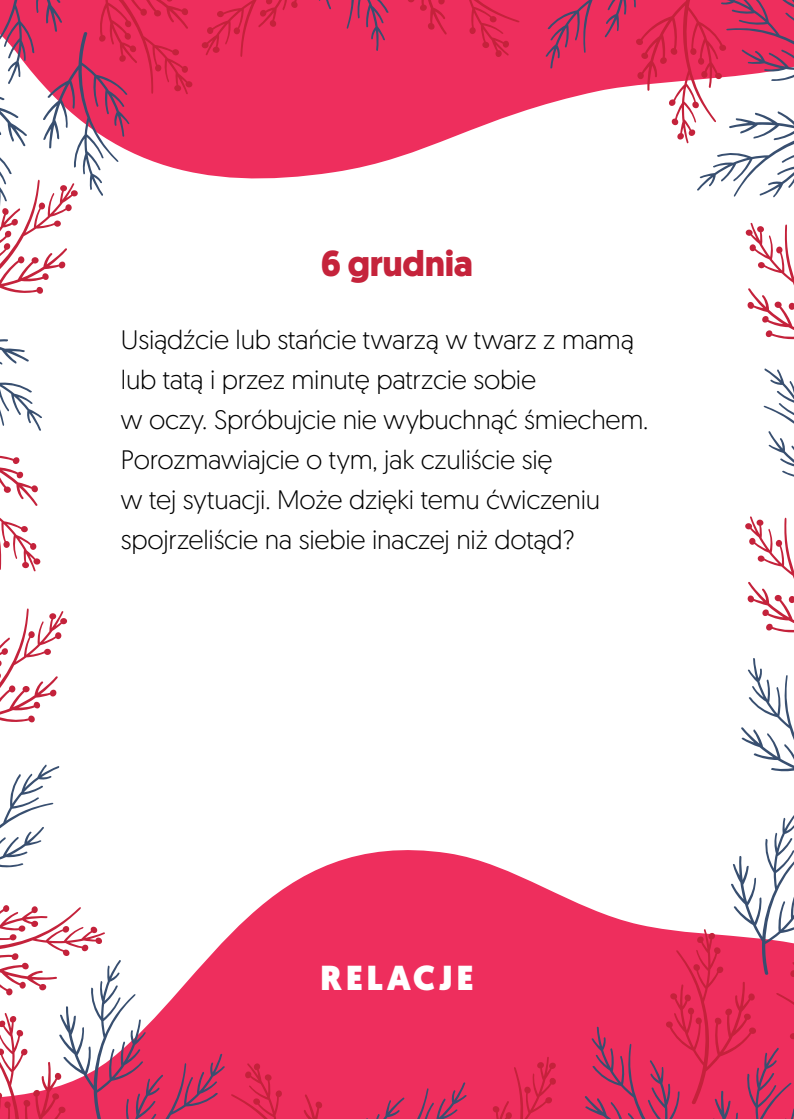


## 4 grudnia

Zrób gimnastykę dłoni. Złóż dłonie wnętrzem do siebie, a potem po kolei odklejaj kciuki, palce wskazujące, środkowe, serdeczne i małe.

Czy znasz nazwy wszystkich palców? Znajdź kogoś do zabawy. Zetknijcie swoje prawe dłonie ze sobą i powoli odklejajcie palce, wymawiając przy tym ich nazwy. To samo powtórzcie z lewymi dłońmi. Taka zabawa to świetny trening mięśni przed pisanie.

**RUCH I ZDROWIE**



## 6 grudnia

Usiądźcie lub stańcie twarzą w twarz z mamą lub tatą i przez minutę patrzcie sobie w oczy. Spróbujcie nie wybuchnąć śmiechem. Porozmawiajcie o tym, jak czuliście się w tej sytuacji. Może dzięki temu ćwiczeniu spojrzeliście na siebie inaczej niż dotąd?

**RELACJE**

## 9 grudnia

Podczas wspólnego spaceru z bliskimi policzcie wszystkie napotkane żółte przedmioty. Możecie zrobić im zdjęcia i stworzyć z nich kolaż. To świetne ćwiczenie na spostrzegawczość!



To mi będzie potrzebne: aparat fotograficzny.

## RELACJE