

zabawy sensoryczne -ciekawe propozycje

IDZIEMY PŁYWAĆ

Potrzebujemy:

ręczniki lub chusty, miejsce na podłodze

Wykonanie:

Leżąc na brzuchu na podłodze, dziecko naśladuje ruchy pływaka. Skoordynowanymi ruchami rąk i nóg dziecko naśladuje różne style pływania. Po wykonaniu ćwiczenia wręczamy dziecku ręcznik , prosząc o staranne „wysuszenie” swojego ciała. Instruuujemy je, jakie części ciała ma wycierać.

TUNEL Z KRZESŁ

Potrzebujemy:

krzesła, koc.

Wykonanie :

Ustawcie krzesła jedno za drugim. Możesz nakryć je kocem, aby rozbudzić zmysły dziecka. Możecie połączyć tę zabawę z transportowaniem przedmiotów z zabawy SAMOCHÓD DOSTAWCZY lub z ZABAWĄ KLAMERKOWĄ (dziecko z jednej strony przyczepia klamerki do swojego ubrania, transportuje je przez tunel, z drugiej strony przyczepia je na przykład do sznurka przywiązanego do krzesła).

Aromatyczna kąpiel i przerwa zapachowa

Zapach wanilii, róży, lawendy zazwyczaj uspokajają, natomiast mięta pieprzowa i cytrusy mają działanie pobudzające. Możesz wykorzystać te informacje, aby w kąpeli użyć mydła lub olejku o odpowiednim zapachu.

Czasami zbyt długie zakupy mogą być wyczerpujące. Możesz wtedy zrobić dziecku przerwę zapachową – jeśli potrzebuje pobudzenia, podaj mu cytrynową chusteczkę odświeżającą, a jeśli uspokojenia może zadziałać balsam różany.

Poznajcie ulubione zapachy Twojego dziecka i miejcie jakiś zapachowy drobiazg podczas wyjść z domu. Może laska cynamonu? Możecie też zajrzeć do sklepu ze świecami i mydełkami, gdzie dziecko wybierze sobie drobiazg w ulubionym zapachu.

Rzuc, klaśnij, złap - kształtowanie koordynacji oko-ręka

Dziecko podrzuca i łapie piłeczkę. Następnie po podrzuceniu piłeczki klaszcze w ręce i znowu łapie. Można utrudniać zadanie i po każdym rzucie zwiększać ilość klaśnień.

PACZKA

Co będzie potrzebne:

mama, tata lub rodzeństwo

Sposób zabawy:

Dorosły klęczy naprzeciw dziecka, dziecko siedzi skulone na podłodze udając zawiniętą paczkę. Mocno ściska ręce i nogi. Dorosły próbuje rozpakować paczkę odciągając ręce i nogi swojej pociechy. Należy przyjąć zasadę, że raz odklejona ręka lub noga nie może już wrócić na swoje miejsce.

Nie przesadzamy z siłą. Paczka jest rozpakowana kiedy wszystkie części ciała leżą na podłodze.

PODRÓŻ STOPAMI**Potrzebujemy:**

ręcznik, worek na śmieci, papier A4, tektura, resztki materiału, opaska na oczy

Wykonanie:

Budujemy ulicę do dotykania naszych stóp. Dotykamy z dzieckiem rękoma przygotowane materiały. Następnie tworzymy razem z dzieckiem „ulicę dotykową”.

Zakładamy dziecku opaskę na oczy i pomagając przechodzimy stopami „ulicę dotykową”.

Gra „ Spadające małpki”Cel :

- bodziec proprioceptywny/dotykowy - aby kontrolować ruch, dziecko musi się nauczyć stopniować nacisk oraz panować nad długością ruchu
- motoryka mała- wyjmowanie patyczków wymaga bardzo dobrej kontroli nad chwytem szczypcowym
- przyczyna i skutek - dzieci uczą się, że wyjmowanie patyczków powoduje spadanie małpek

Przebieg zabawy:

W grze bierze udział od dwóch do czterech graczy. Każdy na zmianę wyciąga po jednej gałązce z drzewa w taki sposób, żeby małpki nie spadły na dół. Gdy jakaś spadnie, gracz kładzie ją obok siebie. Wygrywa ten gracz, który po wyciągnięciu wszystkich patyczków, będzie miał najmniej małpek.

Można zwiększyć trudność zabawy: gracze kładą się na brzuchu i grają z poduszkami podłożonymi pod ramiona. W takiej pozycji należy bardziej kontrolować, żeby nie poruszyć drzewem.

Zabawy słuchowe cz.I**Dźwiękowa zabawa w chowanego - wersja I**

W tej zabawie można użyć dowolnego instrumentu(jeżeli posiadamy w domu) lub narzędzia kuchennego(pokrywka, drewniane łyżki, sztućce, itp.). dziecko, które się ukrywa, dostaje instrument i wydaje dźwięki, aż zostanie znalezione.

Dźwiękowa zabawa w chowanego - wersja II

Dziecko chowa w pokoju przedmiot i klaszcząc udziela wskazówek gdzie szukać. Im bliżej dorosły jest tej rzeczy , tym dziecko głośniej klaszcze. Im dalej od przedmiotu, tym delikatniejsze staje się klaskanie. Zabawę można zmodyfikować i zamiast klaskania można wymyślić inne dźwięki.

Jesienny obraz zapachowy

Potrzebne materiały: kawa mielona, herbata ziołowa, papier kolorowy, klej, ołówek

Przebieg zabawy: na papierze kolorowym wspólnie z dzieckiem narysujecie kontury drzewa. Następnie wyklejcie je kawą i herbatą.

Zamiast drzewa, można narysować zwierzę.
Milej zabawy.

Dopasuj pary

Wybieramy po dwie sztuk kilka par jednakowych przedmiotów (spinacze, łyżki, klocki, guziki, kasztany), pozostałe przedmioty ustawiamy przed dzieckiem. Dziecko ma znaleźć w worku, nie patrząc tylko dotykiem, jakiś przedmiot, np. spinacz

Symetryczna zabawa

Do zabawy wystarczy kartka przedzielona na pół oraz różne przedmioty, które są w domu w parach (po 2 szt. np. łyżeczki, klocki, autka itp.).

Zabawa polega na układaniu przedmiotów wzdłuż osi symetrii lub inaczej w odbiciu lustrzanym. Warto dziecku przy okazji takiej zabawy pokazać jak ułożone przedmioty wyglądają w lustrzanym odbiciu. Stopniowo zwiększamy liczbę przedmiotów, lub wykorzystujemy do zabawy kolorowe figury geometryczne.

Zabawa ze szczoteczką do zębów - zabawa zapachowa

Potrzebne przedmioty: szczoteczka do zębów, pasta do zębów, blacha do ciastek, woda, ewentualnie zabawki.

Przebieg zabawy: Wyciśnij trochę pasty na blachę do ciastek. Zmieszaj pastę z odrobiną wody za pomocą szczoteczki do zębów. Niech dziecko wyszoruje blachę pastą do zębów.

Daj dziecku kilka zabawek, aby mogło je wyczyścić szczoteczką i pastą do zębów.

Jeśli twoje dziecko odczuwa silną potrzebę wąchania różnych zapachów, użyjcie różnych rodzajów party, np. o smaku miętowy, gumy do żucia itp.

Rysowanie synchroniczne - koordynacja półkul mózgowych

Poproś dziecko, aby wodziło po wzorze palcami. Gdy dziecko będzie czuło się gotowe, można przejść do rysowania wzorów ołówkami.

Link do przykładowych wzorów: <http://terapiapl.blogspot.com/2019/05/rysowanie-oburacz-cz2.html>

Tor przeszkód

Zaznaczcie początek toru przeszkód kartką papieru, dywanikiem lub jakimkolwiek przedmiotem, który wydzieli przestrzeń. Pokonywanie toru przeszkód można zacząć od wdrapania się na krzesło i zeskoczenia z niego albo przejścia pod stołem i okrążenia kanapy, przeskoczenia przez kilka poduszek i zajęcia miejsca pomiędzy nogami krzesła odwróconego górną do dołu. Na pewno wspólnie zbudujecie coś ciekawego.

Kiedy będziecie budować tor przeszkód pomyślcie o:

- przyimkach - ustaw przeszkody tak, żeby dziecko przechodziło **pod nimi, nad, dookoła, pomiędzy, przez.**
- kierunkach - niech ruch przebiega **w górę, dół, do środka i na zewnątrz.**
- czasownikach opisujących czynność - niech dziecko **przeskakuje, wspina się, okrąża, idzie do przodu, do tyłu, czołga się i biegnie.**

Wyścig piłeczek do ping-ponga

Każdy z zawodników wyścigu przesuwają piłeczkę z jednego końca stołu na drugi poprzez dmuchanie na nią przez słomkę. Jeżeli nie macie piłeczek do ping-ponga, możecie wykorzystać kawałki gazety zgniecione w kulki. Dobrze toczą się też kulki waty owinięte taśmą klejącą.

Zapachowa gra w chowanego

Potrzebne przedmioty: kilka woreczków śniadaniowych, waciki, cynamon, ocet, ekstrakt z wanilii, sok cytrynowy lub inne pachnące produkty.

Przebieg zabawy: Nalej kilka kropli silnie pachnącej substancji na dwa waciki, a następnie każdy wacik umieść w osobnym woreczku. Użyj kilku innych zapachów, aby stworzyć pary woreczków podobne do pierwszej. Schowaj w pokoju po jednym waciku z każdego zapachu. Daj dziecku woreczek z drugim nasączonym wacikiem, aby poszukało wacika o tym samym zapachu.

Kręcenie na obrotowym krześle - stymulacja układu przedsionkowego

Kręcimy dziecko na obrotowym krześle. Jeśli dziecko wyraża taką chęć, to z różnym odchyleniem głowy. Kręcimy według ustalonego rytmu np. 5 obrotów - stop, 5 obrotów w drugą stronę - stop. Po jednym takim cyklu, robimy stop i pokazujemy mały obrazek (literę, cyfrę, wyraz, kolor) - dziecko ma zadanie udzielić co jest na obrazku.

Malowanie drzewek słomką - ćwiczenie z zakresu motoryki oralnej

Nałóż kilka kropel farby na dole kartki. Niech dziecko dmucha na farbę przez słomkę, aby powstał pień drzewa. Następnie rozleć więcej farby nad namalowanym przez dziecko pniem - dziecko dmuchając na nią stworzy gałęzie.

Po zrobieniu pnia i gałęzi udekorujcie drzewko bańkowymi liśćmi. Do małych pojemników wleć wodę, płyn do naczyń i farbki w wybranych kolorach (albo kilka kropli barwnika spożywczego). Niech dziecko dmucha w wodę i utworzy pianę. Następnie przenieście pianę na kartkę papieru za pomocą łyżeczki lub palców (dla dostarczenia wrażeń dotykowych).

<https://www.youtube.com/watch?v=y6rdOlGst7I>

Zegarowe zabawy:

1. Ćwiczenie słuchowe: Słuchanie dźwięków wydawanych przez zegary. Na początku zapoznajemy dziecko z dźwiękami i nazwami zegarów, a następnie przechodzimy do zgadywanek.

<https://www.youtube.com/watch?v=Z8CK80b0B-8>

1. Ćwiczenie ruchowe - naśladowanie ruchów zegarów:

- zegarek na rękę cyk-cyk-cyk - ruchy głową do przodu i do tyłu;
- budzik - trrrrryyy-trrrrryyy-trrrrryyy - obroty dookoła własnej osi;
- zegarek na ścianę - tik- tak - tik - tak - naprzemienne wymachy rąk;
- zegarek z kukułką kuku - kuku - kuku - podskoki obunóż;
- zegar na wieży bim-bam-bim - bam - przysiad i wyprost z wyskokiem.

1. Ćwiczenie słuchowe oraz koordynacji wzrokowo-ruchowej:

Dziecko zamyka oczy i słucha uderzeń zegara (rodzic może klaskać, tupać, pukać o coś). Dziecko liczy uderzenia zegara, a następnie podzuca i łapie piłkę tyle samo razy.

1. Ćwiczenie stymulujące zmysł dotyku - klepsydra:

- wsypywanie ręką na piasku do butelki, a następnie sklejenie jej od strony nakrętki z drugą butelką.
- zabawy z klepsydrą.