

# Pomysły na „Pogodny wieczór” - gry, zabawy, konkursy.

## Plan spotkania:

### I Zabawy integrujące:

1. Poznanie się, przedstawienie się (imię, zainteresowania).
2. Zadania na powitanie i poznanie się: „Iskierka w prawo i w lewo”, „Krzyżówka imion”, „Zaszyfrowane imię”, „Zostawiamy ślady”, „Kolory”.
3. „To samo”, „Zgadnij, o czym myślę”.
4. Taniec integracyjny: „Biserka”.

### II Ćwiczenia rozwijające motorykę dużą:

1. Naśladowanie ruchów - „Zrób, to co ja” (wymyślanie ćwiczeń i ruchów z przyrządami ); zabawy z piłką - „Zrób, to co ja” i dodaj swój ruch”.
2. „Kalambury” (pokazanie za pomocą ruchu zwierzęcia, dziedziny sportu, filmu).
3. Naśladowanie ruchów (zestaw ćwiczeń).
4. „Rzeźba”, „Fotograf”, „Cztery kąty”.
5. Wymyślenie zabawy ruchowej, skeczu, pantomimy.
6. Ćwiczenia na dotyk różnicujący: „Co to za przedmiot”, „Znajdź swoją rzecz”, „Rozpoznaj po dotyku”.

### III Ćwiczenia na koordynację wzrokowo-ruchową:

1. „Ciocia z Ameryki”.
2. Zabawy z balonem - „Kto więcej razy odbije i podrzuci balon” (prawa ręka, lewa ręka, obie ręce naprzemiennie, różne części ciała).
3. Podrzucanie piłki jedną i drugą ręką, przerzucanie piłki z ręki do ręki, ruchy przygotowujące do żonglowania dwiema piłkami, żonglowanie dwiema piłkami; ćwiczenia z „Jojo”, ćwiczenia z paletkami - „Kto więcej razy odbije paletką piłkę (prawa ręka, lewa ręka, obie ręce; różne paletki i piłki – małe, duże, różna faktura).
4. „Gra w łapki”, „Łapanie pieniążka”, „Pieniążki na kremie”, „Imiona w sercu”.

### IV Ćwiczenia na koncentrację uwagi, rozwijające pamięć świeżą, trwałość pamięci, pojemność pamięci oraz zadania ćwiczące pamięć „na zawołanie”.

1. „Ciasto”, „Indiańskie znaki”.
2. „Zgadnij ile zdań, wyrazów, sylab powiedziałem”, „Powtórz mój wyraz i dodaj swój”, „Wymień w tej samej kolejności 5 wyrazów”.
3. „Zgadnij ile sylab i głosek powiedziałem”, Wymyśl jak najwięcej wyrazów na głoskę „A” (państwa, miasta, rzeczy). „Podaj wyraz na pierwszą głoskę”.
4. „Zgadnij ile wyrazów, sylab i głosek powiedziałem”, Wymyśl jak najwięcej wyrazów na głoskę „A” (imiona, rośliny, zwierzęta). „Podaj wyraz na kończącą się głoskę”.
5. „Zgadnij ile głosek i liter zawiera wyraz”, Wymyśl jak najwięcej wyrazów na głoskę „B” (imiona, rośliny, zwierzęta); rozwiązywanie rebusów wyrazowych.
6. Ćwiczenie twórczości, kreatywności: znaczenie ogniska, wyrazy wieloznaczne, kwiaty.
7. Ćwiczenia na rozwijanie mowy i myślenia: „Graffiti”, Konferencja prasowa”.
8. Segregowanie kwiatów na miejsce występowania – ćwiczenia pamięci, logiczności myślenia, umiejętności klasyfikowania, tworzenia zbiorów ze względu na daną cechę.

9. Zwierzęta –wymień najwięcej nazw z pamięci.
10. Segregowanie zwierząt na miejsce występowania – ćwiczenia pamięci, logiczności myślenia, umiejętności klasyfikowania, tworzenia zbiorów ze względu na daną cechę.
11. Ułóż kilka zdań, historyjkę, opowiadanie z poznanymi nazwami roślin, zwierząt).
12. Własna opowieść, rymowanka, wiersz, piosenka.
13. Ćwiczenia na **czytanie ze zrozumieniem** – samodzielne ciche czytanie tekstu i wykonanie poleceń (pytania, zagadki, rebusy, krzyżówki).
14. Suwaki terapeutyczne - „**Winda**” (wymyślanie wyrazów dwusylabowych, trzysylabowych zaczynających się lub kończących się na podaną sylabę).

## **V Arteterapia.**

1. Samodzielne wykonanie pracy plastycznej.
2. Wymyślanie historyjek, opowiadań na temat wykonanych prac.

## **VI Relaksacja.**

1. Taniec medytacyjny: „**Shimirili**”.
2. **Opowieści relaksacyjne:** „Podwodna podróż”, „Żaglówka”, „Wiosenny spacer”, „Kwiat jednej nocy”, „Domek w lesie”, „Ptak”, „Lot ptaków”, „Latawiec”, „Muzyka i ciało”, „Kraina fantazji”.
3. **Bajki terapeutyczne:** „Tomek i czarny kruk”.
4. **Mandala** – umiejętność koncentracji uwagi, wyciszenia i relaksacji.
5. **Masażyki:** „Rolnik”, „Rzeczka”, „Pogoda”.
6. **Rysowane wierszyki na plecach:** słońce, kwiat, drzewo.

## **VII Ćwiczenia logorytmiczne:** „Mała Miczitanka”, „Mama dała mi koronę”, „Wista”, „O Alele”, „Tumpalala”, „Ajelevi”, „Sabokodaja kadokade”.

## **VIII Ćwiczenia rytmiczno-ruchowe, tańce integracyjne, zabawy inscenizowane ruchem, tańcem, scenki dramatyczne, pantomima, wspólne śpiewanie piosenek przy gitarze.**