**Szanowni Państwo,**

zasyłam kilka pomysłów na rozwijanie i usprawnianie najważniejszych umiejętności dzieci w domu.

Aby poprawić **koncentrację uwagi** można wykonywać szereg różnych ćwiczeń, najlepiej w formie zabawy:

* ćwiczenia relaksacyjne (np. z wykorzystaniem technik zaczerpniętych z książki „Spokój i uważność żabki”, część ćwiczeń jest dostępna w serwisie YouTube), słuchanie muzyki relaksacyjnej z zamkniętymi oczami, tu można wykorzystać muzykę z dźwiękami natury: szum morza, dźwięki lasu, padający deszcz- również dostępne na YT lub w innych serwisach muzycznych np. Spotify;
* wyszukiwanie różnic w obrazkach, wskazywanie brakujących elementów ( tu można skorzystać z zasobów Internetu np. serwis www.matzoo, www.pisupisu.
* rzucanie i łapanie piłki tenisowej, bądź innej małej; dołączyć można komendy np.: rzucam w górę, w dół, w lewo, w prawo;
* rzucanie piłką lub papierową kulką do kosza czy koła;
* **zabawa w lustro- dziecko** siada tyłem do rodzica. Rodzic pisze na jego plecach pojedyncze litery, a uczeń odgaduje. Można też pisać krótkie wyrazy. Wskazana zamiana ról.
* **Pakowanie walizki. Zadaniem dziecka jest wymyślanie rzeczy, które pakujemy do walizki na daną literę. Mówimy, że jedziemy na wakacje i pakujemy do walizki rzeczy zaczynające się np. na literę „K”. Rodzic włącza się do zabawy i wymienia rzeczy na przemian z dzieckiem.**

**Ćwiczenia usprawniające myślenie logiczne:**

* rozwiązywanie zagadek, rebusów, układanie historyjek na podstawie ilustracji, krzyżówki, zagadki logiczne, kostka Rubika
* gry logiczne, karciane, planszówki;
* wyszukiwanie różnic i podobieństw, zabawy w skojarzenia np. rodzic podaje nazwę AUTOBUS i szukamy wszystkich słów, które nam się z nim kojarzą, można też zrobić kolorową mapę myśli do tego wyrazu;
* quizy- dostępne w Internecie, np. polecam stronę eduelo- https://www.eduelo.pl/, Czas dzieci-https://czasdzieci.pl/quizy/.

Ćwiczenia usprawniające **manualnie i ruchowo**:

* tutaj najlepszym ćwiczeniem jest wykonywanie samodzielnie przez dziecko wszelkich czynności samoobsługowych; sprzątanie, pomaganie w rozpakowaniu zakupów itp.;
* ćwiczenia z użyciem siły- ciąganki, siłowanie się;
* lepienie różnymi masami, plasteliną, masą solną, porcelanową, ciastoliną czy modeliną;
* zabawy z piłką, rower, deskorolka;
* zabawy z różnorakimi klockami, tworzenie makiet, konstrukcji z papieru kartonowego;
* wkręcanie i wykręcanie śrubek, wbijanie gwoździków w deseczkę.

Ćwiczenia **pamięci**:

* usprawniające pamięć słuchową- m.in. rozpoznawanie dźwięków i ich sekwencji, tworzenie rymów, zapamiętywanie wierszyków, rymowanek, sekwencji słów, odtwarzanie z pamięci zdań i sekwencji wydarzeń w opowiadaniu, słuchanie radia czy słuchowisk- zapamiętywanie informacji i wydarzeń, imion bohaterów;
* usprawnianie pamięci wzrokowej (m.in. układanie sekwencji obrazków z pamięci, układanie obrazków lub przedmiotów wg zapamiętanego rozkładu, zapamiętywanie szczegółów obrazków i odpowiadanie na pytania, układanie kompozycji wg wzoru);
* wyliczanie jak największej liczby zapamiętanych przedmiotów znajdujących się w  otoczeniu lub na obrazku, zapamiętywanie układu przedmiotów, ich wzajemnego położenia, liczby, kształtów, układanie lub rysowanie z pamięci demonstrowanych uprzednio wzorów;
* zapamiętywanie zmian zachodzących w otoczeniu, zabawy typu ”co schowałam/em do woreczka?, zabawy w chowanie przedmiotów w domu i odszukiwanie ich po chwili, lub odgadywanie jaki przedmiot schowałam do szafki, a jaki do szuflady?

Ponadto, zachęcam do rozmów o wydarzeniach dnia, tworzeniu wspólnych opowiadań całościowych lub zamiennie np. każdy dołączą swoją część do treści wymyślonej przez innego „opowiadacza”. Wspólne granie w gry to świetny sposób na rozwijanie różnych umiejętności, tylko pamiętajmy, dziecko nie zawsze musi wygrywać. Poprzez przegraną nabiera odporności emocjonalnej i uczy sobie radzić z porażką i niepowodzeniem. Tworzy strategię, co zrobić, aby następnym razem wygrać?

Zachęcam też do oglądania filmów edukacyjnych, przyrodniczych i podróżniczych dostosowanych do wieku dziecka. Ważne jest, aby po filmie porozmawiać z dzieckiem o nim. Co cię zaskoczyło? Co było najbardziej fascynujące?

Świetnie sprawdzą się też filmy typu „Jak to jest zrobione?”, które nie dość, że rozwijają wiedzę ogólną dziecka, to ukazują sekwencję wydarzeń i czynności, które występują po sobie aż do efektu końcowego. Dziecko może sobie na podstawie takiego programu zaprojektować własną „linię produkcyjną”.

Pozdrawiam serdecznie i życzę dużo zdrowia i wytrwałości.

Zasyłam serdeczne pozdrowienia dla Państwa i uściski dla uczniów.

Magdalena Kucia