Temat: Moja mama, mama ukochana!

Po południu proponujemy ćwiczenia ruchowe oraz wykonanie pracy plastycznej

„Ja i moi bliscy “.

Zabawy ruchowe

- **Ćwiczenia wzmacniające mięśnie kręgosłupa**

Dziecko leży na brzuchu, nogi ma wyprostowane i złączone głowę uniesioną, w rękach wyciągniętych do przodu trzyma chusteczkę. Stara się chwile wytrzymać w tej pozycji, a następnie odpoczywa

- **Ćwiczenia stóp**

Dziecko stoi, przed nimi leży chusteczka. Dziecko stara się złapać chusteczkę palcami stopy(naprzemiennie) i podrzucić do góry

- **Ćwiczenia mięśni nóg**

Dziecko wysoko unosi kolana i stara się przełożyć chusteczkę raz pod prawym, raz pod lewym kolanem.

- **Ćwiczenia przeciw płaskostopiu**

Dziecko siedzi z rękami podpartymi z tyłu i podnosi chusteczkę palcami stóp.

Ja i moi bliscy

Zadaniem dzieci jest pomalowanie dowolną techniką ilustrację przedstawiającą sposób okazywania miłości bliskim. Po wykonaniu pracy prosimy dziecko, aby opowiedziało o swoim obrazku.