**Ciemność jest niezwykła- wdrażanie do umiejętności niwelowania strachu przed ciemnością.**

1. „Celne rzuty”- zabawa z elementami rzutu
* Obręcz leży na dywanie. Dziecko wrzuca woreczki do obręczy. Liczy woreczki w obręczy.
1. „Ciemność jest niezwykła”- rozmowa na temat ciemności i oswajania się z nią na podstawie doświadczeń dzieci i wiersza Ewy Szelburg- Zarębiny „Ciemnego pokoju nie trzeba się bać”. Rodzic rozmawia z dzieckiem na temat ciemności i lęków z nią związanych. Rodzic czyta wiersz.

Pytania do wiersza:

* Dlaczego ciemnego pokoju nie trzeba się bać?
* Jakie postaci z bajek możemy sobie wtedy wymyśleć?
* Co widzicie, gdy jesteście w ciemnym pokoju?
* Czy to jest miłe?
* Dlaczego?
* Jaką miłą postać chcielibyście zobaczyć w swoim pokoju?
* Dlaczego?
1. Rodzic rozmawia z dzieckiem o tym, czego się boją, co im pomaga przezwyciężyć strach? Wspólnie z dzieckiem wymyślają jak może wyglądać strach. Dziecko maluje farbami –„Strach”
2. Zestaw ćwiczeń ruchowych:
* „Moje odczucia”- przy muzyce poruszają się po sali, gdy muzyka cichnie siadają.
* „Figurki”- dziecko porusza się podczas muzyki, gdy muzyka cichnie nieruchomieją tworząc figurkę
* „Skręt w prawo i w lewo”- dziecko siada z rodzicem na podłodze dotykając się plecami. Na sygnał wykonują obrót w prawo, klaszcząc w dłonie z prawej strony, potem z lewej. Prócują wstać, cały czas opierając się o swoje plecy.