

## Świetlica – zajęcia opiekuńcze 18.12.2020

Piątek – czas na relaks i odpoczynek.



Weź do ręki ołówki oraz książkę. Poszukaj 10 wyrazów oznaczających rzeczowniki, podkreśl je. Każdy wyraz przeczytaj na głos i wyobraź sobie, jak płynie chmurką. Teraz zamknij książkę i powtórz wyrazy z pamięci. Jeżeli udało ci się zapamiętać więcej niż 6 wyrazów, to znaczy, że masz dobrą pamięć wzrokową!

Przecignij się mocno, wyciągając ręce w górę, a następnie siądź prosto układając pośladki na całym krześle. Podczas czytania lekko pochyl głowę nad książką – pozwoli ci to lepiej skupić uwagę i lepiej zapamiętać informacje.

Stańcie proszę przed lustrem i głośno się śmiejcie, czując, jak rusza się wasza głowa, ramiona, ręce i nogi. Spójrzcie również na swoje oczy – ile w nich radości! Śmiech pozwala dotlenić mózg i poczuć się szczęśliwym.

Źródło: I.Mańkowska,M.Rożyńska: Ortograffiti z Bratkiem

Życzę miłego weekendu!

