

- „Zaczarowany-zaczarowana” – zabawa ruchowa z elementem równowaznym

Dziecko chodzi po pokoju z woreczkami na głowie, jeżeli woreczek spadnie, siada na podłodze. Rodzic może „odczarować” siedzące dziecko, dotykając jego ramienia. Wtedy dziecko włącza się do zabawy, ale musi głośno powiedzieć: *Bardzo dziękuję*.

- „Ja chcę!” – zabawa ruchowa o charakterze dydaktycznym

Dziecko staje w kręgu z najbliższymi, wszyscy łapią się za ręce i mocno trzymają. Zadaniem każdego jest wybranie sobie jednego punktu w pomieszczeniu, do którego będzie próbowało dojść. Nikomu nie wolno puścić ręki. Po zakończeniu zabawy pytamy dziecka, które miejsca wybrały jako swój cel, czy ktoś dotarł do celu i dlaczego nie. Tak kierujemy pytaniami, aby dziecko samo doszło do wniosku, że trudno osiągnąć cel, gdy każdy pragnie czegoś innego. Zatem prawdopodobnie nikt nie wyjedzie na wakacje, jeśli jedna osoba chce jechać w góry, inna nad morze, a jeszcze inna do lasu. Aby osiągnąć cel, potrzebna jest zgoda i jedynomyślność. Czasami trzeba pójść na ustępstwa.

- „Wakacyjna gimnastyka” – zestaw ćwiczeń

Na plaży – zabawa naśladowcza.

Dziecko wykonuje polecenia: *Rozglądamy się w prawo i w lewo, patrzymy, ile ludzi jest na plaży* (skręty tułowia), *rozkładamy koc* (skłony w przód na wyprostowanych nogach), *machamy do znajomych płynących motorówką* (podskoki obunóż z wyciągniętymi ramionami w górę), *zbieramy muszelki* (poruszanie się w różnych kierunkach w pozycji kucającej), *turlamy się po piasku*.

Plażowa piłka – zabawa z elementem rzutu.

Dziecko rzuca z rodzicem do siebie piłkę.

Plażowe turlanie – zabawa wzmacniająca mięśnie tułowia.

Dziecko kładzie się na brzuchu. Na sygnał unosi tułów i turla piłkę pod sobą.

Po piasku – zabawa ćwicząca współpracę i wzajemne zaufanie.

Dziecko kładzie się na plecach i wkłada piłkę między nogi, rodzic chwyta je za ręce i ciągnie, idąc tyłem. Na sygnał następuje zmiana.

Letni spokój – zabawa relaksująca.

Dziecko siada z rodzicem w parze, obydwójce stykają się całą powierzchnią pleców. Nogi kładą luźno na podłodze.

Głęboko, powoli oddychają, próbując wczuć się w rytm oddechu. Następnie odwracają się do siebie przodem, siadają blisko siebie w siadzie skrzyżnym, ręce swobodnie opuszczają, stykają się czołami, zamykają oczy i powoli, głęboko oddychają.

- „Mapa mojej podróży” – aktywność plastyczna

Dziecko ogląda różne mapy i przewodniki z mapami. Opisuje rodzaj umieszczonych na nich informacji, po czym próbuje stworzyć własną mapę lub rysunkowy przewodnik po miejscu, do którego chciałyby pojechać na wakacje.

Środki dydaktyczne: mapy, przewodniki, kartki, kredki, flamastry