Rodzice mogą skontaktować się ze mną pod adresem e- mail emilka_zarzeczna@op.pl we wtorki w godzinach od 12.00 do 15.00 oraz w piątki od 8.00 do 16.00 lub poprzez aplikacje skype i messenger. Pozdrawiam serdecznie, Emilka Zarzeczna.

Ćwiczenia dla dzieci 3-4 letnich:

Drodzy rodzice! Bardzo ważnym elementem w prawidłowym rozwoju mowy dziecka jest czytanie historyjek obrazkowych. Poproście Wasze dzieci, aby opowiedziały po kolei, co widzą na obrazku. Pomóżcie dzieciom w ustaleniu odpowiedniej kolejności. Powodzenia !!!

Ćwiczenia dla dzieci 5-6 letnich:

Drodzy rodzice! Zachęcam Was do wykonywania ćwiczeń relaksacyjnych, które pomogą Waszym dzieciom w poprawie koncentracji oraz efektywniejszej korekcie wad wymowy.

ĆWICZENIA RELAKSACYJNE:

Ćwiczenia w pozycji stojącej:

-wdech nosem, wydech ustami,

-luźne wymachy kończyn,

-wdech z wyciągnięciem rąk przed siebie, wydech z opuszczeniem,

-wdech z wyciągnięciem rąk ku górze i przeciągnięciem się,wydech z opuszczeniem rąk,

-wdech z podniesieniem rąk w górę,wydech ze skłonem w przód.

Ćwiczenia w pozycji leżącej:

-głęboki wdech przeponą i wydech z rozluźnieniem całego ciała,

-wdech z przyciśnięciem rąk do materaca, rozstawione palce naciskają na materac, wydech wraz z rozluźnieniem całego ciała,

-wdech z uniesieniem nóg jak najwyżej, wydech wraz z rozluźnieniem i opuszczeniem kończyn,

-wdech z uniesieniem rąk i wyciągnięciem ich jak najwyżej lub jak najdalej za głowę,wydech

z rozluźnieniem całego ciała,

Ćwiczenia relaksacyjne można wykonywać z podkładem muzycznym(muzyka relaksacyjna). Rodzic może także wprowadzać komentarz do podkładu muzycznego -dziecko leży na materacu z zamkniętymi oczyma-np. leżysz na plaży,jest bardzo gorąco,słońce opala twoją twarz,słyszysz szum fal,delikatny wiatr rozwiewa twoje włosy itd. Życzę przyjemnej i udanej zabawy.