

ZRÓBCIE RAZEM

plan dnia

DLA CAŁEJ
RODZINY



PSYCHOLOGO

Angelika Kazmierczak

Drodzy Rodzice,

Oddaję w Wasze ręce projekt planu dnia, który możecie dostosować do swoich indywidualnych potrzeb. Ramowy plan dnia pozwala wielu maluchom odnaleźć się w czasie i otaczającej je rzeczywistości. Wiedzą, co będzie za chwilę i czują się dzięki temu bezpieczniej. Nie muszą pytać co chwilę rodziców kiedy wydarzy się konkretna rzecz. Plan dnia może zatem być pomocny nie tylko dla dzieci, ale także dla ich opiekunów

W poniższym planie dnia znalazło się dużo propozycji aktywności. Zapewne nie wszystkie będą Wam potrzebne. Skorzystajcie tylko z tych, które uważacie za konieczne.

Może zdarzyć się, że obrazek proponowany przy konkretnej aktywności nie będzie Wam odpowiadał. Zmieńcie go - w tym celu przygotowałam zbiór obrazków na końcu dokumentu.

Możecie też stworzyć plan dnia składający się wyłącznie z obrazków. Będzie to ułatwienie dla młodszych dzieci.

Plan dnia można przykleić na długim arkuszu papieru, przyczepić do drzwi taśmą mocującą lub magnesami do magnetycznej tablicy lub lodówki.

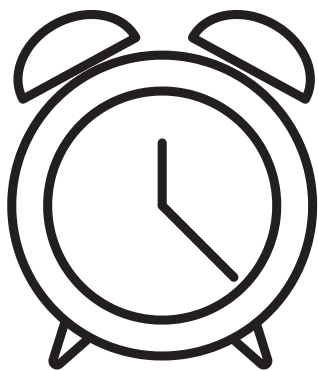
Wydrukowane karty możecie zalaminować, jeśli chcecie, aby służyły Wam długo. Jeśli nie - warto wydrukować je na kartkach zadrukowanych już z jednej strony, aby w pełni wykorzystać papier

Życzę Wam miłej pracy z planem dnia!

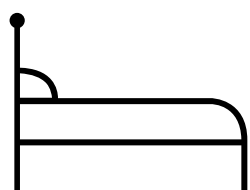
Angelika Kaźmierczak



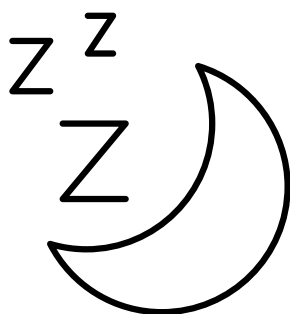
PSYCHOLOGO
Angelika Kaźmierczak



POBUDKA



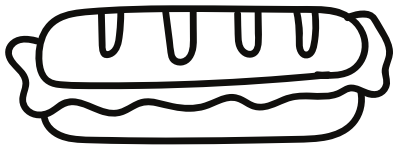
DRZEMKA



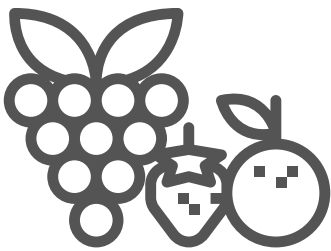
SEN



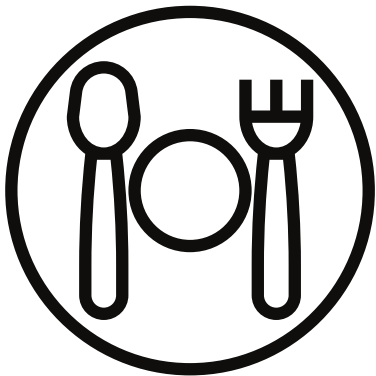
ŚNIADANIE



DRUGIE ŚNIADANIE



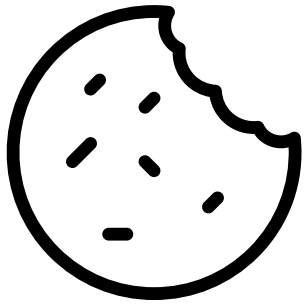
PRZEKĄSKA



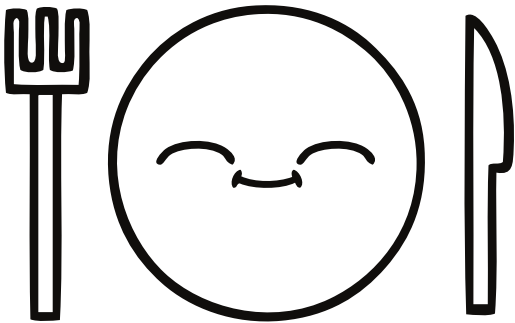
OBIAD



DESER



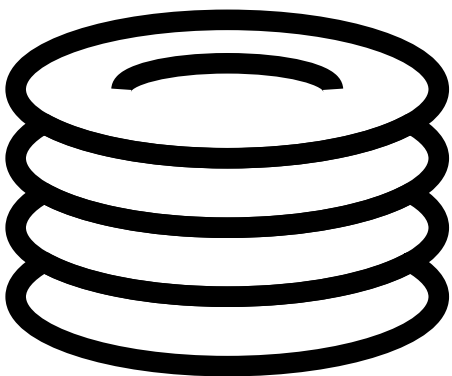
PODWIECZOREK



KOLACJA



PRZYGOTOWANIE
POSIŁKU



SPRZĄTANIE
PO POSIŁKU



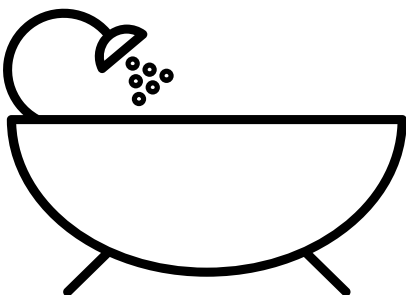
SPRZĄTANIE



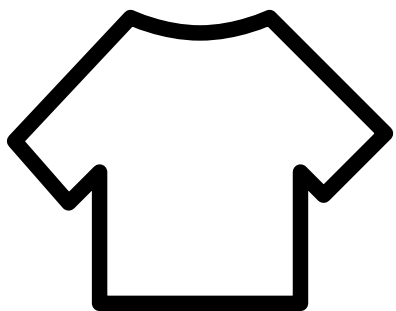
MYCIE SIĘ



MYCIE ZĘBÓW



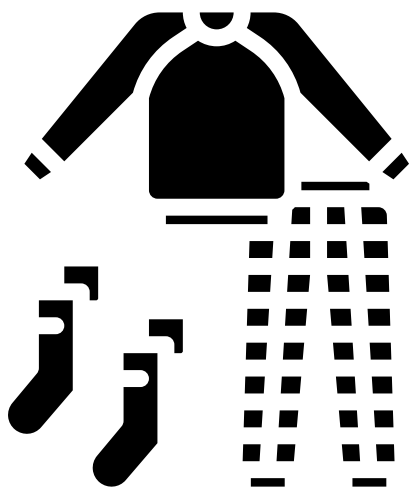
KĄPIEL



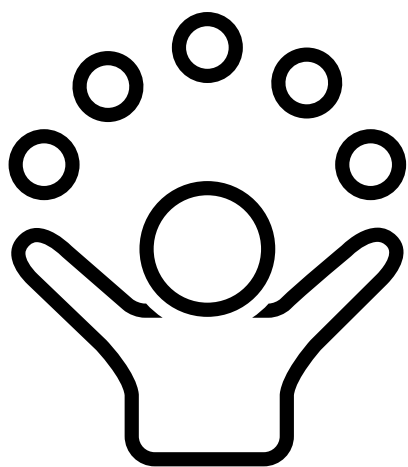
UBIERANIE SIĘ



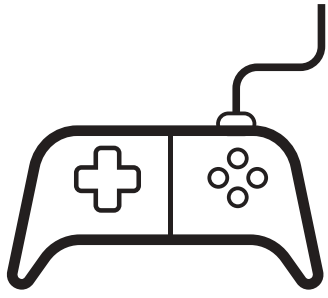
PRZEBIERANIE SIĘ



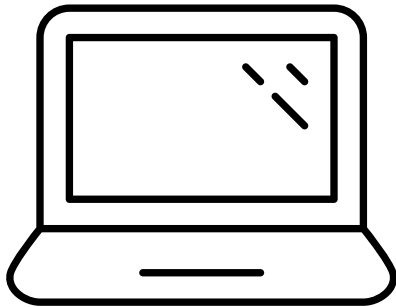
UBIERANIE PIŻAMY



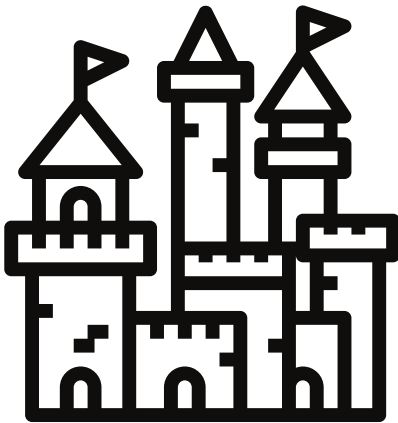
ZABAWA



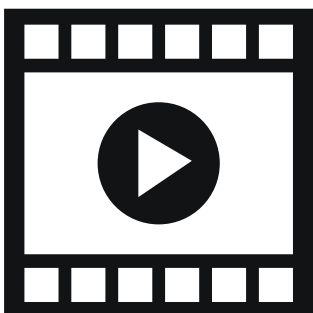
GRY



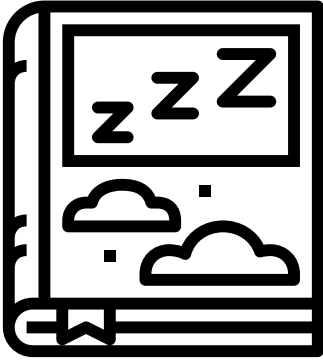
TV/KOMPUTER



BAJKA



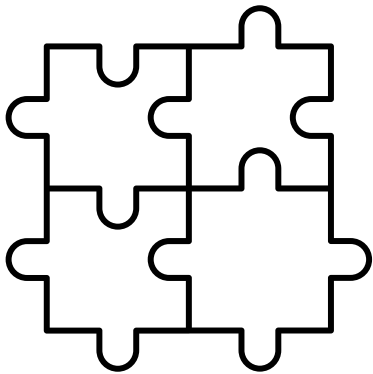
FILM



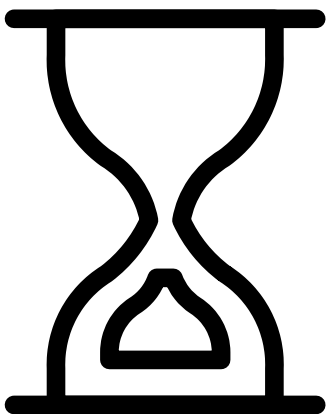
CZYTANIE KSIĄŻKI



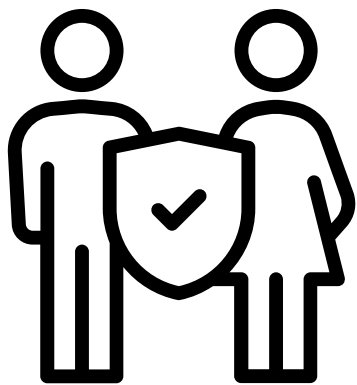
GRY PLANSZOWE



UKŁADANKI



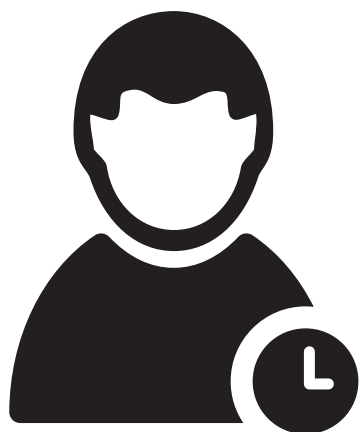
CZAS WOLNY



CZAS RODZICÓW



CZAS MAMY



CZAS TATY



CZAS Z MAMĄ

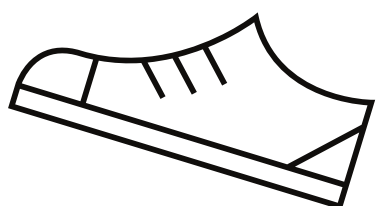


CZAS Z TATĄ



NAUKA

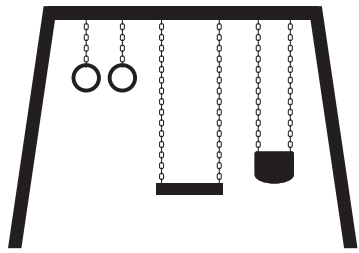
ĆWICZENIA



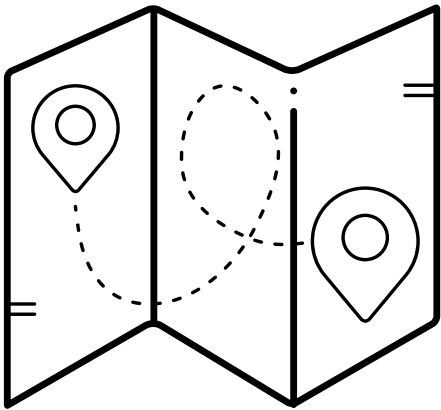
SPACER



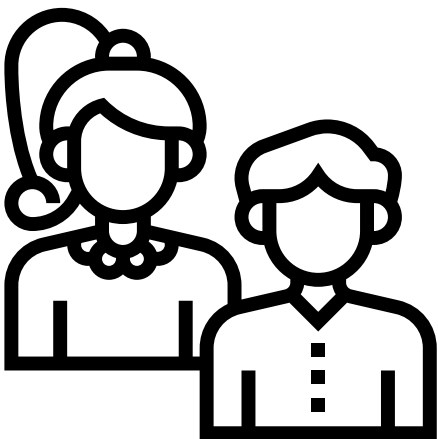
WYJŚCIE Z DOMU



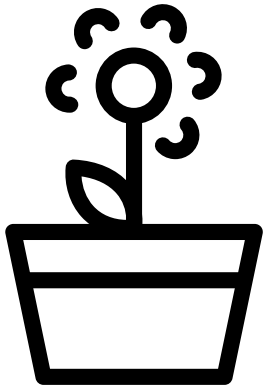
ZABAWY NA DWORZE



WYCIECZKA



WIZYTA GOŚCI



PODLEWANIE
KWIATÓW

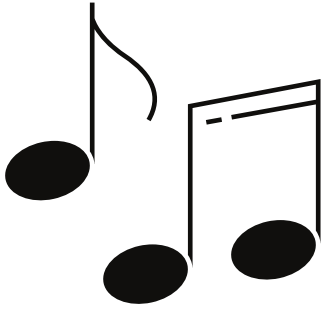
ZAJĘCIA DODATKOWE



SPORT



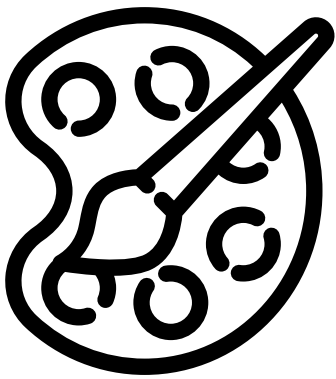
TRENING



MUZYKA



TANIEC



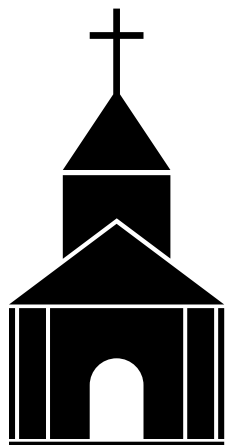
PRACE PLASTYCZNE



LEKARSTWA



MODLITWA



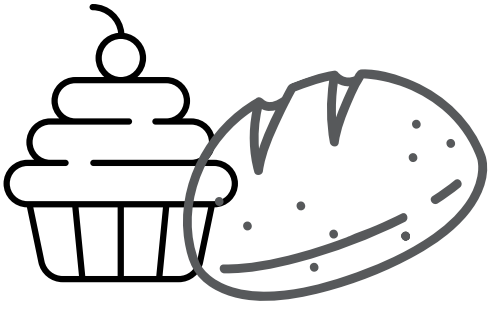
KOŚCIÓŁ



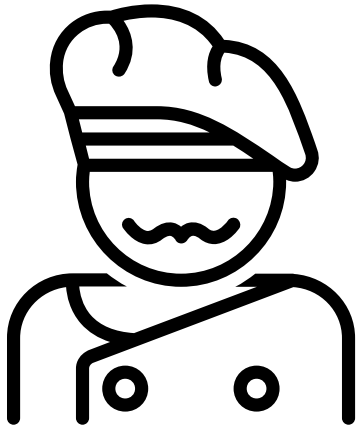
WIZYTA U LEKARZA



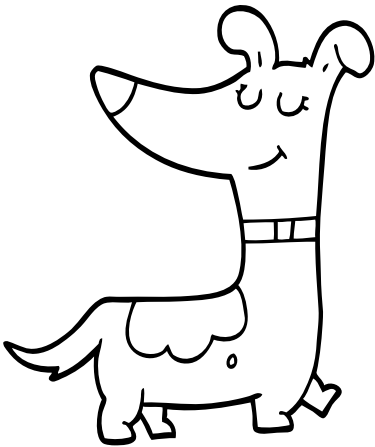
TELEFON / SKYPE



PIECZENIE



GOTOWANIE



WYJŚCIE Z PSEM



KARMIENIE ZWIERZĄT

