierw prostych, potem nieco bardziej skomplikowanych kształtów z papieru kolorowego
– wyrabianie ciasta podczas prac domowych
– stemplowanie wzorów na kartkach papieru w różnych układach
– wydzieranie kawałków kolorowego papieru i naklejanie na narysowany schemat zamiast malowania kredkami
– strząsanie wody z palców
– zgniatanie większego papieru jedną ręką, dwoma rękoma w kulkę
– zabawy z użyciem pacynek (manipulacja rękoma)
– próby przyszywania dużych guzików (pod opieką dorosłego)
– szycie prostymi ściegami
– krążenia palcami, np. jednego palca wokół drugiego nieruchomego, wokół siebie obu palców
– zabawa w kominiarza (wchodzi kominiarz po drabinie…)
– ściskanie miękkich piłek
– zwijanie palcami chusteczek, apaszek, bibułki, robienie wałeczków z ciasta, plasteliny
– rysowanie patykiem po ziemi, po piachu
– przy wolnym chodzie ruchy rąk jak podczas pływania żabką – zabawa w naukę pływania
– zabawa w pociągi – ruch rąk naśladuje obroty kół
– zabawa w pranie, rozwieszanie bielizny i prasowanie
– gry w pchełki, bierki, kręgle, bilard stołowy
– rzucanie woreczków lub piłeczek – kto dalej (do usprawniających całe ręce)
– toczenie piłki do dołka
– podbijanie balonika wyłącznie palcami prawej i lewej ręki
– wypuszczanie piłeczki tenisowej z ręki w dół i próby chwytania jej w locie samymi palcami
– „rysowanie” palcami w powietrzu określonego przedmiotu
– układanie z elementów geometrycznych postaci ludzi, zwierząt  itp.
– układanie z patyczków, np. płotów
– zabawy z wykorzystywaniem drobnych elementów, tworzenie na siatkach wzorów
– wykonywanie budowli z drobnych klocków lego

**5. Ćwiczenia na koncentrację uwagi:**

– wykorzystywanie zabaw wymagających skupienia uwagi np. : budowle wg wzoru, rozwiązywanie rebusów, krzyżówek
– opisywanie w co jest ubrana któraś osoba z domu (w danej chwili niewidoczna)
– rozpoznawanie kształtów przez dotyk z wyłączaniem wzroku, rysowanie tego przedmiotu z pamięci
– zabawy z użyciem gier planszowych
– nauka wierszyków i piosenek
– dbałość o kończenie rozpoczętego zadania

**6. Działania usprawniające procesy poznawcze  oraz wzbogacające wiadomości o otaczającym świecie**

– dostarczenie informacji na temat rodziny, miejsca zamieszkania, wykonywanej pracy
– zaznajamianie  z najbliższym otoczeniem, miastem, ulicą, na której mieszka dziecko, obiektami kulturowymi
– prowadzenie rozmów na różne tematy, zadawanie pytań odtwórczych, problemowych, oczekiwanie rozwiniętych wypowiedzi
– czytanie dziecku książeczek, prowadzenie rozmów dotyczących ich treści, stosowanie  pytań o postaci, fakty, sytuacje, sprawdzanie rozumienia tekstu
– rozwiązywanie zagadek
– prowadzenie zabaw w oparciu o zabawki dydaktyczne rozwijające myślenie
– zadawanie pytań co trzeba zrobić żeby… np.  upiec ciasto, zrobić sobie kanapkę (dziecko ma wymienić następujące po sobie czynności)
– wykorzystywać układanki obrazkowe tworzące historyjkę
– prowadzenie zabaw uczących klasyfikacji rozpoznawania podobieństw i różnic, tworzenia zbiorów, liczebników porządkowych, dodawania i odejmowania

**7. Działania wpływające na rozwój emocjonalny dziecka i kontakty społeczne**

– życzliwy, przyjazny stosunek do dziecka
– cierpliwe wysłuchiwanie dziecka
– chwalenie dziecka za wykonywane prace, polecenia, współdziałanie
– sprawianie dziecku przyjemności
– rozpoznawanie potrzeb dziecka i ich zaspokajanie
– wyjaśnienie norm i zasad obowiązujących w życiu społecznym
– dostarczanie informacji jak się należy zachować w sytuacji konfliktu  z drugim dzieckiem
– umożliwienie kontaktu z innym dzieckiem poza przedszkolem, stwarzanie warunków do wspólnych zabaw
– organizowanie urodzin w towarzystwie dzieci z przedszkola i sąsiedztwa
– właściwe reagowanie na złość, smutek i inne negatywne emocje
– ustalenie i egzekwowanie (przyjazne) norm i zasad społecznych