***08.05.2020r.***

***Witam Dzieciaki oraz Rodziców !***

***Przygotowałam dla Was kilka propozycji na stymulacje czucia głębokiego😊 do dzieła !! Pamiętaj o wygodnym stroju😉***

1. ZWIJANIE I OPOROWANIE. Podczas tej aktywności dostarczamy biernej stymulacji czucia głębokiego, które przechodzi przez ścięgna i stawy. Ruch rotacyjny i oporowanie wspomaga czucie i świadomość ciała. Potrzebujesz koca i kilka poduszek. Poniżej instrukcja.

<https://www.youtube.com/watch?v=u1Rrxj7CyIg>

1. „ZABAWA MUMIA”. Jest to zabawa stymulująca system czuciowy. Potrzebujesz bandażu, najlepiej elastycznego. Rodzic zawija pojedyncze części ciała, ręce, nogi, Ty usiłujesz się rozwiązać. Role mogą się odwrócić i Ty zawijasz części ciała dla rodzica.

1. JOGA. WYCISZ i ZRELAKSUJ teraz, podczas bajki cz. II.

Poniżej link.

<https://www.youtube.com/watch?v=nuCiUoyLnyU&t=12s>

***Ściskam Was bardzo gorąco 😊 Pani Jola gimnastyka***