|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **3-5 min.** | **3-5 min.** |
| **poniedziałek** |  |  |
| **wtorek** |  |  |
| **środa** |  |  |
| **czwartek** |  |  |
| **piątek** |  |  |

**ĆWICZYMY 2X DZIENNIE, 5 DNI W TYGODNIU   
(każdy roboczy dzień tygodnia można zamienić na sobotę lub niedzielę)**

**KIEDY WYKONASZ ĆWICZENIE/-A, POSTAW PIECZĄTKĘ,   
NARYSUJ KROPKĘ,UŚMIECHNIĘTĄ BUŹKĘ, ULUBIONE ZWIERZĄTKO ITP.**

**PO TYGODNIU SYSTEMATYCZNEJ PRACY CZEKA CIĘ NAGRODA!**

**BRAK POMYSŁU NA NAGRODĘ ZA SYSTEMATYCZNĄ PRACĘ?**

**TO MOŻE…**

1. **Wspólne z mamą/tatą turlanie po podłodze** (jak naleśniki)**?**
2. **Wspólne z mamą/tatą przytulanie drzew w lesie?**
3. **Możliwość wyboru niedzielnego deseru dla całej rodziny?**
4. **Skakanie na jednej nodze po chodniku przy domu?**
5. **Wejście do domu tyłem?**
6. **Wspólne zbudowanie jak najwyższej wieży z klocków z mamą/tatą?**
7. **Sparowanie i schowanie do szafy 5 par skarpetek po praniu?**
8. **Dodatkowy ogromny przytulas z długim buziakiem na dobranoc?**
9. **Wspólne z mamą/tatą kolorowanie motyla** (kolorowanki są dostępne   
   w Internecie, można wpisać w wyszukiwanie obrazem: motyl kolorowanka)**?**
10. **Rysowanie słońca jedną kredką z mamą/tatą** (każdy jedną ręką trzyma tę samą kredkę i dwie osoby jednocześnie rysują jeden obrazek jedną kredką)**?**
11. **Wyścig od drzewa do drzewa z trzymaniem się za kostki** (podczas spaceru   
    w parku, w lesie)**?**
12. **Podlewanie kwiatów w domu pod opieką mamy/taty?**
13. **Spacer kolorowymi paluszkami po kartce (każdy opuszek u ręki/stopy pomalowany innym kolorem farby)?**
14. **Wypstrykanie powietrza z kawałka folii bąbelkowej?**
15. **Rysowanki-zgadywanki paluszkami na plecach mamy/taty?**
16. **Gilgotki-łaskotki?**
17. **Możliwość powieszenia pierwszej bombki na choince w tym roku?**
18. **Noszenie w ciągu dnia skarpetek w dwóch różnych kolorach** (np. różowej   
    na lewej nodze i zielonej na prawej)**?**
19. **Zabawa w lustro z mamą/tatą – rób to, co ja?**
20. **Opowiedzenie bajki na dzień dobry mamie/tacie w sobotę/niedzielę?**
21. **Wspólny taniec całej rodziny przy ulubionej piosence?**

**…**

**ITP.**