#  Propozycje zajęć rewalidacyjnych



#### Propozycje ćwiczeń rozwijających funkcje motoryczno-percepcyjne

* ***Składanie całości z części***
* Układanie puzzli (zadaniem dziecka jest ułożenie obrazka z puzzli od kilku do kilkudziesięciu części).
* Układanie pociętych obrazków (zadaniem dziecka jest ułożenie całego obrazka np. pocztówki).
* Składanie z różnych przedmiotów np. zwierzątek , przedmiotów (zadaniem dziecka jest składanie np. z włóczki, papieru, bibuły, klocków jakiś zwierzątek itp.).
* *Ćwiczenia usprawniające manualnie.*
* wycinanie (zadaniem dziecka jest cięcie nożyczkami papieru po linii prostej, falującej, łamanej, krzywej, wycinanie z różnych materiałów itp.)
* malowanie jednocześnie obydwiema rękami na dużym arkuszu papieru, malowanie palcem,
* malowanie farbami (dziecko pędzlem maluje różne linie: poziome, krzywe, pionowe, kółka itp.).
* zamalowywaniem dużych płaszczyzn od strony lewej do prawej,
* zabawy ruchowo- graficzne- wodzenie palcem po wzorze, rysowanie ołówkiem,



* wydzieranie łatwych kształtów,
* obrysowywanie rąk i innych przedmiotów (zadaniem dziecka jest obrysowanie swoich rąk lub innych przedmiotów).

*Propozycje ćwiczenia usprawniające koordynację wzrokową i ruchową*

* *Podnoszenie ogólnej sprawności i koordynacji ciała.*
* chodzenie po szarfie lub tasiemce (rodzic rozkłada na podłodze szarfy tworząc różne linie, zadaniem dziecka jest przejść po nich).
* tor przeszkód (zadaniem dziecka jest pokonanie przygotowanego dla niego toru przeszkód np. przeskoczenie jakichś przedmiotów, ominięcie przeszkody, przejście pod stołkiem itp.).
* zabawy z piłką (różne zabawy z piłką np. kopanie, toczenie, rzucanie itp.).
* wykonywanie prostych ćwiczeń (pajacyków, przysiadów, bieg).
* chodzenie z książką na głowie (zadaniem dziecka jest spacer z książką na głowie).
* przy pomocy krzeseł układamy slalom ( blisko siebie). Mają one być drzewami rosnącymi w lesie, dziecko musi przejść pomiędzy drzewami, ale nie może żadnego dotknąć.
* *Usprawnianie manipulacji przedmiotami.*
* rozpoznawanie przedmiotów z zamkniętymi oczami (rodzic zawiązuje dziecku oczy
i podaje różne przedmioty, zadaniem dziecka jest za pomocą dotyku odgadnięcie co to za przedmiot).
* zabawa z piłeczką lub woreczkiem (zadaniem dziecka jest rzucanie do celu woreczkiem lub piłeczką).
* *Usprawnianie precyzyjnych ruchów rąk i ich współdziałanie.*
	+ lepienie z plasteliny (zadaniem dziecka jest ulepienie z plasteliny np. ulubionych zwierzątek)
	+ nawlekanie koralików na sznurek (zadaniem dziecka jest nawlekanie koralików na sznurek).
	+ wydzieranie (dziecko tworzy dowolny obrazek z wydzieranek)
* przelewanie (zabawa polega na przelewaniu wody oraz przesypywaniu ziarenek do różnych naczyń.

*Zabawy paluszkowe – motoryka mała*

**Grota misia**

***Tu jest grota***. (pokaż pięść)
***W środku miś*** (zegnij kciuk i wsadź pod złożone palce)
***Proszę, misiu, na dwór wyjdź*** (zastukaj w pięść)
***O! Wyszedł miś.*** (wysuń kciuk)

**Idzie myszka**

***Idzie myszka do braciszka*** (prowadzimy palce po ręce dziecka)
***Tu wskoczyła*** (szybko wsuwamy palec za kołnierz lub pod koszulkę)
***Tu się skryła*.** (wsuwamy rękę w rękaw)

* *Ćwiczenia oddechowe*

„GRA W WĘŻA”

- dziecko siada na krześle z wyprostowanymi plecami.

- ręce kładzie na brzuchu i koncentruje się na poleceniach, które od nas usłyszy.

- teraz przez 4 sekund wciąga powietrze nosem tak, aby czuło, że rośnie mu brzuch.

- następnie zadaniem jest powolne wypuszczanie powietrza przez zaciśnięte zęby, tak by usłyszała jak najdłuższe syczenie węża.

 Ćwiczenia relaksacyjne – ilustrowanie ruchem spadającego liścia w rytm muzyki.