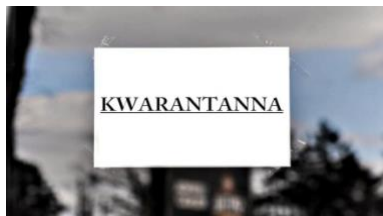


Witamy!



to czas wielu ograniczeń, ale i możliwości. Specjaliści z Poradni na bieżąco chętnie udostępniają Państwu materiały wspomagające rozwój dziecka. Jednak większość z nas jest matkami i dlatego oprócz specjalistycznych wskazówek chcemy zaproponować Państwu różnego rodzaju zadania na urozmaiczone spędzanie czasu wolnego z dziećmi w domu. Po wykonaniu zdalnego nauczania warto trochę odetchnąć. Każdego dnia będziemy prezentować „przerobione na własnej skórze”/ (przepracowane na własnym doświadczeniu) zadania, do wykorzystania dla Państwa.

Ważna jest rodzina....



...na początek..... **kwwarantanna** nie będzie nudna ani męcząca jeśli:

Po1 - **ustalimy stały rytm dnia** - każda rodzina indywidualnie uwzględniając potrzeby jej członków. Nic bardziej nie wywołuje wielorakich emocji jak zaburzony rytm dnia,

Po2 - **będziemy dbać o własną przestrzeń** - każdy ma prawo побыć sam, nawet kilka minut dla złapania oddechu/dystansu,

Po3 - **podzielimy obowiązki domowe** i zaangażujemy rodzinę w ich realizację- wszystko na miarę możliwości,

Po 4 - **ustalimy, że wspólnie coś chcemy robić ....**



# Piątek 19.03.2020

## Nasza propozycja

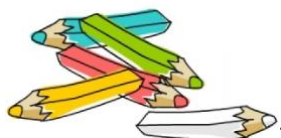
Jeśli dziecko uczęszcza na zajęcia dodatkowe/pozalekcyjne, przekażmy mu pałeczkę prowadzącego. Niech przygotuje ćwiczenia dla całej rodziny.



Jeśli jest to np.: **chór** niech opracuje rozgrzewkę, rozśpiewanie i potem teksty piosenek dla innych.



Jeśli są to np.: **zajęcia ruchowe** –karate lub tańce - niech przygotuje zestaw ćwiczeń dla innych.



Jeśli są to np.: **zajęcia plastyczne** - niech zrobi dokładny plan wykonywania prac.

Zadbajmy o czas i to by dziecko w roli prowadzącego czuło się ważne. Nie krytykujmy, nie bądźmy mądrzejsi. Zachowanie dystansu i odpowiednia dawka humoru na pewno ułatwi sprawę.

Dobrej wspólnej zabawy.

Jutro nowa propozycja.