Inspiracje zajęć- trzylatki

**1. Wiosenne zabawy ruchowe:**

* *"Wiosenna pogoda"-* cel: rytmizacja gestykulacyjna do słów, usprawnianie motoryki dużej oraz koordynacji ruchowej.

Dzieci ustawione są po obwodzie koła, rytmicznie powtarzają słowa i wykonują odpowiednie ruchy.

Pada deszczyk, x2 (naśladowanie gestem opadu deszczu)

wieje, wieje wiatr x2 (naśladowanie gestem wiejącego wiatru)

I błyskawica grzmot, x2(Klaśnięcie, tupnięcie nogą, uderzenie w udo)

na niebie kolorowa tęcza x2(zatoczenie kręgu rękami)

* *"Bociany"* – zabawa ruchowa z elementem równowagi, cel: ćwiczenie ruchowe usprawniające motorykę dużą oraz kształtujące równowagę.

Pomoc: instrument muzyczny np.: tamburyno.

Dzieci chodzą po sali lub ogrodzie unosząc wysoko kolana, na dźwięk tamburyna stają na jednaj nodze i rozkładają w bok ręce.

* *"Żaby"* – zabawa bieżna z elementem skoku, cel: ćwiczenie ruchowe usprawniające motorykę dużą.

Pomoce: instrument muzyczny np. tamburyno.

Dzieci biegają przy dźwiękach tamburyna, na przerwę w graniu - skaczą jak żabki w różnych kierunkach.

* *"Rosnący kwiat"* - cel: ćwiczenie ruchowe usprawniające motorykę dużą oraz kreatywność.

Można podczas zabawy wykorzystać muzykę, polecam ["Wiosna"](https://www.youtube.com/watch?v=jdLlJHuQeNI)Antonio Vivaldi.

 Dzieci zamieniają się w rosnące kwiaty - w pozycji kucznej, głowy schowane, powoli podnoszą się, rozprostowując swoje ręce i tułów, wyciągają ramiona w górę, przechodzą kilka kroków i znów wracają do pozycji kucznej.

**2. Wiosenne eksperymenty i zabawy:**

* <https://mojedziecikreatywnie.pl/2016/03/jak-zabarwic-kwiaty/>
* <https://mojedziecikreatywnie.pl/2017/02/zabawa-plastyczna/>
* <https://mojedziecikreatywnie.pl/2017/06/zelowy-gniotek-diy-zelatyny/>
* <https://mojedziecikreatywnie.pl/2018/04/jak-zrobic-slime-diy-proste-przepisy/>

**3. Gimnastyka języka, czyli ćwiczenia logopedyczne:**

Ćwiczenia do kart 1-11 (załącznik 1)

1. Cmokanie

2. Zagryzanie dolnej wargi

3. Zagryzanie górnej wargi

4. „Koci grzbiet” opieramy język o dolne zęby, środek podnosimy do góry

5. Szeroko się uśmiechamy, na zmianę robimy uśmiech-zdziwioną minę

6. Wdech nosem, wydech ustami x5 + pompujemy policzki i „przerzucamy” powietrze z jednego policzka do drugiego

7. „Liczymy” zęby dotykając każdego po kolei

8. Przesuwamy język po wewnętrznej stronie zębów

9. Dotykamy językiem do podniebienia w różnych miejscach

10. Przysysamy język do podniebienia

11. Kląskamy jak konik

**4. Zabawa relaksacyjna- masażyk:**

* *„Spacer biedronki”*

Biedroneczka mała po trawce biegała, (delikatnie poruszają palcami w różnych kierunkach)
Nóżkami tupała, (naprzemiennie uderzają w plecy otwartymi dłońmi)
rączkami machała. (masują je obiema rękami)
Potem się ślizgała (przesuwają zewnętrzną stroną dłoni do góry)
do góry i w dół. (wewnętrzną w dół)
W kółko się kręciła (rysują rękami koła w przeciwnych kierunkach)
i piłką bawiła. (delikatnie uderzają pięściami)
Gdy deszcz zaczął padać, (stukają palcami wskazującymi z góry na dół)
pod listkiem się skryła (rysują obiema rękami kształt liścia)
i bardzo zmęczona spać się położyła. (przesuwają złączone dłonie w jedną i w drugą stronę.)

* *„Wiosenny masażyk”*

Po łące skacze żaba, (uderzanie lekko piąstką w plecy)

a za nią skaczą dwie, (uderzanie lekko dwoma piąstkami)

 Cóż za cudowna łąka!

 Zachwycać można się!

Po łące chodzi bocian, (naśladowanie chodu bociana dwoma palcami)

i patrzy tu i tam, (przesuwanie ręką po plecach w jedną i drugą stronę)

 Tuż obok płynie rzeczka, (kreślenie całą dłonią kształtu wijącej się rzeczki)

 a nad nią lata ptak. (kreślenie kształtu lecącego ptaka – leżącej cyfry trzy)

Maleńka szczypaweczka (delikatne szczypanie w plecy obiema rękami)

 wdrapuje się na mak.

Ślimak powoli sunie, (powolne przesuwanie całymi dłońmi po plecach)

marzy, by być jak rak. (ponowne delikatne szczypanie w plecy)

**Załącznik 1**



