Zajęcia logopedyczne

Temat: Masaż na dobry humor.

Dzień dobry

Zapraszam do zabawy relaksacyjnej z elementami masowania części twarzy oraz naśladowaniem prostych ruchów. Rodzic recytuje wiersz i prezentuje ruchy ilustrujące jego treść: masuje wymienione części ciała, klaszcze rytmicznie do treści wiersza, naśladuje miny wymienione w wierszu. Następnie zachęca dziecko do wspólnej zabawy. Można wypróbować różne opcje - rodzic masuje twarz dziecka, dziecko masuje swoją twarz, dziecko masuje twarz rodzica. W razie trudności z naśladowaniem należy pomóc modelując ruchy dziecka.

Zabawę zaczynamy od wyciszenia się przy muzyce relaksacyjnej. Usiądźcie naprzeciwko siebie, prosto, kręgosłup wyprostowany, głowa utrzymana prosto, ręce swobodnie na kolanach. Zachowajcie ciszę, utrzymujcie kontakt wzrokowy, wsłuchajcie się w swój oddech. Zharmonizujcie i uspokójcie oddech odliczając do 4: wdech nosem 1-2-3-4 wydech przez usta 1-2-3-4. Wykonujcie to ćwiczenie przez 3 minuty. Teraz jesteście gotowi do zabawy z wierszykiem i masażykiem :D

**„Masaż na dobry humor”**

(Masujemy ruchem pętelkowym, uciskamy, oklepujemy opuszkami palców.)

**Żeby było nam wesoło** **- masujemy swoje czoło** – masaż

**Raz i dwa, raz i dwa - każdy ładne czoło ma** - klaszczemy do rytmu

**Potem oczy, pod oczami i pod nosem, pod wargami** - masaż

**Język w górę raz i dwa, ładny język każdy ma** - naśladujemy ruch języka unosząc go do górnej wargi i opuszczając na wargę dolną lub kląskamy językiem

**To jest głowa, a to uszy, trzeba swoje uszy ruszyć** - masaż

**Raz i dwa, raz i dwa, dwoje uszu każdy ma** – klaszczemy do rytmu

**Teraz śpiewaj la la la** - śpiewamy

**Otwórz buzię, zamknij buzię** - naśladujemy ruch otwierania i zamykania ust

**Schowaj w rękach oczy duże** - zasłaniamy dłońmi oczy

**Dotknij czoło, brodę nos** - naśladujemy

**Ręce śmiało włóż pod włos** - naśladujemy

**Teraz poszczyp lekko twarz i już dobry humor masz.**

BRAWO :D

Pozdrawiam i życzę udanej zabawy.

Agnieszka Swoboda