Zabawy plastyczne i relaksacyjne:

1.Wydzeranka z gazety – Moja postać.

Z gazety wytnijcie postać ludzką i naklejcie ją na kolorową kartkę, a potem podpiszcie.

2.Dokańczamy rysunek.

Wycinamy z gazety jakiś rysunek i go dowolnie dokańczamy.

3.Malowanie uczuć.

Dzieci malują uczucia które je ogarniają, gdy tracą panowanie nad sobą (złość, zdenerwowanie, strach). Druga runda polega na zmianę obrazka na bardziej pozytywny (np. zamalowywanie czarnych kolorów, dodanie kolorów wesołych.

4.Masaż pleców

Jedno z dzieci odwraca się plecami od drugiego. Drugie ilustruje na jego plecach rymowankę:

PISZĘ PANI NA MASZYNIE

A, B, C, KROPKA, PRZECINEK

NAGLE PRZESZŁO STADO SŁONI

POTEM WBIEGŁO STADO KONI

PRZESZŁA PANI NA SZPILECZKACH

Z GRYZĄCYMI PIESKAMI

PRZYNĘŁA RZECZKA

ŚWIECIŁO SŁOŃKO

PADAŁ DESZCZYK

CZUJESZ DRESZCZYK?