**Ćwiczenia ogólnorozwojowe dla dzieci przedszkolnych opracowane na podstawie prof. Jagody Cieszyńskiej**

**Ćwiczenia dużej motoryki**

Ćwiczenia dużej motoryki przygotowują dziecko do ćwiczeń sprawności manualnej i ćwiczeń praksji oralnej:

— chodzenie wzdłuż linii narysowanej kredą na wykładzinie, chodzenie bokiem i tyłem;

— skakanie na dwóch i na jednej nodze, wskakiwanie do kółka, podskakiwanie do zawieszonego przedmiotu;

— zabawy z piłką (łapanie, rzucanie, kopanie, odbijanie od ściany i łapanie).

**Ćwiczenia sprawności manualnej (z zachowaniem porządku *od lewej do prawej)***

Te ćwiczenia przygotowują dziecko nie tylko do nauki pisania, ale także uczą postrzegania w kierunku zgodnym z kierunkiem czytania:

— posługiwanie się narzędziami (łyżka, widelec, nóż, młotek, nożyczki, ołówek, pisak, pędzel, grzebień, spinacz, dziurkacz, sitko, miotełka i szufelka);

— otwieranie pojemników, odkręcanie zakrętek;

— ubieranie, rozbieranie, karmienie lalki;

— nawlekanie koralików, przewlekanie sznurówki przez dziurki w deseczce, nakładanie krążków na patyczek, wrzucanie groszków do buteleczki;

— rysowanie palcem na piasku, w masie solnej;

— rysowanie po śladzie, łączenie kropek;

— rysowanie w konturach, w labiryntach, po ścieżkach;

— zamalowywanie płaszczyzn;

— obrysowywanie konturów;

— rysowanie równoległe;

— rysowanie według wzoru;

— rysowanie samodzielne, dorysowywanie przedmiotu do zbioru;

— dorysowywanie brakujących części na obrazkach;

— zabawa plasteliną i masą solną;

— wyklejanie konturów plasteliną.

W ćwiczeniach manualnych dużą wagę przykłada się do koordynacji wzrokowo-ruchowej podczas wykonywania czynności wymagającej użycia obu rąk.

**Ćwiczenia spostrzegania wzrokowego oraz analizy i syntezy wzrokowej**

Poszczególne zadania konstruowane były zgodnie z możliwościami dziecka, w trakcie zajęć zwiększano poziom trudności. Zajęcia obejmowały:

— dobieranie par obrazków (identycznych),

— identyfikowanie kolorów;

— wyszukiwanie w rzędzie obrazków jednego różniącego się szczegółem;

— wyszukiwanie wśród zestawu obrazków identycznego z pokazanym przez dorosłego;

— odnajdywanie na dużej ilustracji sytuacyjnej przedmiotu pokazanego na oddzielnym obrazku (potem przedmiotu rzeczywistego a więc nieidentycznego z narysowanym);

— odnajdywanie w pomieszczeniu desygnatu wskazanego na obrazku;

— składanie z części (od dwóch do ośmiu) obrazka rozcinanego na oczach dziecka;

— dobieranie połówek do kilku obrazków;

— uzupełnianie części twarzy na planszy;

— układanie postaci ludzkiej z części;

dopasowywanie brakujących części na dużej ilustracji sytuacyjnej;

— dokładanie elementów (np. zwierzęta i ich głowy);

— dopasowywanie obrazków do konturów i cieni;

układanie wzorów tematycznych (domek, pajacyk itp.) z figur geometrycznych;

układanie wzorów atematycznyeh z figur geometrycznych;

**Ćwiczenia myślenia**

**Klasyfikowanie**

Podczas ćwiczeń umiejętności przeprowadzania klasyfikacji można zastosować:

— klasyfikacje atematyczne:

1) rozdzielanie klocków wg jednej cechy: koloru, wielkości, kształtu;

2) rozdzielanie klocków wg jednej cechy abstrahując od innej, np. tworzenie zbiorów trójkątów i kwadratów bez względu na wielkość lub kolor;

— klasyfikacje tematyczne:

1) budowanie zbiorów: pojazdy, owoce, narzędzia, naczynia itp.;

2) dobieranie par: parasol + chmurka, widelec + łyżka, choinka + bombka, czapka + szalik, but + sznurówka itp.;

3) uzupełnianie brakującego elementu w zbiorze: np. do zbioru trzech różnych piesków dobrać czwartego spośród kilku obrazków przedstawiających zwierzęta itp.;

4) budowanie zbiorów wg podanej (za pomocą obrazka) zasady.

**Szeregowanie**

— szeregowanie:

1) układanie ciągów tematycznych: np. piłka od najmniejszej do największej;

2) układanie ciągów atematycznych: np. rosnących okręgów, wzrastającego trójkąta itp.

— uzupełnianie szeregu:

1) uzupełnianie brakującego elementu w szeregu;

2) układanie trzech, czterech , pięciu brakujących elementów w szeregu, przy podanym elemencie pierwszym i ostatnim.

**Myślenie przyczynowo-skutkowe**

— układanie historyjek obrazkowych (trzy-, cztero-, pięcioele-

mentowych);

— dobieranie ubrań do pór roku, pogody;

— dobieranie twarzy (mimika) do osób przedstawionych w różnych sytuacjach.

**Myślenie indukcyjne**

— wykrywanie relacji między elementami;

— odnajdywanie brakujących elementów na podstawie znanych relacji.

**Myślenie symboliczne**

— porządkowanie elementów wg podanego szyfru;

— przyporządkowywanie elementów (tematycznych, np. zdjęcia domowników) do podanych symboli;

**Ćwiczenia pamięci**

**Ćwiczenia pamięci sekwencyjnej**

Ćwiczenia tego rodzaju pamięci są niezwykle ważne w nauczaniu języka, który ma charakter sekwencyjny.

— odszukiwanie w zestawie, obrazków pokazywanych kolejno (dwóch, trzech):

— zapamiętywanie miejsca ukrycia cukierków, obrazków;

— zapamiętywanie układów geometrycznych eksponowanych kolejno, np. trójkąt, kwadrat, koło itp. (w zależności od zaawansowania ćwiczeń wprowadza się dodatkowo kolor jako cechę różnicującą):

— naśladowanie sekwencji ruchów np., uderzanie młoteczkiem w klocki wg rytmu pokazanego przez logopedę;

— nauka gry na flecie.

**Ćwiczenia pamięci symultanicznej**

— odszukiwanie w zestawie, obrazków pokazywanych jednocześnie (dwóch, trzech);

— zapamiętywanie miejsca ukrycia cukierków, obrazków;

— zapamiętywanie układów geometrycznych eksponowanych jednocześnie (na jednym obrazku).

**Ćwiczenia pojemności pamięci**

— odtwarzania z pamięci wzoru (tematycznego, np. domek, potem atematycznego) ułożonego z figur geometrycznych różnej wielkości, kształtu i koloru.

**Ćwiczenie umiejętności naśladowania**

**Ćwiczenie naśladownictwa**

— naśladowanie ruchów ciała, dłoni, palców;

— naśladowanie ruchów warg, języka i szczęki;

— składanie kartek równolegle z logopedą;

— naśladowanie mimiki;

— naśladowanie wydawanych dźwięków;

— naśladowanie czynności wykonywanych przez osoby przedstawione na obrazku;

— naśladowanie czynności osób dorosłych;

— naśladowanie sekwencji zdarzeń.