

temat: Z cyklu ...domowe sprawki - dżinsowe cudenka



Jak zrobić coś z niczego?. Niektórzy z nas są skłonni uznać, że takie rzeczy są trudne i raczej się nie da. Chciałabym Was zapoznać z kilkoma propozycjami. Niepowtarzalne ze względu na własny wkład, doskonały drobiazg na upominek. Każdy może znaleźć inspirację, coś co właśnie chciałbyś podarować swojej przyjaciółce , może Mamie? Nie trać czasu, wiem ,że dasz radę, na samodzielne lub z pomocą, wykonanie tych super upominków.

W poniższym linku znajdziesz wiele ciekawych pomysłów i inspiracji.

<https://www.youtube.com/watch?v=zkk0S0x9ND4>

<https://www.youtube.com/watch?v=Re60c0aAxNk>

<https://www.youtube.com/watch?v=jUh3nR4gAMw>

<https://www.youtube.com/watch?v=XHda7sIFJgU>

POWODZENIA ! Pamiętaj ,że zawsze możecie podzielić się swoimi sukcesami wysyłając zdjęcia.

Rewalidacja

temat: Terapia ręki wzmacnianie mięśni palców i rąk cd.



Ćwiczenia palców i rąk można wykonywać dobrze bawiąc się przy tym ze swoim rodzeństwem a także z rodzicami i opiekunami.

Potrzebne do tego będą :

- balon (kolor zależy tylko od Ciebie)
- mąka ziemniaczana

-lejek

-łyżeczka

krok 1

- włóż lejek cienkim końcem do balonika

krok2

- łyżeczką wsypuj powoli mąkę przez lejek

krok3

zawiąż balonik na końcu w supełek(koniecznie poproś o pomoc gdy to okaże się dla Ciebie zbyt trudne)

Gniotek gotowy?MOŻESZ MU DAĆ IMIĘ ,NARYSOWAĆ NA NIM MINKĘ.Pomyśl jak jeszcze urozmaicić swoją maskotkę do ćwiczeń ,czekam na zdjęcia.

Ćwiczenie I

A teraz weź go do prawej ręki i gnieć 5 razy, uciskając dość mocno.

Następnie zrób to samo druga ręką.

Ćwiczenie II

Położ gniotek na stole i ugniataj balonik każdym palcem oddzielnie ,licz do pięciu .Pamiętaj o wszystkich palcach.



Magiczne lusterko spełnia 3 życzenia obdarowanej Mamie. Spełni: wyniesie śmieci, zrobi zakupy, odkurzy mieszkanie (to, co się drogiej mamie zamarzy).

Sposób wykonania:

Wycinamy 3 kolorowe formy lusterka (ewentualnie 1 z grubego kartonu) oraz 3 kolorowe serduszka (prosty sposób [>> na wycinanie serduszek](#)). Sklejamy formy i z jednej strony naklejamy płytę CD lub DVD, a z drugiej życzenia lub specjalny tekst o właściwościach magicznego lusterka. Serduszka przywiązujemy do rączki lusterka kolorową wstążką lub rafią.

Szycie

https://www.youtube.com/watch?v=8oLb8pUduMc&feature=youtu.be&fbclid=IwAR0pJ7pUegtSAbIUoX_WmEBDPnY8hu5Ekc_vY5rFwCvwbT29oMWaWI0ZDg

https://www.youtube.com/watch?v=2JbPYomw14A&feature=youtu.be&fbclid=IwAR2egm3l0T21us1jfLRXqBJhBxNeXtCfGjJNn9kPIE1aOT1VODj_J-TBOx4

Monika Wojtasik 25.05-29.05