



Zabawa relaksacyjna "Proszę-dziękuję".

Dzieci siadają w kręgu. Prawa ręka i lewe ucho oznaczają "proszę", a lewa ręka i lewe ucho oznaczają "dziękuję".

Dzieci chwytają "na krzyż" prawą ręką lewe ucho, a lewą ręką prawe ucho i zaczynają masaż naprzemienny uszu od góry małżowiny usznej do dołu. Podczas masażu naprzemiennego mówią: (naciskając prawą ręką lewe ucho mówią "proszę", a naciskając lewą ręką prawe ucho mówią "dziękuję"). Dzieci masują powoli swoje małżowiny uszne od góry do dołu. Wchodzą w rytm naprzemienności : proszę- dziękuję.

Zabawa aktywuje obie półkule mózgowe, relaksuje, odpręża, nastraja pozytywnie, wycisza, uspokaja. Na zakończenie, każdy z każdym podają sobie ręce mówiąc: dziękuję za dzisiejsze zajęcia.

