

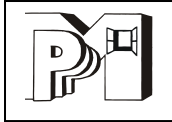
POCZYTAJCIE MAMO, TATO! 225 (styczeń 2021)

Gry i zabawy z integracji sensorycznej dla przedszkolaków, które rodzic może wykonać z dzieckiem w domu (1)

Zabawy z przedszkolakiem są świetną okazją do wspólnego spędzania czasu wolnego, lepszego poznania się, nawiązania prawidłowych relacji z dzieckiem, a przede wszystkim dostarczają dziecku niezbędne bodźce wspierające rozwój i eliminujące deficyty. Przyczyniają się też do zmniejszenia zaburzeń sensorycznych, na przykład słabego rozróżniania stron, niezborności ruchowej, braku umiejętności lokalizowania i rozróżniania bodźców otaczających dziecko, braku koncentracji na tym, co się do niego mówi i na co patrzy. By przedszkolak prawidłowo się rozwijał, należy pamiętać o zabawach stymulujących wszystkie zmysły, czyli 7 systemów zmysłowych: dotyk, równowaga, czucie głębokie, wzrok, słuch, węch i smak.

Dotyk

1. **Masażyki:** masujemy ciało przedszkolaka przedmiotami o różnej fakturze np. futerka, pędzelki, gąbki, oliwki lub balsamy do ciała, dajemy dziecku ręcznik kąpielowy i prosimy by starannie „wysuszył” swoje ciało. Instruuemy przedszkolaka, jakie części ciała ma wycierać np. ręce, włosy, buzię, ucho, palce u stóp, nos, brzuch itd.
2. **Zabawy dotykowe:** wkładamy do pudełka wyżej wykorzystywane przedmioty do masażu i zasłaniamy dziecku oczy apaszką lub szalikiem, a następnie prosimy by przedszkolak wyjął jakiś przedmiot i powiedział co trzyma w dłoni lub prosimy by wyjął nazwany przez nas przedmiot bez udziału wzroku. Jeśli dziecko nie chce zasłonić oczu, podajemy przedmioty z tyłu za plecami przedszkolaka i prosimy by powiedział co trzyma w dłoni. Można to ćwiczenie wykonać jak przedszkolak leży na brzuchu i masujemy wtedy stopy wybranym przez nas przedmiotem, prosząc by poczuł, czym dotyka go Rodzic i nazwał ten przedmiot. Zawijamy dziecko w koc od stóp po ramiona z rękami także, pamiętamy by nie zasłaniać głowy i prosimy by dziecko powiedziało, której części ciała dotykamy mocno dociskając dłonią lub masując.
3. **Brudzące zabawy:** dajemy dziecku możliwość zagniecenia ciasta na pierogi lub dajemy plastelinę i robimy wałeczki, kuleczki, okręgi, placuszki i lepmy pierożki wkładając do środka np. ziarno fasoli, prosimy by dziecko na kartce z narysowanym konturem np. auta lub lali, wypełniło go kolorowymi kulkami z plasteliny i mocno przycisnęło paluszkami by powstał placuszek na kartce i się do niej przykleił tworząc obraz, na dużej kartce papieru pozwalamy malować obraz farbami za pomocą dłoni lub stóp, do miski wkładamy kilka ziaren grochu i kilka ziaren fasoli i prosimy by dziecko posegregowało ziarna do dwóch różnych kubeczków palcami na zmianę raz jedną, raz drugą ręką, przed kąpielą w wannie lub brodziku prosimy by dziecko posmarowało kisielkiem wskazaną przez Rodzica część ciała albo Rodzic smaruje wybraną część ciała dziecka, a ono zgaduje, którą część ciała ma posmarowaną.



POCZYTAJCIE MAMO, TATO! 225 (styczeń 2021)

Gry i zabawy z integracji sensorycznej dla przedszkolaków, które rodzic może wykonać z dzieckiem w domu (2)

Równowaga

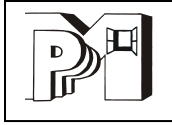
1. **Kręcenie się:** tzw. „karuzela”- proponujemy dziecku różne sposoby obracania się wokół własnej osi ciała np. na plecach, na brzuchu (chwytając dziecko się za stopy), na kolanach, w siadzie, na stopach.
2. **Skakanie:** skoki na materacu łóżka, podskoki do góry, z obrotem, podnosząc ręce do góry i klaskając w dłonie lub naśladując skoki Rodzica.
3. **Bujanie,** dziecko siada na stopie Rodzica siedzącego na krześle ze skrzyżowanymi kolanami i bujamy je góra, dół, na boki, szybko, wolno - trzymając za dłonie dziecko.

Czucie głębokie

1. **Baraszkowanie z rodzicem:** Rodzic trzyma brzeg koca, a dziecko siada na drugiej stronie koca, następnie Rodzic powoli ciągnie dziecko po całym domu zmieniając kierunki jazdy i tempo, Rodzic na czworaka przemieszcza się po mieszkaniu a dziecko siada na plecach dorosłego i mocno się trzyma, by nie spaść z „konika”, Rodzice trzymają brzegi koca i bujają przedszkolaka bardzo spokojnie na boki i zmieniając góra –dół dłonie przetaczają go w kocu.
2. **Silowanie:** trzymając rącznik z dzieckiem przeciągamy się raz na jedną raz na drugą stronę, prosimy by dziecko stało prosto z opuszczonymi rękami jak „posąg soli” a Rodzic delikatnie popycha dziecko całą dłonią za barki raz w prawą i raz w lewą stronę oraz za plecy i klatkę piersiową w przód i tył. Dziecko stoi, nie porusza się, nie przestawia nóg. Rodzic siada na kocu, a dziecko próbuje trzymając drugi koniec koca przeciągnąć Rodzica w drugą stronę lub dookoła.
3. **Skakanie:** „klasy” przeskoki na jednej nodze i na obu nogach przez linie na podłodze bądź z dywanu na podłogę. Można zacząć od skoków w miejscu.

Wzrok

1. **Bańki mydlane:** Dorosły puszcza bańki mydlane i prosi, aby dziecko patrzyło na lecące bańki mydlane, a następnie próbowało je chwycić jedną, a potem drugą ręką, a następnie klasnąć w bańkę obiema rękami jednocześnie.
2. **Kalejdoskop:** Prosimy, by dziecko popatrzyło jednym, a potem drugim oczkiem w kalejdoskop i opisało kolory, jakie widzi.
3. **Latarka:** Dorosły świeci latarką po pokoju dziecka na różne przedmioty i prosi, by popatrzyło na co świeci światło. Potem zmiana: dziecko świeci latarką po pokoju, a Rodzic odpowiada.



Miejska Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna w Koszalinie

ul. Morska 43, tel.: 94 343 01 99

Red. Aleksandra Danielewicz

POCZYTAJCIE MAMO, TATO! 225 (styczeń 2021)

Gry i zabawy z integracji sensorycznej dla przedszkolaków, które rodzic może wykonać z dzieckiem w domu (3)

Sluch

1. **Zabawa w lokalizację dźwięku:** dziecko siada na podłodze lub krześle zamyka oczy i słucha, a Rodzic bierze dowolny przedmiot wydający dźwięk i uderza w niego będąc z tyłu dziecka raz z lewej strony, raz z drugiej strony koło ucha. Dziecko odpowiada, z której strony dochodzi usłyszany dźwięk.
2. **Wspólne śpiewanie:** Rodzic wyszukuje w telefonie piosenki dla dziecka i wspólnie uczy się z dzieckiem słów piosenki i śpiewa razem z nim - Rodzic zwrotkę, a dziecko refren.
3. **Porównywanie dźwięków:** Dziecko zamyka oczy i słucha, a Rodzic uderza w dłonie lub tupie nogami, a dziecko rozróżnia dźwięki. Można używać cymbałki lub inny posiadany sprzęt.

Węch

1. **Wąchanie przypraw i produktów spożywczych:** w czasie wspólnego przygotowywania posiłków nazywamy potrzebne produkty spożywcze i wąchamy je razem nazywając wąchany produkt.
2. **Rozpoznawanie zapachów:** dziecko próbuje rozpoznać po zapachu i z zamkniętymi oczami, który produkt z przygotowywanej wyżej potrawy Rodzic trzyma w dłoni.

Smak

1. **Smakowanie:** dziecko kroi drobno różne owoce i próbuje skosztować odrobinę każdego produktu potrzebnego do zrobienia owocowej sałatki.
2. **Próbowanie nowych smaków:** podajemy dziecku nowy smak - nowy i nieznanymy dziecku owoc zachęcając by spróbował odrobinę, nazywamy go, mówimy do czego dodajemy ten produkt, np. by przygotować pyszną owocową sałatkę.
3. **Rozpoznawanie smaków:** dziecko próbuje rozpoznać po smaku, co to za owoc z owocowej sałatki mając zamknięte oczy. Rodzic wybiera z sałatki kawałek owocu, który dziecko kroilo by przygotowywać wyżej wymienioną potrawę.

Życzę wszystkim udanej i wesołej zabawy z cudownymi pociechami.

mgr Agnieszka Piórkowska – rehabilitant ruchowy

