

Rodziców, którzy chcą samodzielnie pracować z dziećmi zachęcam do skorzystania z zestawu ćwiczeń na motorykę małą i motorykę dużą. W artykule są także zabawy rozwijające analizę wzrokową i słuchową.

Ćwiczenia motoryki małej

Zestaw zabaw rozwijających sprawność motoryczną rąk

Uwaga! - należy zadbać o prawidłową pozycję dziecka przy pisaniu i rysowaniu - stopy na podłodze, plecy proste, łokcie leżą na biurku, prawidłowy jest chwyt pisaka, kartka (zeszyt) leży w pozycji – górny róg od strony ręki wiodącej lekko, skośnie do góry.

- swobodne bawienie na dużych arkuszach papieru, flamastrami, kredkami świecowymi, pastelami
- zamalowywanie dużych powierzchni farbami grubym pędzlem dziecko stoi (nie siedzi) przy stoliku odpowiedniej do jego wzrostu wysokości
- zamalowywanie obrazków w książeczkach do malowania
- kalkowanie obrazków
- obrysowywanie szablonów
- rysowanie po śladzie
- cięcie po narysowanych liniach - prostych frędzelki, - falistych serwetki
- wycinanie najpierw prostych, potem nieco bardziej skomplikowanych kształtów z papieru kolorowego
- modelowanie z plasteliny, ciastoliny, masy papierowej najpierw kuleczek, wałeczków; później form bardziej złożonych - zwierząt, postaci ludzkich, liter
- stemplowanie i kolorowanie
- wydzieranie z kolorowego papieru i naklejanie wydzieranki na papier
- rysowanie w liniach wzorów literopodobnych i szlaczków
- naśladowanie gry na pianinie, pisanie na maszynie
- odtwarzanie rytmu deszczu
- strząsanie wody z palców
- zginiatanie kartki papieru jedną ręką w małą kulkę
- zabawy pacynką
- nawlekanie koralików
- przewlekanie sznurowadeł
- przyszywanie guzików
- szycie prostymi ściegami
- rysowanie patykiem po ziemi
- faliste ruchy ramion - zabawa w przylot i odlot bocianów
- przy wolnym chodzie ruchy rąk jak podczas pływania żabką - zabawa w naukę pływania
- zabawa w pociągi - ruch rąk naśladuje obroty kół
- zabawa w pranie, rozwieszanie bielizny i prasowanie
- zabawa w gotowanie obiadu - naśladowanie wałkowania ciasta, mieszania gęstej zupy, kręcenia kranem, ubijania piany
- zabawa w rąbanie i piłowanie drzewa
- gry w pchełki, bierki, kręgle, bilard stołowy

- rzucanie woreczków lub piłeczek - kto dalej
- toczenie piłki do dołka
- zabawy z chwytaniem i rzucaniem piłki
- kozłowanie piłki
- przerzucanie piłki średniej wielkości z ręki prawej do lewej i podrzucanie jej raz prawą, raz lewą ręką
- podbijanie balonika wyłącznie palcami prawej i lewej ręki
- wypuszczanie piłeczki tenisowej z ręki w dół i próby chwytania jej w locie, samymi palcami - zanim odbije się od podłogi
- "rysowanie" palcami w powietrzu określonego przedmiotu.

Zabawy rozwijające motorykę duża

- chodzenie po narysowanej linii
- chodzenie po krawężniku
- pokonywanie krótkich dystansów z zamkniętymi oczami
- dotykanie na przemian prawym łokciem lewego kolana i odwrotnie
- zmiana kierunku biegu na sygnał, zgodnie z wcześniej wydanym poleceniem
- zwroty w określonym kierunku - w prawo, w lewo, w tył
- toczenie piłki do określonego miejsca
- rzucanie i łapanie piłki
- podrzucanie piłki do góry
- rzuty piłką do celu
- zabawy ze skakanką
- gra w gumę
- pokonywanie toru przeszkód
- naśladowanie ruchów zwierząt, ludzi, maszyn
- jazda na rowerze
- jazda na hulajnodze
- jazda na rolkach
- jazda na łyżwach
- jazda na nartach

Ćwiczenia rozwijające funkcje słuchowe i językowe

- poszukiwanie źródła dźwięku
- różnicowanie dźwięków podobnych
- różnicowanie odległości dochodzących dźwięków (blisko, daleko)
- rozpoznawanie, potem odtwarzanie głosów przyrody
- odtwarzanie sekwencji dźwiękowych
- odtwarzanie prostych dźwięków na instrumentach (flety, fujarki, cymbałki)
- układanie wzorów graficznych sekwencji dźwiękowych, np. z guzików lub kasztanów
- wykonywanie ćwiczeń ruchowych na określony sygnał
- naśladowanie głosów z otoczenia
- wyklaskiwanie sylab w wyrazie
- wystukiwanie głosek w wyrazie
- wyszukiwanie wyrazów rozpoczynających się lub kończących tą samą głoską, lub sylabą (zwrócić uwagę na bezdźwięczny wygłos w języku polskim)
- wskazywanie wyrazów w których słychać np. samogłoskę "a"
- liczenie samogłosek (np. "a") w usłyszanym wyrazie np. parawan - 3

- łączenie wypowiedzianych przez dorosłego głosek w wyraz, np. "A - l - a" "Ala"
- wyodrębnianie głosek w wyrazach wypowiedzianych przez dorosłego, np. "sowa" "s - o - w - a"
- kończenie rozpoczętych wyrazów
- wybieranie wyrazów rymujących się
- wysłuchiwanie i liczenie głosek w wyrazach
- analiza graficzna mowy - oznaczanie spółgłosek i samogłosek w wyrazie
- wysłuchiwanie i liczenie wyrazów oraz wyróżnianie pierwszego i ostatniego wyrazu w zdaniu
- kończenie rozpoczętych zdań
- analiza graficzna mowy - oznaczanie wyrazów w zdaniu przy pomocy np. prostokątów
- nauka krótkich wierszyków i piosenek
- zabawa w zapamiętywanie jak największej liczby słów. Dorosły wypowiada np. 3 słowa, zadaniem dziecka jest je powtórzyć. Stopniowo zwiększamy liczbę wypowiedzianych słów
- rozwiązywanie rebusów
- słuchowe wyszukiwanie wyrazów w wyrazach, np. w słowie „traktory” zawiera się słowo „tory”
- zabawa w słowa: mapa - aktor - robak - k... dorosły na zmianę z dzieckiem wypowiada wyrazy, każdy następny wyraz musi rozpoczynać się od takiej głoski jaką słyhać było na końcu wyrazu poprzedniego
- zabawa w głuchy telefon
- zabawa w „Język KA” – dodawanie dźwięku KA przed każdym wyrazem (wersja łatwiejsza) i przed każdą sylabą (wersja trudniejsza)
- słuchanie krótkich historyjek nagranych na CD i opowiadanie ich
- opowiadanie bajek i wierszyków przeczytanych przez dorosłego

Ćwiczenia rozwijające analizę wzrokową

- zabawy z puzzlami i układankami
- wyszukiwanie szczegółów różniących obrazki
- nazywanie spostrzeganych elementów
- kalkowanie obrazków
- przerysowywanie kształtów
- dorysowywanie brakujących elementów na obrazkach
- dobieranie w pary jednakowych obrazków (np. gra w "Piotrusia"), gra w domino obrazkowe
- składanie całości z elementów
- układanie różnych kompozycji i budowli według wzoru (klocki, mozaiki geometryczne, układanki)
- nazywanie części poszczególnych przedmiotów
- układanie liter według wzoru wykonanego przez dorosłego. bez odczytywania wyrazów
- szukanie w wyrazach, w tekstach określonej literki
- wycinanie, wydzieranie, lepienie liter i nazywanie ich
- dobieranie pierwszej litery do nazwy obrazka, np. rysunek kota - litera "k"
- odczytywanie liter, sylab i wyrazów zapisywanych palcem na plecach
- dobieranie podpisów do obrazków. Czytamy dziecku krótkie słowa, dziecko zapamiętuje je, (nie musi umieć czytać) a następnie dopasowuje podpis do obrazka

- składanie prostych wyrazów z rozsypanek literowych
- układanie w pary wyrazów (z rozsypanki wyrazowej) różniących się tylko jedną literą, np. las - los
- dobieranie parami liter dużych i małych, lub pisanych i drukowanych

Codziennie czytanie

Aby rozbudzić u dziecka ciekawość książek, zachęcić je do czytania, **należy już od najmłodszych lat codziennie czytać dziecku** książeczki np. na dobranoc, gdy już leży w łóżeczku albo wyznaczyć określoną porę dogodną dla rodziców i dzieci.

Następnie trzeba **porozmawiać** o treści przeczytanego tekstu w celu stwierdzenia:

czy dziecko zrozumiało sens? jaka była główna myśl czytanego opowiadania?

jaki wniosek można wyprowadzić? jak dziecko ocenia postępowanie bohatera...?

czy podoba mu się zakończenie ...i dlaczego? Można również zachęcić je do samodzielnego konstruowania innego, niż książkowe, zakończenia opowieści.

Do tego można dodać trochę "**zagadek językowych**", np.

- wymień imiona wszystkich dzieci, o których Ci czytałam,
- jaką zaczynają się głoską te imiona,
- wymyśl rym do imienia głównego bohatera,
- podam Ci 3 słowa, wskaż te które się rymują, itp.

Te zabawy rozwijają świadomość fonologiczną czyli świadome operowanie dźwiękami mowy - podstawową umiejętność potrzebną do pisania i czytania.

(za: prof. M. Bogdanowicz)

opracowała Anna Gajewska-Dorosz