

Wspieranie wrażliwości zmysłowej

Poniżej przedstawiamy kilka pomysłów, za pomocą których, w formie zabawy, można rozwijać zmysłowość dziecka.



Woreczki dotykowe

Włóż różne przedmioty, np. zabawki, materiały naturalne, artykuły spożywcze do woreczka płóciennego lub plastikowego, tak aby dziecko nie widziało, co wkładasz. Teraz z zamkniętymi oczami powinno zgadnąć, co wyłowiło z woreczka.



Masaż

Na wiele dzieci masaż ma relaksujące oddziaływanie. Aby przeprowadzić masaż, należy używać oliwki dla niemowląt, czy inny podobny środek. Rozprowadzaj ją przy pomocy ruchów kolistych, ugniatań, poklepywania, a na koniec głaskania.

Poproóbuj! Musisz uważać tylko na jedno: nie należy masować kręgosłupa! Do masażu można wykorzystać różne przedmioty: piłeczkę-„jeżyka”, piłkę tenisową, miękkie pióro, watę, miękką szczotkę, gąbkę itd. Spokojna muzyka wzmacnia oddziaływanie masażu.

WAŻNE: Niektóre dzieci nie lubią na początku masażu. Jeśli tak jest też w przypadku Twojego dziecka, spróbuj najpierw w prosty sposób masować, na przykład kremując ciało, ogranicz się przy tym tylko do rąk i nóg. Może Twoje dziecko woli delikatne ruchy lub też odwrotnie, bardziej zdecydowany masaż. Sprawdźcie to wspólnie!



Bandażujemy mumię

Zorganizuj bandaż elastyczny lub rolkę papieru toaletowego i zawiń w to swoje dziecko. Samo powinno zdecydować, czy chce też mieć zabandażowane ręce i głowę. Gdy mumia jest gotowa, dziecko uwalnia się z więzów (w przypadku papieru toaletowego, rozrywa je, gdy zawinięte jest w bandaż obraca się dookoła własnej osi).

Opisane ćwiczenia odnoszą się przede wszystkim do propriocepcji i zmysłu kinestetycznego oraz zmysłu dotyku. Obok tego ważny jest zmysł równowagi, który również można rozwijać w formie zabawowej.

Dziecko balansuje na krawężnikach, niskich murkach, pninach drzew lub namalowanych pasach. Również w pokoju można ćwiczyć równowagę, na przykład przeciągając przez pokój ułożony na podłodze sznur.

Twoje dziecko powinno ćwiczyć jak najdłuższe stanie lub skakanie na jednej nodze (również z zamkniętymi oczami). Można też ćwiczyć równowagę na trampolinie.

Wspieranie rozwoju motorycznego

Motoryczność ogólna

Dzieci uwielbiają zabawy ruchowe. Dzięki temu zdobywają coraz to nowe doświadczenia, mimo że nie są tego świadome i robią to samodzielnie, bez udziału dorosłych. Na wolnym powietrzu dzieci mogą dać upust swoim potrzebom ruchowym. W ten sposób ćwiczą takie umiejętności jak zręczność, pewność ruchów, koordynacja, zdolność szybkiego reagowania.

Są jednak dni, w których nikt nie chciałby wychylić nosa z domu. Ale przecież w domu też można się ruszać!



Taniec z balonem

Dwoje dzieci porusza się w rytmie muzyki, trzymając wspólnie balon. Ręce są założone na plecach. Dzieci trzymają balon między brzuchami lub biodrami. Muszą uważać, żeby nie spadł na podłogę.



Odwiedzamy dżunglę

W dżungli żyje wiele zwierząt. Dzieci naśladują ich ruchy i odgłosy: lampard skradą się przez zarośla, zbliża się do ofiary, skacze i bardzo głośno krzyczy. Obok wije się duża żmija. Skradą się przez zarośla i trawy, i syczy. To niepokoi małpy siedzące na gałęzi. Ostrzegają się wzajemnie, skaczą w tę i w drugą stronę, i wspinają się coraz wyżej. W dżungli są też słonie. Słychać już z daleka, jak stąpają po ziemi. Od czasu do czasu zatrzymują się i nawołują, podnosząc trąbę do góry.

Zwracaliśmy już uwagę na to, że motoryka ogólna i szczegółowa są ważne dla ucznia. Aby wzmocnić umiejętności manualne, można wykorzystać również wiele ćwiczeń.