**Szanowni Państwo!**

Mając na uwadze decyzję Ministra Edukacji Narodowej o zawieszeniu zajęć związaną z zagrożeniem epidemiologicznym, uprzejmie proszę o objęcie szczególną troską Państwa dzieci.

Pobyt dziecka w domu proszę wykorzystać na utrwalanie umiejętności związanych z:

1. **Samoobsługą i czynnościami porządkowymi:**
2. Jedzenie:

* usprawnianie czynności jedzenia i picia,
* kształtowanie umiejętności gryzienia i żucia pokarmów,
* spożywanie pokarmów płynnych, mas papkowych, pokarmów stałych,
* odgryzanie, dokładne gryzienie, żucie i przełykanie,
* posługiwanie się łyżką, widelcem,
* nalewanie płynów,
* estetyczne spożywanie posiłków,
* odstawianie kubka, talerza,
* ścieranie stołu.

1. Ubieranie się:

* Pobudzanie i zachęcanie dziecka aby próbowało samo, stopniowo wykonywać czynności związane z ubieraniem i rozbieraniem się,
* Zapinanie i odpinanie ubrania na zatrzaski, rzepy, guziki,
* Nakładanie i zdejmowanie butów.

1. Higiena osobista:

* ćwiczenia w rozróżnianiu przyborów toaletowych oraz nauka korzystania z nich,
* ćwiczenia w używaniu chustki do nosa,
* higiena jamy ustnej (zapamiętanie i opanowanie kolejności czynności związanych z myciem zębów: zakręcanie i odkręcanie kranu, odkręcanie pasty do zębów, nalewanie wody do kubka, nakładanie pasty na szczoteczkę, szczotkowanie zębów, płukanie zębów, wycieranie twarzy),
* wdrażanie do stopniowego mycia z częściową pomocą lub samodzielnie rąk, twarzy, ciała,
* dbanie o włosy (czesanie).

1. Potrzeby fizjologiczne:

* załatwianie potrzeb fizjologicznych, korzystanie z toalety, spłukiwanie wody oraz mycie rąk po czynnościach fizjologicznych.

1. Znajomość schematu własnego ciała i orientacji w przestrzeni:

* powitanie przez podanie dłoni,
* kształtowanie nawyku reagowania na własne imię,
* oglądanie i rozpoznawanie siebie w lustrze, pokazywanie części ciała, kołysanie się w prawo, w lewo itd.
* ćwiczenia pokazywania (z pomocą osoby dorosłej) podstawowych części ciała (głowy, szyi, brzucha, nogi, kolana, stopy, ręki, czoła, ust, ucha, palców), poklepywanie ich,
* zabawy paluszkowe (np.: „Sroczka kaszkę ważyła”, „”Kominiarz”, „Bawiły się dzieci paluszkami”).

1. **Kształtowaniem umiejętności naśladowania i współpracy:**

* ćwiczenie naśladowania czynności (naśladowanie ruchu głową, ręką na pożegnanie, ruchów jedzenia łyżką, picia napoju, klaskania itp.)
* wykonywanie czynności (reagowanie na proste polecenia np.: „daj”, „puść”, „rzuć”).

1. **Rozwijaniem umiejętności porozumiewania się z otoczeniem:**

* ćwiczenia w podawaniu przedmiotów z najbliższego otoczenia,
* ćwiczenia wykonywania prostych poleceń (np.: „weź”, „siadaj”, „wstań”, „daj”),
* ćwiczenia w koncentrowaniu wzroku na przedmiotach.

1. **Komunikacją:**

* nawiązywanie z dzieckiem kontaktu fizycznego, emocjonalnego, wzrokowego (ciepłe witanie się z dzieckiem, podanie ręki, uścisk, przytulenie; delikatne głaskanie dziecka po plecach, policzkach, rękach; mówienie do dziecka prostych i czułych słów; łaskotanie; szukanie kontaktu wzrokowego w trakcie zabaw),
* wodzenie wzrokiem za źródłem światła (np. świeca, latarka).

1. **Stymulacją zmysłową:**
2. Rozwijanie globalnego odczuwania bodźców dotykowych:

* delikatne masaże dłoni, uścisk dłoni,
* smarowanie dłoni olejkiem eterycznym,
* masaż twarzy, opukiwanie ust,
* ściskanie razem z dzieckiem woreczków wypełnionych kaszą, grochem, fasolą, ryżem. Masowanie nimi rąk pleców, nóg,
* układanie woreczków na podłodze i chodzenie po nich bosymi stopami,
* próby odpychania woreczków, rzucania,
* rozróżnianie dotykiem faktury przedmiotów drewnianych, plastikowych, skórzanych, papierowych, zamszowych, sztruksowych,
* manipulowanie przedmiotami, rozwijanie wrażliwości dotykowej ręki, dłoni, palców, opuszków palców,
* obniżenie napięcia poprzez zabawy z wodą, kisielem, krochmalem,
* segregowanie do oddzielnych pojemników różnych materiałów np. makaronu, guzików, koralików,
* zabawa materiałami plastycznymi (np.: plasteliną)

1. Rozwijanie globalnego odczuwania bodźców zapachowych i smakowych:

* zapoznawanie dziecka z różnymi zapachami,
* ćwiczenia w kojarzeniu zapachu z określonym bodźcem,
* podawanie dziecku na zmianę artykułów spożywczych o przeciwnych smakach,
* zapoznawanie dziecka z różnymi smakami.

1. Rozwijanie globalnego odczuwania bodźców wzrokowych:

* wodzenie wzrokiem za źródłem światła (wodzenie poziome, pionowe, po przekątnej, koliste)
* nawiązywanie kontaktu wzrokowego,
* ćwiczenia przed lustrem,
* dopasowywanie kształtów do różnych otworów,
* przyklejanie kółeczek wyciętych z kolorowego papieru w odpowiednie miejsca.

1. Rozwijanie globalnego odczuwania bodźców słuchowych:

* podążanie za piłką dźwiękową (butelką częściowo wypełnioną ryżem),
* spoglądanie w kierunku upadającego przedmiotu,
* odwracanie głowy w kierunku źródła dźwięku,
* upuszczanie przedmiotów i szukanie ich,
* nasłuchiwanie różnych przedmiotów z otoczenia,
* uderzanie klockiem o różne powierzchnie w dowolny sposób,
* podawanie dziecku różnorodnych dźwięków (krótkich, ostrych, nagłych),
* słuchanie nagrań, nagłego i głośnego dźwięku, muzyki relaksacyjnej, ludzkiej mowy,
* słuchanie odgłosów zwierząt, dźwięków ulicy,
* zainteresowanie dziecka cichymi dźwiękami, np. tykaniem zegara.

1. **Motoryką:**
2. Motoryka duża

* doskonalenie płynności ruchów,
* kształtowanie właściwej postawy ciała, aktywność rąk (wykonywanie w powietrzu dużych kół), aktywność nóg (zginanie, prostowanie, poruszanie palcami u stopy),
* ćwiczenia przechodzenia z pozycji na plecach do pozycji na brzuchu i odwrotnie,
* turlanie się,
* kopanie piłki,
* chodzenie po schodach,
* podnoszenie upuszczonego przedmiotu.

1. Motoryka mała

* zabawy manipulacyjne (zakręcanie, wkładanie przedmiotów do pojemników, wyjmowanie ich z pojemnika; uderzanie, postukiwanie, wymachiwanie),
* zabawy z wodą (zanurzanie zabawek w wodzie, przelewanie wody z naczynia do naczynia, chlapanie),
* ćwiczenia z piłką (chwytanie i rzucanie piłki),
* ćwiczenia z klockami i figurkami (nakładanie klocka na klocek, wkładanie różnych plastikowych kształtów do otworów),
* nawlekanie makaronu, koralików, guzików na żyłkę, sznurek,
* nawlekanie różnych elementów na patyk, druciki,
* posługiwanie się przedmiotami kreślarskimi: kredką świecową, ołówkową, ołówkiem, pędzlem, mazakiem (bazgranie),
* rysowanie z pomocą linii poziomej, pionowej, koła,
* ćwiczenia usprawniające ruch pęsetowy, dłoniowy,
* ćwiczenia usprawniające koordynację wzrokowo-ruchową (piętrzenie klocków, przelewanie wody z jednego kubka do drugiego, wodzenie palcem po figurach geometrycznych).