***Ćwiczenia kształtujące świadomość osoby, schematu ciała i przestrzeni- do wyboru:***

* Bajka o moim ciele – znajdujemy się w pozycji siedzącej i nazywamy różne części ciała, jednocześnie wykonując konkretny ruch, zachęcamy do naśladownictwa (u dzieci młodszych prowadzimy ręce dziecka):
- poznajemy swoje rączki,
- rączki witają się z nóżkami, dotykamy swoje stopy,
- paluszki spacerują dalej i spotykają kolanka,
- po kolankach mamy brzuszek, głaszczemy i masujemy,
- idą paluszki dalej i witają się z szyjką, kręcimy szyjką raz w jedna, raz w drugą stronę,
- po szyi poznają paluszki buźkę, dotykają oczka, nos – liczą dziurki w nosie, dotykają brodę,
- paluszki – wędrowniczki głaszczą włosy i spotykają uszy, liczą uszy.
- poprawianie fryzury.
* Ćwiczenia w wyczuwaniu poszczególnych części ciała: głaszczemy głowę, masujemy szyję, kręcimy głową na boki do przodu, tyłu, masujemy i klepiemy się po brzuszku, unosimy ręce w górę i opuszczamy w dół (naprzemiennie, jednocze-śnie),kładziemy się na plecach i przesuwamy po podłodze w dowolną stronę, chodzimy na paluszkach, tupiemy, unosimy wysoko nogi
* Spójrz na mnie –dziecko leży na brzuchu a dorosły patrzy na nie raz z jednej raz z drugiej strony, później dziecko ma się przesunąć na brzuszku tak aby popatrzyło na dorosłego
* Fotelik-dorosły siedzi w rozkroku, obejmuje siedzące przed nim dziecko i kołysze się na boki, do przodu, tyłu
* Lustro – siadamy naprzeciwko dziecka, wykonujemy dowolne ruchy, gesty, zachęcamy do naśladownictwa
* Koncert - gra na plecach – rodzic klęczy na podłodze obok leżącego dziecka (dziecko leży na brzuchu na podłodze). Rodzic gra palcami na plecach dziecka. Najpierw lekko dotykając opuszkami palców, potem coraz mocniej, a następnie kantami dłoni, pięściami i całymi dłońmi (z wyczuciem- nie uderzamy!) . W trakcie wykonywania ćwiczeń należy zmieniać siłę i ryty uderzeń. Po chwili należy dokonać zmiany ról.
* Zabawa pt. ,,Jak najwyżej’. Leżymy na plecach, na podłodze. Sięgamy rękoma i nogami ,, do sufitu”, wyciągamy jak najwyżej, naśladujemy ruchem dłoni gest wkręcania żarówek.
• Zabawa pt. ,,Bączek”. Siedzimy na podłodze z nogami ugiętymi w kolanach i lekko uniesionymi. Odpychając się rękoma, każdy próbuje samodzielnie obracać się w miejscu wokół własnej osi.
* „Naleśniki”, czyli rolowanie po podłodze – Rodzic klęczy na podłodze przy leżącym na plechach dziecku, które ma wyciągnięte, wyprostowane ręce nad głową. Rodzic stara się powoli i lekko obrócić (przetoczyć) dziecko na brzuch, z brzucha na plecy itd. Do zabawy możemy wykorzystać koc, w który zawiniemy dziecko, piłkę, którą będzie trzymało w dłoniach
* Zabawa pt. ,,Latający dywan” – dziecko leży bądź siedzi na kocu. Dorosły lekko przeciąga je w różnych kierunkach.
* „Przepychanki” – Rodzic i dziecko siedzą na podłodze plecami do siebie i próbują się przepychać.
* „Paczka” – Rodzic siedzi skulony na podłodze, dziecko stojąc naprzeciwko, próbuje go rozpakować.
* ,,Piłowanie drewna”. – Dorosły i dziecko siedzą w rozkroku, zwróceni przodem, trzymając się za dłonie. Nogi dziecka znajdują się pod nogami dorosłego. Na przemian kładą się na plecach na podłodze, cały czas trzymając się za ręce.
* „Prowadzenie ślepca” – dorosły trzyma dziecko, (które ma zamknięte oczy) i prowadzi je po pomieszczeniu, pokoju(zmiana ról).
* ,,Wagoniki”- Dziecko siada przed dorosłym i wspólnie przesuwają się do przodu, do tyłu po podłodze w pokoju
* ,,Raczkowanie”- w pozycji czworaczej pokonywanie toru przeszkód (zrolowane koce, poduszki, możemy położyć materiały o różnych fakturach, przechodzenie pod krzesłami)