

Zabawy sensoryczne:

1. Skaczące zajaczki

Potrzebujemy: 6 kolorowych kartek (np. czerwona, zielona, niebieska, żółta, pomarańczowa, fioletowa), kostka do gry (z naklejonymi takimi samymi kolorami jak przygotowane kartki) lub samodzielnie zrobiona kolorowa kostka do gry (ostatnia strona).



Kartki układamy na podłodze w dowolny sposób. Dziecko rzuca kostką, jego zadaniem jest skoczenie obunóż na wylosowany kolor kartki, dziecko stojąc na kartce rzuca ponownie i z tej kartki skacze obunóż na kolejno wylosowany kolor. Jeżeli dziecko stoi na kolorze niebieskim i ponownie wypadnie ten kolor, należy wykonać podskok. Zabawa trwa do momentu kiedy uda się dziecku skoczyć obunóż na każdy z kolorów przynajmniej raz.

Modyfikacje:

- W zabawie mogą brać udział 2 osoby, wtedy gdy zostanie wylosowany kolor, który jest zajęty przez drugą osobę, następuje strata kolejki i kolor zostaje nie zaliczony. Zabawa również trwa do momentu skoczenia przez każdą z osób przynajmniej raz na każdy z kolorów.
- Możemy skakać na jednej nodze,
- Możemy skakać do tyłu,
- Możemy przeskakiwać bokiem.



2. Domowy piasek kinetyczny

Jest to prosty i bezpieczny przepis na domową piaskownicę.

Potrzebujemy: mąka ziemniaczana ok. 3 szklanki, olej ok. 0,5 szklanki, miska.

Do miski wysypujemy mąkę i dodajemy olej, wszystko razem mieszamy.

Proponuje na początku nie wsypywać całej mąki i nie wlewać całego oleju.

Jeżeli dodadzą Państwo więcej mąki masa będzie bardziej sucha, sypka. Przy większej ilości oleju masa będzie się bardziej zbrylała i będzie bardziej wilgotna.

Teraz potrzebne są tylko akcesoria do zabawy w piasku. Udanego lepienia babek 😊

Możliwe modyfikacje:

- Zamiast mąki ziemniaczanej można użyć mąkę pszenną, lub pół na pół (mąka ziemniaczana i mąka pszenna).
- Piasek możemy podzielić na części i dodać różne barwniki spożywcze uzyskując np. zielony, niebieski, czy czerwony piasek.
- Do piasku można dodać zapachy do ciast, będzie to dodatkowa stymulacja zmysłu węchu.



3. „Raki”

Przyjmujemy pozycję raka – podpór tyłem, z palcami dłoni skierowanymi w stronę stóp, z nogami ugiętymi oraz z wysoko uniesionymi biodrami (najlepiej na wysokości kolan). W ten sposób możemy poruszać się do przodu, do tyłu.

Możemy zorganizować wyścig raków, wyznaczając start oraz metę. Możemy zagrać niezwykłą piłkę nożną.

Proszę tylko zwrócić uwagę czy biodra są uniesione mniej więcej na wysokość kolan.



4. Rzucanie do celu

Potrzebujemy: zwinięte skarpetki lub kulki z papieru np. gazety, taśma/sznurek, miska/pojemnik.

Na podłodze za pomocą taśmy/sznurka wyznaczamy linię z której będziemy rzucali kulkami z papieru lub skarpet. Na początku ustawiamy miskę/pojemnik w odległości ok. 1 metra od wyznaczonej linii, z czasem staramy się zwiększyć tę odległość, ale do takiej żeby dziecko potrafiło trafić do celu.



5. Zabawa ze spinaczami

Potrzebujemy: spinacze do bielizny

Zadaniem rodzica jest przypinać spinacze do ubrania dziecka nazywając poszczególne części ciała: stopa lewa i prawa, łydka lewa i prawa, kolano lewe i prawe, udo lewe i prawe, brzuch, klatka piersiowa, szyja, bark lewy i prawy, ramię lewe i prawe, łokieć lewy i prawy, przedramię lewe i prawe, dłoń lewa i prawa (przypinamy spinacz do rękawa w okolicy nadgarstka). Dla utrudnienia możemy przypiąć też spinacz do pleców w dolnej części bluzki oraz w górnej części w okolicy karku.

Zadaniem dziecka jest poodpinanie spinaczy używając w miarę możliwości chwytu pęsetowego – opuszki palców: kciuka oraz palca wskazującego.

Zachęcam również, aby dziecko samodzielnie przypinało spinacze.



Zdjęcie podglądowe zaczerpnięte ze strony www.nebule.pl

