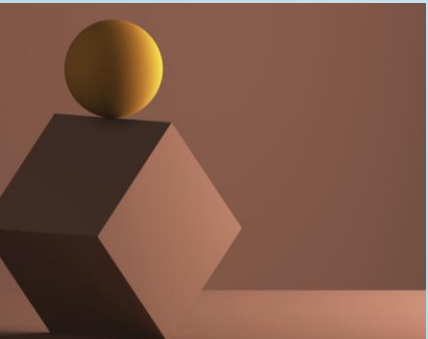


# Integracja sensoryczna -Nasze Zmysły

## PROPOZYCJE ĆWICZEŃ W DOMU

*30.03.2020 J. Niewiarowska -terapeuta integracji sensorycznej*



# Przygotowanie

**Proponujemy ćwiczenia/zabawy sensoryczne dla dziecka do wykorzystania w domu.**

Niezbędne do tego będzie przygotowanie „Pudełka sensorycznego”, w którym wspólnie z dzieckiem zgromadzimy różne potrzebne rzeczy znajdujące się w domowym otoczeniu.

Pamiętamy o nadzorze rodzicielskim i bezpieczeństwie.

- Oto przykłady zabaw kształtujących zmysły.

# Węch



## Stymulacja zmysłu węchu.



Do prowadzenia zabaw kształtujących zmysł węchu przydadzą się: różne pachnące przyprawy, zioła np. mięta, środki kosmetyczne np. krem, oliwka dla dzieci, owoce, warzywa,.



Zabawę w rozpoznawanie zapachów prowadzimy z zamkniętymi oczami. Zawiążmy dziecku oczy delikatną apaszką, chusteczką. Rozpoczynamy od zapachów najbardziej przyjemnych dla dziecka aż do tych niemiłych, których unika.



Substancje zapachowe można umieścić na osobnych płatkach kosmetycznych. Nie podajemy zapachów bezpośrednio pod nos, ale w lekkim oddaleniu.



Używajmy świeżego powietrza lub zapachu zmielonej kawy jako neutralizator przed ekspozycją kolejnego. Zmieniamy zapachy, wprowadźmy rywalizację, zdobywanie punktów. Treningowi towarzyszy śmiech i radość.

# Dotyk



## Stymulacja zmysłu dotyku.



Do masowania zgromadźmy przedmioty o różnych fakturach: miękkie twarde, szorstkie, gładkie, z kolcami, gąbki, waciki, pędzle itp.



Dziecko leży na plecach. Na początek ćwiczeń zastosujemy masaż rąk i nóg dziecka, użyjemy do tego szczoteczki lub szorstkiej gąbki.



Masujemy jednym z w/w przedmiotów w sposób zdecydowany od ramion do końca palców dłoni, potem od ramion przez boki tułowia, nogi aż do palców stóp. Po kilku powtórkach stosujemy lekkie ugniatanie, głaskanie, opukiwanie, ściskanie omijając stawy.

# Słuch



## Stymulacja zmysłu słuchu.



Do zabawy wykorzystujemy przeróżne zabawki grające, gwizdek, trąbką, przedmioty kuchenne (garnek, pokrywki, drewniane łyżki), budzik lub telefon z funkcją budzika.



Zabawę można rozpocząć od wsłuchiwania się w dźwięki płynące z otoczenia. Dziecko wskazuje kierunek pochodzenia (górną, dół, zza ściany, prawa, lewa itp.)



Dziecko stara się rozpoznać dźwięk i nazwać go. Dobrą zabawą jest też mówienie do ucha przez tubę z papieru, wykorzystanie szklanki przyłożonej do ściany.

# Smak



## Stymulacja zmysłu smaku



Do zabaw kształtujących smak wykorzystujemy dostępne owoce, warzywa, napoje, przyprawy o różnych smakach: kwaśne, słodkie, gorzkie itp. Przygotujmy szklankę z wodą do przepłukania ust i chusteczki.



Zadaniem dziecka jest określenie rodzaju smaku, co mu przypomina, do jakiej potrawy jest używany itp. Zabawy wykonujemy z zamkniętymi oczami.

# Nasze zmysły potrzebują wrażeń



Zapraszam do zabawy. W razie pytań i wątpliwości można się ze mną skontaktować poprzez e-dziennik lub nr telefonu udostępniony Państwu do kontaktu.



Czekamy na zdjęcia zabaw, filmiki i Wasze pomysły, które i my chętnie wykorzystamy w swojej pracy.



Do zobaczenia na wspólnych zajęciach integracji sensorycznej.