**Cykl: „W wolnej chwili”.**

**W wolnej chwili skorzystaj z relaksu przy mandalach.**

**Materiały do zabawy z dzieckiem.**

**Mandale (nie tylko) dla dzieci.**

Proponuję skorzystać z chwili relaksu przy mandalach. Kolorowanie uspokaja i wycisza, ułatwia także koncentrację, zachęca do wytrwałości. Poza tym praca manualna rozwija nie tylko umiejętności manualne, ale sprzyja także rozwojowi kreatywności. Daje możliwość otworzenia się i pokazania potencjału twórczego.

Autorka blogu *emocjedziecka.pl* psycholog dziecięca Anna Karcz pisze:

„W pracy z dzieckiem mandale możemy wykorzystać (…), jako sposób na odprężenie i zrelaksowanie się.  Mandala fantastycznie nadaje się również do samodzielnej pracy w domu, na przykład w celu poprawy samopoczucia dziecka.”

Zachęcam do wspólnej, rodzinnej zabawy. Poniżej znajdziecie kilka bardzo prostych mandali zaczerpniętych ze strony <https://emocjedziecka.pl>.

Koniecznie porozmawiajcie o efektach Waszych starań.

Może powiedzie się Wam stworzyć domową wystawę dzieł sztuki😊

*Więcej propozycji znajdziecie w Internecie.* ***Zatem kredki w ruch***😊



 

