

AKTYWNOŚCI TERAPEUTYCZNE Z POMOCĄ RODZICÓW...

Zamieszczamy kolejne propozycje ćwiczeń, zabaw dla dzieci objętych w przedszkolu pomocą psychologiczno-pedagogiczną.

Będzie nam miło, jeśli zechcielibyście Państwo podzielić się z nami osiągnięciami i wytworami prac dzieci poprzez dodanie zdjęć na maile terapeutów, pracujących z Waszymi pociechami.

Dziękujemy!

SFERA EMOCJONALNO- SPOŁECZNA	DZIECI MŁODSZE: 3,4letnie
	1. Rodzicu! Teraz jest Wasz czas na rozwijanie, usprawnianie czynności samoobsługowych. Zachęcaj i wdrażaj swoje dziecko do: <ul style="list-style-type: none">• posługiwania się łyżką, widelcem - płynnego ruchu ręki, precyzji ruchu i celnego trafiania łyżką do ust,• bezpiecznego zachowania się przy stole podczas spożywania posiłków – wpajanie dziecku, iż nie należy wymachiwać sztućcami,• wyrabiania nawyków prawidłowej postawy podczas siedzenia przy stole,• usprawniania ruchów rąk podczas mycia się (ruchy naprzemienne podczas mycia rąk, korzystanie z mydła, ruchy obrotowe podczas odkręcania i zakręcania wody, posługiwanie się ręcznikiem),• samodzielnego posługiwania się chusteczką do nosa,• zabaw związanych z ubieraniem się, naśladowania czynności nakładania poszczególnych elementów odzieży,• ćwiczeń w zakładaniu butów na właściwą nogę,• sygnalizowania potrzeb fizjologicznych komunikatem werbalnym np. ee, siusiu,• usprawniania umiejętności korzystania z toalety – rozbieranie się i ubieranie w łazience, spuszczenie wody w sedesie po każdorazowym załatwieniu się.
	DZIECI STARSZE: 5,6letnie
	1. Rodzicu! Najważniejsze zachowania nawykowe, które warto kształtować u starszych przedszkolaków to: <ul style="list-style-type: none">• Nawyk poszanowania czyjegoś wysiłku, a także dbania o to, aby innym nie sprawiać kłopotów. Dotyczy to zwyczajnych i codziennych spraw. Dziecko musi wiedzieć,

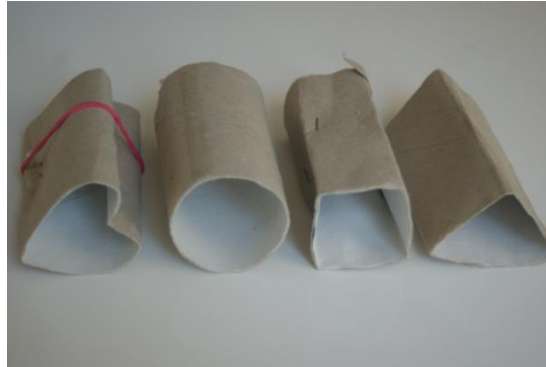
	<p>że:</p> <ul style="list-style-type: none"> - trzeba wytrzeć buty, bo się nabrudzi i mama będzie musiała umyć podłogę, a to jest trudna praca; - należy zamykać drzwi, bo otwarte drzwi przeszkadzają innym; - po posiłku naczynia odnosi się (lub odstawia) we wskazane miejsce; - nie można rozrzucać przedmiotów, bo robi się bałagan i później trzeba sprzątać. <p><i>Co innego jednak rozumienie, a co innego nawyk. Dla utworzenia nawyku szanowania wysiłku drugiego człowieka, dorośli muszą wykorzystywać każdą sytuację dla wymuszania należytych zachowań. Dla kształtowania opisanych powinności wystarczy dzieciom uświadomić, jak one są ważne i potrzebne. Następnie trzeba być konsekwentnym w egzekwowaniu właściwych zachowań.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Nawyk właściwego zachowania się przy stole i kształtowanie dobrych manier przy jedzeniu. Dotyczy to wszystkich czynności wykonywanych w trakcie spożywania posiłków, a więc: <ul style="list-style-type: none"> - nakrywania do stołu i sprzątanania po każdym posiłku; - siadania przy stole: dziecko ma mieć bez upominania usiąść właściwie na krześle, bez podpierania głowy i „pokładania się”, bez zadzierania nóg, przeciągania się i ziewania; - spożywania posiłku: dziecko ma zajmować się jedzeniem we właściwy sposób: nie wolno krzyczeć, wołać kolegów, ale można cicho rozmawiać z innymi osobami siedzącymi przy stole. <i>Ważne są tu także formy grzecznościowe: Dziękuję ..., Było smaczne ..., Proszę ..., Przepraszam – nie chciałem ... itd. Dziecko musi rozumieć, po co usiadło przy stole i czego się od niego oczekuje.</i>
SFERA POZNAWCZA	<p style="text-align: center;">DZIECI MŁODSZE</p> <p>1. FIGURY GEOMETRYCZNE</p> <ul style="list-style-type: none"> • Słuchanie piosenki o figurach geometrycznych. https://www.youtube.com/watch?v=Lv-1s65cgJM • „Szukamy ukrytych w pokoju figur geometrycznych” - rodzic i dziecko wyszukują w pokoju przedmiotów w kształcie koła, kwadratu, prostokąta i trójkąta. • „Zgadnij jaką figurę narysowałem” - rodzic rysuje figury na plecach dziecka. Zadaniem dziecka jest odgadnięcie co to za figura (nazywa lub wskazuje palcem na dany obrazek – figury wycięte z papieru).

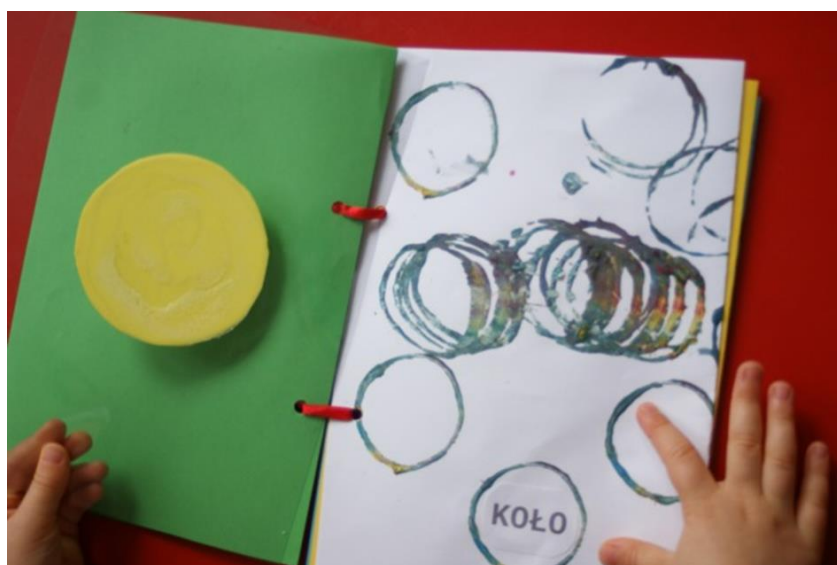
- Figury geometryczne – książeczka:

Potrzebne przybory:

Rolki po papierze, farby, gumka recepturka, kolorowe kartki, dziurkacz, etykiety z podpisami TRÓJKĄT, KOŁO, KWADRAT, SERCE.

Z rolek po papierze toaletowym przygotowujemy wybrane kształty geometryczne. Maluchowi wystarczą: koło, kwadrat i kółko. Dla przyjemności zabawy dodać można jeszcze serce!





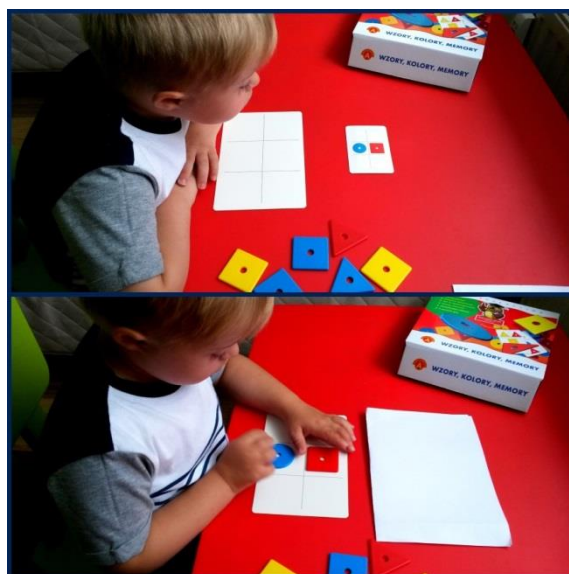
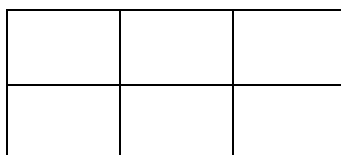
Intensywne kolory, własnoręcznie przygotowane strony, grube ślady farby, różnorodne faktury- taka książeczka to angażująca wszystkie zmysły, fantastyczna przygoda.

2. ĆWICZENIE PAMIĘCI WZROKOWEJ:

Potrzebna będzie kartka A4 z podziałem na 6 pól.

Do ćwiczenia wykorzystasz papierowe figury.

Ułóż wzór dla dziecka. Daj mu chwilę czasu, następnie zasłoń i dziecko bez patrzenia próbuje odtworzyć wzór.



DZIECI STARSZE

1. „Zagadki słuchowe”:

Mogą być cztery,
mogą być dwa,
ma je samochód
i rower ma./koła/

Zagadka zaczyna się stąd,
Że jest w nim prosty każdy kąt.
No i zawsze mój kolego,
Równe boki ma./kwadrat/

Mam cztery rogi,
Dwa krótkie i dwa długie boki.
Kwadratem nie jestem,
Choć mam kąty proste./prostokąt/

My wszystkiego mamy trzy.
Ach, jak wesoło mieć trzy boki i trzy kąty.
Trzy wierzchołki także mamy
I pracując na trzy fronty,
Każdej pracy radę damy./trójkąty/

2. <https://www.matzoo.pl/klasa1> - Jaka to figura?

3. Ćwiczenie rozwijające orientację w przestrzeni, pamięć słuchową oraz słownik dziecka.

- Posłuchaj uważnie wierszyka:

Nie pójdę **do tyłu**,
bo nie mam powodu.
Obróć się **wkoło**
i pójdę **do przodu**.

- Dokąd pójdzie osoba z wierszyka? W jakim kierunku nie pójdzie?
- Dlaczego nie pójdzie do tyłu? Co to znaczy mieć powód?
- Co zrobi osoba z wierszyka, zanim pójdzie do przodu?

- Przedstaw ruchem to, co usłyszysz:

- Obróć się wkoło.
- Obróć się jeszcze raz, ale w przeciwnym kierunku.
- Zrób pięć kroków do przodu, a potem pięć kroków do tyłu.

**SFERA
RUCHOWA**

DZIECI MŁODSZE

1. Zabawa ruchowa z wykorzystaniem rymowanki.

Buch, buch, buch! (maszerujemy po obwodzie koła)

Buch, buch, buch! (jednocześnie uderzając piąstką o piąstkę)

Każdy z nas jest dzielny zuch! (obróć wokół własnej osi, ręce na biodrach)

Wśród drzew skacze jak wiewiórka. (podskakujemy i naśladujemy wspinanie się na drzewo)

Wśród traw jak wąż daje nurka. (podskakujemy, wyciągamy ręce w przód i „dajemy nurka”)

Buch, buch, buch! (maszerujemy po obwodzie koła)

Buch, buch, buch! (jednocześnie uderzając piąstką o piąstkę)

**2. Zabawa muzyczno-ruchowa do piosenki
„Ptaszki fruważą”.**

https://www.youtube.com/watch?v=zn2ihUfMV_M

3. Ćwiczenie równoważne „Pisklęta rosną”.

Dziecko maszeruje. Na zawołanie: „Pisklęta rosną!” – zatrzymuje się i wykonuje przysiad. Powoli prostuje się i wspina się na palce. Zabawę powtarzamy kilka razy.

4. „Przeciąganki”.

Rodzic i dziecko stają naprzeciw siebie, chwytają szalik za końce. Na sygnał zaczynają się przeciągać, wygrywa ten, któremu uda się przeciągnąć przeciwnika za wyznaczoną linię.

5. Zabawy paluszkowe:

Potrzebujemy kolorowy drucik lub wstążkę, sznurek.



**Bardzo długa linę mamy,
która sobie zawijamy.
Zawijamy, zakręcamy
I sprężynkę z linki mamy.**

*Pokazujemy ilość baloników na paluszkach, na hasło „pękl”
klaśniemy w dłonie.*

**Pięć baloników z wiatrem bawi się
nagle co ja widzę 1 balonik pękl.
Cztery baloniki z wiatrem bawią się
Nagle co ja widzę 2 balonik pękl.
Trzy baloniki z wiatrem bawią się
Nagle co ja widzę 3 balonik pękl.
Dwa baloniki z wiatrem bawią się
Nagle co ja widzę 4 balonik pękl.
Jeden mały baloniki z wiatrem bawi się
Nagle co ja widzę ostatni balonik pękl.**

DZIECI STARSZE

1. Ćwiczenia z elementami integracji sensorycznej.

Potrzebna taśma malarska



Przeskoki na boki - kształtowanie równowagi, obustronnej koordynacji ruchowej.

Na podłodze kładziemy linę, szarfę lub przyklejamy taśmę (możemy narysować linię kredą) . Na sygnał „Start” dziecko pokonuje trasę tam i z powrotem, skacząc obunóż raz z jednej strony linii, raz z drugiej (na przemian przeskakuje obunóż na jedną i drugą stronę linii).

II wersja – dziecko zamiast obunóż pokonuje trasę w jedną stronę na nodze prawej , a z powrotem na lewej.

Chodzenie po linii stopa za stopą- kształtowanie umiejętności równoważnych.

Rysujemy linię, bądź przyklejamy taśmę. Zadaniem dziecka jest przejście po linii, układając stopę za stopą, łącząc palce z piętami.

	<p>Dla utrudnienia dziecko może trzymać uniesioną nad głową piłkę.</p> <p>Ćwiczenie „tragarz”- stymulacja obręczy barkowej, pozycji wyprostnej, koordynacji wzrokowo-ruchowej, mobilność nadgarstka.</p> <p>Potrzebne: kijek lub długi patyk, pokrywa z pudełka. Do pokrywy i kijka doczepiamy długi sznurek. Na pokrywie rodzic kładzie rzeczy do przewiezienia (zabawkę).</p> <p>Dziecko w pozycji na brzuchu; trzyma kijek na wysokości ramion; ręce umieszczone na kijku na szerokość barków. Nawijając sznurek na długi kij przysuwa do siebie przedmioty o różnej ciężkości.</p> <p>Proponowane ćwiczenia należy wykonywać systematycznie – codziennie, minimum 3 razy</p>
--	---

SENSOPLASTYKA:

ZABAWA LODEM (dzieci młodsze)

Potrzebujemy: pudełko; foremki do lodu, albo do piaskownicy; substancje nadające kolor (herbata owocowa, mięta, mleko, burak itp.); produkty, które zatapiamy w wodzie (fasola, goździki, groch, soczewica, ryż kulki czekoladowe itp.)

Wykonanie:

Zalewamy foremki kolorowymi płynami, wrzucamy suche produkty i władamy do zamrażalki. Dziecko dzięki zabawie może poczuć czym jest zimno. Obserwować jak się topi zamrożona substancja i odkrywać co znajduje się z środka.



Zaczerpnięte:

<https://dzieciakiwdomu.pl/2015/05/to-jest-zimne-zabawa-lodem-dla-malucha.html>

GLUTEK – SLIME (dzieci starsze)

Potrzebujemy: 100 ml dowolnego napoju (np. wody, soku czy coli); 1 łyżkę mąki ziemniaczanej.

Wykonanie:

Mieszamy składniki w misce. Następnie wstawiamy miskę do mikrofalówki na 15 sekund, wyjmujemy i mieszamy. Ponownie wstawiamy, wyjmujemy i mieszamy (powtarzamy tę czynność, aż uzyskamy rozciągliwą masę). Zanim dziecko rozpocznie zabawę należy poczekać aż masa wystygnie.



Zaczerpnięte:

<https://www.mamawdomu.pl/2018/04/masy-plastyczne.html>