

Wtorek 30.06.2020

1. Ćwiczenia ortofoniczne „Wakacje”.

Ćwiczenia oddechowe

„**Wąchanie kwiatów**” – powoli wciąganie powietrza noskami, czynność powtarzamy kilkakrotnie (można też wąchać perfumy lub inne zapachy).

„**Dmuchawce - latawce**” – wciąganie powietrze nosem i dmuchanie jak najdłużej na dmuchawiec lub latawce.

„**Chłodzenie zupy**” - ręce złożone na kształt głębokiego talerza, wciąganie powietrza noskami, a wydmuchiwanie buzią jak najdłużej

Ćwiczenia warg i policzków

- **Niesforny balonik** – nadymanie jednego policzka i przesuwanie powietrza z jednej strony jamy ustnej do drugiej – wargi złączone.
- **Zajączek** – wciąganie policzków do jamy ustnej, policzki ściśle przylegają do łuków zębowych, wargi tworzą „zajęczy pyszczek”.
- **Całuski** – wargi ściągnięte, wywinięte do przodu – jak przy cmoknięciu.
- **Mam wąsy** – utrzymanie słomki między nosem a górną wargą.
- **Nic nie powiem** – mocne zaciśnięcie rozciągniętych warg.
- **Pajac** – wesółka mina: wargi złączone, kąciki uniesione do góry, smutna mina: wargi złączone, kąciki opuszczone w dół.

Ćwiczenia języka

- Dotykanie palcem lub zimną łyżeczką podniebienia tuż za górnymi zębami, nazywając je zaczarowanym miejscem, parkingiem itp.. w którym język (krasnołudek, samochód) powinien przebywać, gdy mamy zamkniętą buzię.
- Przytrzymywanie czubkiem języka przy podniebieniu kawałków kukurydzianych chrupek.
- Zlizywanie nutelli, miodu, dżemu itp. z podniebienia przy szeroko otwartych ustach.
- **Konik jedzie na przejażdżkę** - naśladowanie konika stukając czubkiem języka o podniebienie, wydając przy tym charakterystyczny odgłos kłaskania.
- **Winda** - otwórz szeroko buzię, poruszaj językiem tak, jakby był windą - raz do góry, raz do dołu.

- **Karuzela** - dzieci bardzo lubią kręcić się w koło, twój język także. Włóż język między wargi a dziąsła i zakręć nim raz w prawą, raz w lewą stronę.
- **Chomik** - wypycha policzki jedzeniem, a ty pokaż jak można wypchnąć policzki językiem, raz z prawej raz z lewej strony.
- **Zawody** - kto dłużej utrzyma nieruchomo język za górnymi zębami przy szeroko otwartej buzi ?
- **Malarz** - maluje sufit dużym pędzlem. Pomaluj pędzlem (językiem) swoje podniebienie, zaczynając od zębów w stronę gardła.

To tylko kilka przykładów tego, jak w zabawny sposób można pomóc naszym dzieciom w zdobywaniu sprawności prawidłowej artykulacji. Wykorzystujmy też naturalne sytuacje życiowe, które w sposób nieuświadomiony przyczyniają się do wzmocnienia mięśni języka, warg czy pozostałych narządów mowy i tym samym dadzą dziecku radość z mówienia

Pamiętajcie także o aktywności fizycznej, która jest dla Was bardzo ważna.

Biegi

- bieg rytmiczny – sylwetka wyprostowana, głowa w pozycji pionowej,
- bieg z unoszeniem kolan – kolana podnosić wysoko,
- bieg z wymachem nóg do tyłu – rytmiczny, przemienny wymach nóg,
- bieg z wymijaniem lub obieganiem przedmiotów,
- bieg w połączeniu z różnymi formami ruchu: rzutem, skokiem, wspinaniem, dźwiganiem.

Skoki i podskoki

- podskoki rytmiczne – w miejscu, z posuwaniem się do przodu,
- podskoki wykroczone,
- podskoki jednonóż w przód, tył, dookoła swojej osi,
- podskoki zmienne z unoszeniem na zmianę raz jednego kolana, raz drugiego,
- podskoki dostawcze – cwały w bok,
- podskoki i przeskoki z użyciem przyborów.

Ćwiczenia z elementami czworakowania i pełzania zabawy na czworakach z naśladowaniem ruchów zwierząt

- chód na czworakach tyłem,
- chód w podporze na trzech kończynach,
- pełzanie i czołganie się,
- toczenie się z boku na bok.

Ćwiczenia rąk i nóg

- wymachy odprężające ręk od barku w bok – pozycja stojąca,
- wymachy odprężające ręk w przód,
- odprężanie rąk w siadzie klęcznym,
- przenoszenie ciężaru ciała w przód i w tył – stanie z wysuniętą nogą do przodu.

Ćwiczenia usprawniające i koordynacyjne

- dzieci maszerują i jednocześnie klaszczą nad głowami ,
- dzieci idą na piętach z wyprostowanymi plecami i klaszczą za sobą ,
- dzieci leżą na plecach i nogami naśladowują jazdę rowerem,
- dzieci podrzucają piłki do góry zgodnie z muzyką, po jej zmianie uderzają piłką o podłogę,
- dzieci w siadzie klęcznym toczą oburącz piłkę przed siebie i do siebie.

Kochane „ Kangurki ”

Życzymy Wam słonecznych wakacji! Mnóstwo zabawy i radości!

Nie zapominajcie jednak o Waszym zdrowiu.

Uważajcie na siebie i odpoczywajcie!

Poniżej zamieszczam dla Was małą niespodziankę ☺

Szanowni Rodzice

Bardzo dziękuję za trud i zaangażowanie w tym trudnym dla nas wszystkich czasie. Dziękuję za współpracę i stały kontakt.



DYPLOM

MISTRZA ZDALNEJ PRACY

*Za wytrwałą i staranna,
prace w domowym przedszkolu*

Jesteśmy z Ciebie Bardzo dumne!



DYPLOM
MISTRZA
ZDALNEJ EDUKACJI

ZA WYTRWAŁĄ I STARANNĄ
PRACĘ W DOMOWYM PRZEDSZKOLU

JESTEŚMY Z CIEBIE DUMNE!



DYPLOM

MISTRZA ZDALNEJ EDUKACJI

ZA WYTRWAŁĄ I STARANNĄ
PRACĘ W DOMOWYM
PRZEDSZKOLU

JESTEŚMY Z CIEBIE BARDZO DUMNE!

