

***Drodzy Rodzice,***  
***poniżej zamieszczam propozycje zabaw i ćwiczeń rozwijających***  
***poszczególne systemy sensoryczne.***

***W razie pytań, proszę o kontakt mailowy: a.szafron@p2.laziska.pl***

### ***Propozycje ćwiczeń – Integracja Sensoryczna***



#### **Zabawy rozwijające zmysł równowagi (zmysł przedsionkowy) i czucia głębokiego (propriocepcji)**

- ***Chodzenie po linie*** – dziecko chodzi po taśmie, skakance rozciągniętej na podłodze, uważając, żeby z niej nie spaść.
- ***Chodzenie po kamieniach*** – dziecko samo lub z pomocą dorosłego układa ciąg „kamieni”, np. poduszki, lekko nadmuchane piłki, podesty o różnych fakturach, i przechodzi po nich, starając się nie stracić równowagi.
- ***Gra w klasy*** – dziecko skacze na jednej nodze po wyznaczonych polach, przesuując krążek.
- ***Turlanie się po podłodze*** – dziecko z wyprostowanymi nogami i rękami wzdłuż ciała turla się po podłodze, na której rozłożone są rzeczy o zróżnicowanej fakturze i twardości: materace dmuchane, poduszki, karimaty, koce.

- **Przeciąganie liny** – dziecko i rodzic trzymają linę (lub skakankę) i próbują przeciągnąć ją na swoją stronę.
- **Zabawne pajacyki** – dorosły opowiada/pokazuje dziecku, co potrafi zrobić zabawny pajacyk (podskoki, wymachy rękami, krążenie ramion, ślizganie i obracanie się na brzuchu, na plecach, na pośladkach). Dziecko zmienia się w pajacyka i wykonuje opisane ruchy.
- **Zabawy na np. huśtawce lub hamaku** - dziecko leży na brzuchu, plecach bądź siedzi na urządzeniu, które wprowadzone jest w ruch i rzuca np. woreczki do celu.

## **Zabawy rozwijające zmysł dotyku (czucie powierzchniowe)**

- **Skrzynia skarbów** – do pudełka wsypujemy kaszę i dodajemy kilka koralików, monet lub innych drobnych przedmiotów. Dziecko ma za pomocą dotyku (z zamkniętymi oczyma) znaleźć ukryte „skarby”. Możemy przygotować kilka pudełek – w każdym pudełku skarby mogą być ukryte w różnych produktach (ryż, makaron, soczewica, fasola, itp.).
- **Co narysowałam?** – dorosły rysuje na plecach (lub dłoni) dziecka proste wzory, dziecko ma narysować takie same na swojej dłoni lub na kartce lub na plecach rodzica.
- **Co jest miękkie?** – dziecko szuka przedmiotów, które w dotyku są miękkie, twarde, szorstkie, zimne itd.
- **Dopasuj pary** – wybieramy kilka par jednakowych przedmiotów (łyżeczki, klocki, spinacze, guziki, kasztany itd.). Jeden przedmiot z każdej pary umieszczamy w worku z nieprzezroczystego materiału, pozostałe przedmioty układamy przed dzieckiem. Dziecko ma znaleźć w worku (nie patrząc, za pomocą dotyku) itd. drugi spinacz.
- **Stopy w pudełku** – w kilku pudełkach umieszczamy materiały różne w dotyku, itd. papier ścierny, kawałki włóczki, watę, sztruks, jedwab. Dziecko wkłada bose stopy do kolejnych pudełek i opisuje wrażenia, jakie odczuwa (szorstki, miękki, przyjemny, chłodny itd.).
- **Robimy ciasto** – dziecko bawi się masą solną, kształtuje ją w dowolny lub określony przez dorosłego sposób.
- **Dotykowy kącik** – rodzic z pomocą dziecka gromadzi interesujące w dotyku przedmioty. Dziecko w różnych momentach w ciągu dnia może bawić się nimi, porównywać zgromadzone materiały.
- **Malowanie pianką do golenia** – powierzchnię tacy, najlepiej dużej, zwilżamy wodą, wyciskamy trochę pianki do golenia, na tak przygotowanej powierzchni dziecko może malować palcami, dłońmi.

## Zabawy rozwijające zmysł wzroku

- **Obserwujemy świat w powiększeniu** – dziecko ogląda różne przedmioty w ogrodzie za pomocą szkła powiększającego lub lornetki. Może szukać dowolnych przedmiotów albo przedmiotów o określonych cechach (czerwone, małe, rośliny itp.).
- **O czym myślę?** – dorosły wybiera jakiś przedmiot, nie mówi jego nazwy, tylko daje kilka podpowiedzi dotyczących tego przedmiotu. Dziecko zgaduje, o jaki przedmiot chodzi.
- **Który do którego?** – poszukaj w czasopismach kolorowych lub czarno-białych zdjęć, po czym przetnij je pionowo na pół. Ułóż poszczególne połówki na dwa stosy. Poproś dziecko, żeby z pierwszego stosu wybrało połówkę dowolnego zdjęcia. Niech wyobrazi sobie i opowie, jak może wyglądać druga połowa zdjęcia, a następnie odszuka ją wśród zdjęć na drugim stosie.
- **Gdzie jest zajaczek?** – zasłaniamy okna w pokoju, dziecko siedzi zwrócone przodem w stronę ściany. Dorosły „puszcza zajaczki” światłem latarki lub wskaźnika na ścianę. Zadaniem dziecka jest śledzić tor ruchu „zajaczka” samymi oczami, bez poruszania głową. Dorosły może też gasić i zapalać światło latarki w coraz to innym miejscu sali, a dziecko ma jak najszybciej znaleźć świecący punkt.

## Zabawy rozwijające zmysł słuchu

- **Stuchanie odgłosów** – do pustej puszkę wkładamy kolejno różne przedmioty (spinacze, groch, waciki, monety, klocki itp.). Dziecko ma odgadnąć, co jest w środku.
- **Dopasowywanie dźwięków** – do parzystej liczby jednakowych, nieprzejrzystych pojemników (np. po jajku niespodziance) wsypujemy różne przedmioty (groch, piasek, spinacze, koraliki), tak by każde dwa pojemniki zawierały takie same przedmioty. Dziecko ma za zadanie znaleźć pary tak samo brzmiących „grzechotek”.
- **Gdzie jest dźwięk?** – dziecko zamyka oczy, dorosły lub inne dziecko porusza się cicho w różnych miejscach, stuka, dzwoni, tupie itp. Dziecko ma powiedzieć, z której strony słyszy określony dźwięk, czy dźwięk jest daleko od niego, czy blisko, czy pozostaje w miejscu, czy przesuwa się.
- **Głuchy telefon** – dziecko siedzi w kręgu, dorosły szepce siedzącemu koło niego dziecku słowo, kilka słów lub zdanie. Dziecko głośno wypowiada to, co usłyszało.
- **Gdzie tyka zegar?** – w dowolnym miejscu chowamy nastawiony minutnik. Dziecko ma znaleźć minutnik, zanim ten zadzwoni.

– ***Gramy na tam-tamach*** – dorosły wygrywa na bębenku prosty rytm. Dziecko na swoim bębenku ma powtórzyć tak samo usłyszany rytm.

## **Zabawy rozwijające zmysł smaku i zapachu**

– ***Co może tak pachnieć?*** – w kilku buteleczkach gromadzimy różne aromatyczne produkty (kawa, skórka z cytryny, z pomarańczy, cynamon, płatki róży itp.). Dziecko wącha zapachy w poszczególnych buteleczkach, opisuje wrażenia, mówi, czy zna taki zapach, z czym mu się on kojarzy. Może też porównać wyczuwane zapachy z obrazkami, na których są przedmioty pachnące w taki sposób.

– ***Jak smakują kolory?*** – dziecko próbuje produktów spożywczych w określonym kolorze (np.: zielonym – brokuły, jabłko, ogórek, szpinak, sałata, galaretka agrestowa), porównuje smaki, klasyfikuje je od najbardziej do najmniej lubianego.

Życzę miłej zabawy ☐ ☐