

WIRTUALNE SPOTKANIE ZE ZMYŚLAMI - 2

Drodzy Rodzice,

dziś nasze kolejne wirtualne spotkanie ze zmysłami ☐

Czas zatem na zestaw zabaw stymulujących **zmysł równowagi oraz układ przedsionkowo-propryoceptywny**, który odpowiada między innymi za poczucie równowagi, poziom napięcia mięśniowego ciała, pobudzenie psychoruchowe, postawę naszego ciała oraz czasem przedłużającą się chorobę lokomocyjną.

Poniżej przedstawiam kilka propozycji ćwiczeń i oczywiście zapraszam do wspólnej zabawy z Dzieckiem ☐

1. PAPIEROWA KOSZYKÓWKA

Ze starych gazet mocno ściskamy papierowe kule, którymi następnie staramy się trafić do umieszczonego na różnej wysokości kosza zrobionego z miski, kartonu, kosza na bieliznę lub naszych ramion ☐

2. PRZEPRAWA PRZEZ RZEKĘ

Na dywanie - rzece - rozkładamy w nieregularny sposób „kamienie” - różnej wielkości poduszki, zagłówki od kanapy, plastikowe dyski. Zadaniem dziecka jest przeprowić się na drugi brzeg wyłącznie po rozrzuconych kamieniach i nie spaść do rwącej rzeki ☐

3. TUNEL

Kilka krzesel stawiamy jedno za drugim i przykrywamy kocem. Zadaniem dziecka jest przeczołgać się lub przeczworakować przez powstały w ten sposób tunel. A może Rodzic też spróbuje się przecisnąć ? ☐

4. WYŚCIGI RACZKÓW

Ustawiamy ciała w pozycji podporu tyłem (jak raczki☐). Na brzuchach kładziemy np. plastikowy kubeczek, który jak najszybciej staramy się przenieść z jednej części pokoju do drugiej. Kto wygrał? ☐

5. DROGA DO CELU

Na podłodze przyklejamy strzałki z kolorowej taśmy np. izolacyjnej, ustawione w różnych kierunkach. Zastaniamy dziecku oczy i naprowadzamy je na odpowiedni kierunek dotykając jego prawego ramienia (gdy ma skręcić w prawo) lub lewego ramienia (do skrętu w lewo) oraz głowy (gdy ma iść prosto).

Naprowadzać dziecko możemy również sygnałem dźwiękowym np. dzwoneczkiem, klaśnięciem w dłonie. Dziecko kieruje się do źródła dźwięku.

Mam nadzieję, że moje dzisiejsze propozycje zabaw również zostaną przez Państwa uwiecznione na zdjęciach, a następnie przesłane na adres: agnieszka.hajduk.college-med@wp.pl