

Karta pracy: jedzenie ma moc!

Polecenie dla uczestników warsztatów

Jak jedzenie łączy się z tym, co dla Twojego dziecka ważne? Jak pomaga realizować to, co rozwojowe, przyjemne, budujące relacje? Zapisz 5 zdań, których możesz użyć, by opisać to prostym, zrozumiałym dla dziecka językiem.

Strona | 1

Przykład: A wiesz, że, gdy jesz kaszę to Twoje mięśnie mają siłę do biegania po boisku, a Ty możesz strzelać kolejne gole?

Zdanie nr. 1

.....
.....
.....

Zdanie nr. 2

.....
.....
.....

Zdanie nr. 3

.....
.....
.....

Zdanie nr. 4

.....
.....
.....

Zdanie nr. 5

.....
.....
.....

Karta pracy: ciało pełne możliwości!

Polecenie dla uczestników warsztatów

W relacji z dzieckiem podkreślaj to, jakie możliwości ma jego ciało zamiast podkreślania tego, jak to ciało wygląda. Zrób wspólnie z dzieckiem ćwiczenie, w którym będziecie wymyślać do czego służą poszczególne części ciała. Odpowiedzi mogą być zwykłe, ale też kompletnie zwariowane. Przemycaj te stwierdzenia w Waszym codziennym funkcjonowaniu.

Strona | 2

Przykład: Do czego służą ręce? Możesz nimi namalować obraz albo kogoś przytulić. Oczy? By podziwiać piękne widoki, by dostrzegać jaszczurkę w trawie.

Do czego służą? Jakie magiczne moce mają?

Oczy:

Nogi:

Brzuch:

Stopy:

Uszy:

Włosy:

Usta:

Kciuki:

Kolana:

Ręce:

**możesz dołożyć tu także inne części ciała*