

Zabawy z mamą i tatą.

1. Wierszyki na dykcję – proponuję rozpocząć od zabaw z wierszykiem

BAK

Spadł bąk na strąk,

a strąk na pąk.

Pękł pąk, pękł strąk,

a bąk się zląkł.

2. Zabawy muzyczno - ruchowe do piosenki Śpiewające brzdące Jesteś mamom skarbem mym
<https://www.youtube.com/watch?v=RvHfN-4Va4g>
3. Ćwiczenia z elem. Ruchu Rozwijającego.

Ćwiczenia oparte na relacji „z”

- **Lustro** – rodzice i dzieci siedzą naprzeciwko siebie, dziecko wykonuje dowolne ruchy, gesty, wykorzystuje mimikę twarzy, rodzic naśladuje ruchy dziecka- zmiana ról.
- **Domki** – rodzic w klęku podpartym, tworzy domek dla swojego dziecka. Dziecko wchodzi do domku (siada skulone pod rodzicem). Dziecko potem wychodzi spod domku, przechodzi między jego nogami i rękami.
- **Zabawa razem w kole** – wszyscy siedzą w kole, trzymając się za ręce. Cała grupa kładzie się na brzuchu, następnie wstaje trzymając się za ręce.
- **Bujanie dziecka w kocu.**
- **Wycieczka** – ciągnięcie dziecka w kocu- za ręce, na nogi, na zrolowanym kocu.

5. Ćwiczenia rozwijające relacje „przeciwko”

- **Paczka** – dziecko zwiija się w kłębek na dywanie a dorosły próbuje je „rozwiązać” (zmiana ról).
- **Przepychanie** – dziecko i dorosły siedzą na dywanie plecami do siebie i próbują się przepychać plecami.
- **Skala** – dziecko próbuje przesunąć rodzica, następnie zmiana.

6. Ćwiczenia oparte na relacji „razem”

- **Rowerek** – dorosły i dziecko leżą na plecach, stopami opierają się o stopy partnera, kreślą wspólnie kółka w powietrzu, „jadą na rowerze”.
- **Tunel** – dorośli tworzą tunel w klęku podpartym, dzieci przechodzą pod „tunelem”.

- **Kołyska** – dorosły w siadzie rozkrocznym obejmuje dłońmi dziecko siedzące przed nim tyłem, kołyszą się na boki.
- **Piłowanie drewna** – dzieci siedzą w rozkroku, zwrócone przodem, trzymając się za dłonie. Nogi jednego dziecka znajdują się pod nogami drugiego dziecka. Następnie na przemian kładą się na plecach na podłodze, cały czas trzymając się za ręce.
- **Lustro** – dziecko siedzi naprzeciw rodzica, zwrócone do niego przodem. Dorosły „rysuje” ręką w powietrzu różne figury np. jazdę samochodem, czytanie książki, dziecko zaś stara się jak najdokładniej naśladować ruchy dorosłego.