

ZESPÓŁ WCZESNEGO WSPOMAGANIA ROZWOJU DZIECKA

/ Propozycje ćwiczeń/

Drodzy Rodzice!

Z uwagi na obecną sytuację ważne jest abyście w tym trudnym dla nas wszystkich momencie zadbali o codzienną dawkę stymulacji waszego dziecka, dlatego przedstawiamy przykłady ćwiczeń niech posłużą jako inspiracja, czerpcie z tego i bawcie się dobrze.



Ćwiczenia z Integracji Sensorycznej w domu

WAŻNE:

- Zawsze jako bazę traktujemy ćwiczenia w obszarze propriocepcji
- Wybieramy 4 ćwiczenia w ciągu dnia lub rzadziej (wg potrzeby dziecka) z układu proprioceptywnego, 2x z innego obszaru,
- Obserwujemy dziecko. Niestety zaburzenia integracji sensorycznej wymagają indywidualnej oceny, nie każde dziecko będzie tak samo reagowało na stymulację. Jeżeli zaobserwujecie Państwo, że dziecko po ćwiczeniu jest podenerwowane, pobudzone, chaotyczne- zmniejszcie intensywność, zmieńcie zadanie lub dodajcie więcej zadań z obszaru propriocepcji.

Ćwiczenia:

• PROPRIOCEPCJA

1. Dziecko wchodzi do poszewki na kołdrę, przemieszcza się w niej, można dziecko przytrzymywać, żeby musiało precyzyjnie się przesuwać przez nasze ręce.
2. Zawijamy dziecko w koc lub w kołdrę i mocno uciskamy całe ciało
3. Kanapka - przyciskamy dziecko złożoną na 4 kołdrę, dziecko musi się wyczołgać spod ucisku. Powtarzamy 6 razy.
4. Wskakiwanie i zaskakiwanie obunóż ze schodów na wysokość 2 piętra (jeśli jest taka możliwość)

5. Robienie orła na podłodze
6. Pływanie na sucho w pozycji na brzuchu
7. Siłowanie się na ręce
8. Taczki - trzymamy dziecko na wysokości ud. Dzieci ze słabym napięciem mięśni posturalnych robią taczki leżąc na jajowatej piłce rehabilitacyjnej
9. Naśladowanie chodu różnych zwierząt: kaczka, żaba, pies, słoń, rak, pająk, wąż. Podczas naśladowania każdego ze zwierząt dziecko musi przenieść 8 przedmiotów w drugi kąć pokoju.
10. Pchanie i ciągnięcie różnych przedmiotów, np. zgrzewki wody
11. Maszerowanie, bieg w miejscu, bieg z kopaniem w pośladki, unoszenie nóg do boku z ciężarkami na nogach
12. Wymachy ramion, zataczanie kół ramionami, utrzymywanie wyprostowanych rąk, pajacyki z ciężarkami na nadgarstkach
13. Przyjmowanie i jak najdłuższe utrzymywanie pozycji „bocian” i „jaskółka” z zamkniętymi oczami.
14. Wyprosty- dziecko leży na brzuchu, ręce wyciągnięte do przodu, nogi złączone. Dziecko podnosi wyprostowane ręce i nogi, zgniata jednocześnie w obu dłoniach gazety i rzuca przed siebie.
15. Wyprosty- dziecko leży na brzuchu, ręce wyciągnięte do przodu, nogi złączone. Dziecko podnosi wyprostowane ręce i nogi, utrzymuje tę pozycję najdłużej jak się da - można bić rekordy,
16. Wyprosty- dziecko leży na brzuchu, ręce wyciągnięte do przodu, nogi złączone. Dziecko podnosi wyprostowane ręce i nogi- odbijanie balona zawieszzonego na sznurku, trzymanego przez rodzica.
17. Masaż i mocne dociskanie całego ciała- uciskamy ręce z dłońmi, nogi ze stopami, głowę, ramiona, plecy wzdłuż linii kręgosłupa. Uciskać możemy dłońmi, piłkami, poduchami, wałkami.
18. Słoniowate, mocne podskoki
19. Wyskoki z przysiadu
20. Ściskanie różnych piłek (rehabilitacyjnych) - całymi dłońmi, palcami, poszczególnymi palcami z kciukiem

PRZEDSIONEK

1. Naleśnik- zawijamy dziecko w koc lub kołdrę. Dziecko musi się wyturlać. Powtarzamy 6 razy
2. Skakanie na piłce z uszami - dziecko musi w ten sposób przenieść 10 klocków na drugi koniec mieszkania
3. Skakanie przez gumę
4. Skakanie na trampolinie, pajacyki na trampolinie, zaskakiwanie z trampoliny na sygnał dźwiękowy, skakanie na trampolinie i łapankę piłki, skakanie na trampolinie z uderzaniem stopami o pupę.
5. Kołyski na brzuchu i plecach
6. Turlanie- dziecko leży na plecach, nogi złączone, ręce wyciągnięte nad głowę. W dłoniach dziecko trzyma przedmiot i cały czas na niego patrzy. Turlając się przenosi przedmiot na drugi koniec pokoju
7. Kręcenie na obrotowym krześle - z różnym odchyleniem głowy.(5 obrotów stop, 5 obrotów w drugą stronę stop). Robimy stop i pokazujemy obrazek, literę, cyfrę, wyraz, kolor- dziecko ma zadanie udzielić odpowiedzi co jest na obrazku.
8. Zaskakiwanie z łóżka na wyznaczone miejsca, np rozłożone kolorowe ubrania- skocz na żółty, czerwony, czarny itp.

9. Dźwięk- ruch. Na określony sygnał dźwiękowy dziecko wykonuje konkretny ruch, np. jak klasnę to się turlasz a jak tupnę to skaczesz. Możemy dodawać coraz więcej sygnałów i ruchów ćwicząc przy okazji ćwiczymy pamięć.
10. Turlamy dziecko na piłce rehabilitacyjnej w leżeniu na brzuchu i na plecach
11. Huśtawka
12. U młodszych (lżejszych) dzieci samoloty na rękach rodzica - w leżeniu na brzuchu i na plecach
13. Podrzucanie dziecka
14. Turlanie przez nogi rodzica lub inne przeszkody
15. Odbijanie stopami piłki w pozycji kołyski na plecach
16. Bujanie w kocu

DOTYK

1. Zabawy w kiślu, piance do golenia, fasola, makaron, ciecierzycy- przesypywanie z pojemnika do pojemnika
2. Zróbcie sami masę solną, gniotki, ciastolinę, glinę itp.
3. Malowanie ciała dziecka pędzlami malarskimi o różnej grubości włosia- zaczynamy najbardziej frapującym i twardym, przechodzimy do łaskoczącego i kończymy znów na najtwardszym
4. Szukanie skarbów(zabawek, puzzli, itd.) w pudełku z surowym ryżem, makaronem, grochem, ciecierzycą.
5. Oddzielanie grochu od ryżu
6. Turlanie, pełzanie, chodzenie, leżenie po macie zrobionej z gąbek do zmywania, mycia, druciaków, guzików, szczotek, piłek, maskotek itd. ,co macie pod ręką
7. Masażyki na plecach, twarzy, można zgadywać co namalowałam lub opowiadać wierszyk, np. Piszę pani na maszynie, idzie Pani na szpileczkach itd..
8. Masowanie ciała gąbkami, myjkami o różnej fakturze
9. Szczotkowanie dłoni i przedramion pędzlami, szczotkami
10. Stymulacja wibracjami - urządzeniem do masażu, ostrożnie –obserwujemy dziecko!
11. Rozpoznawanie dotykiem przedmiotów schowanych w pudełku, worku i określanie ich cech, wielkości, kształtu, koloru,
12. Zgniatanie, darcie kawałków gazet
13. Malowanie farbami dłońmi i stopami
14. Ścieżki sensoryczne z materiałów, wycieraczek o różnych fakturach-chodzenie po nich bosymi stopami

RÓWNOWAGA, KOORDYNACJA

1. Zabawy z balonami, piłkami- odbijanie głową, rękami, paletką lub deską do krojenia trzymaną oburącz
2. Rzuty do celu
3. Chodzenie po zbudowanych wspólnie torach przeszkód
4. Chodzenie po narysowanej linii, przyklejonej na podłodze taśmie malarskiej stopa za stopą, bokiem, do tyłu, z jednoczesnym skrętem głowy do boku
5. Podrzucanie i łapanie piłki z utrudnieniami, np. klaśnięciem, wielokrotnym klaśnięciem, przysiadłem, obrotem.
6. Tor przeszkód z pokonywaniem różnych wysokości i podłoży, np przejdź z łóżka na krzesło, z krzesła na zwiniętą miękką kołdrę a dalej na twardą wycieraczkę, następnie pod

stołem, wrzucić maskotkę do pudełka, położyć maskotkę obok pudełka, za pudełko, przed itd. Uczymy przy okazji orientację przestrzenną.

7. Zabawa w lustro- odzwierciedlanie póz i ułożenia ciała w przestrzeni.

Zorganizujemy tzw. **KĄCIK CISZY**, z kartonu, koca. Chodzi o miejsce w którym dziecko będzie mogło odciąć się od nadmiaru bodźców, w którym będzie czuło się bezpiecznie i dobrze. Takie miejsce potrzebne jest by układ nerwowy mógł się wyciszyć i przetworzyć bodźce sensoryczne.

Rehabilitacja ruchowa- ćwiczenia

Rozciąganie bocznej strony tułowia w leżeniu na plecach

1. Całe ciało łącznie z rękoma i nogami zegnij do boku i wygnij w „łuk”.
2. Lewą ręką chwyć za nadgarstek prawej ręki.
3. Prawą nogę skrzyżuj nad lewą nogą, zwiększając tym samym zakres wygięcia.
4. Pozycja jw. z maksymalnym wypchnięciem miednicy do boku i przesunięciem kończyn dolnych i górnych w kierunku przeciwnym.

Sposób wykonania.

Lewą dłonią obejmij prawą i ciągnąc do siebie, pogłębiaj zgięcie górnej części tułowia w lewo. Obie kończyny przesuwaj w lewo. Na koniec, gdy wykonasz już ruch w możliwie jak największym zakresie, prawa noga skrzyżuje się nad lewą. W pozycji rozciągnięcia staraj się spokojnie i miarowo oddychać. Po kilku spokojnych, głębokich oddechach możesz spróbować powrócić do pogłębiania wychylenia w bok, poruszając kończynami ponownie w lewo. Wytrzymaj kilkadziesiąt sekund w maksymalnej pozycji końcowej, a następnie powróć do pozycji umożliwiającej pełne rozluźnienie.

Powtórzenia po 30 s.

Ilość powtórzeń 2x każdą na stronę

Automobilizacja rotacyjna tułowia w pozycji leżącej

1. Pozycja leżąca na boku. Wyprostuj nogę leżącą na podłodze.
2. Drugą, leżącą wyżej, zegnij w stawach biodrowym i kolanowym pod kątem 90o.
3. Kolano oprzyj przed tułowiem na podłodze i stabilizuj dodatkowo ręką.
4. Pod żebra, dla zwiększenia intensywności rozciągania, podłóż miękką matę, poduszkę („jasiek”) lub mały zrolowany ręcznik.
5. Wyprostuj położoną wyżej rękę do góry i na skos (patrz kierunek strzałek).
6. Głowę skręć w kierunku obrotu tułowia.
7. Pozycja jw. Pogłębiaj do momentu pojawienia się silnego uczucia rozciągania i/lub końcowego zakresu ruchu rotacji kręgosłupa. Nogi pozostaw nieruchome.

Sposób wykonania.

Powoli przemieszczaj w kierunku podłogi położony na górze staw barkowy oraz rozciągając go przekątnej do góry i w skos rękę (w prezentowanym przypadku powoduje to rotację w prawo całego kręgosłupa). Podczas wydechu położony wyżej bark porusza się stopniowo w kierunku podłogi.

Ćwiczenia wzmacniające mięśnie brzucha

1. Pw. leżenie tyłem, ramiona wzdłuż tułowia, kończyny dolne w trójzgięciu

- R- wciskanie kręgosłupa w odcinku lędźwiowym w podłogę z równoczesnym napięciem mięśni brzucha, wytrzymać 10s., liczymy do 10 na głos
2. Pw. leżenie tyłem, ramiona wzdłuż tułowia, kończyny dolne w trójzgięciu,
R- rodzic spycha kolana raz na prawą, raz na lewą stronę (dziecko próbuje utrzymać kolana bez ruchu przez 10s.), zabawa do 10 wygranych
 3. Pw. klęk podparty
R- prawe kolano dociągamy do prawego łokcia 20x(następnie lewe kolano do lewego łokcia)
 4. Pw. klęk podparty
R- prawe kolano dociągamy do lewego łokcia 20x(następnie lewe kolano do prawego łokcia)
 5. Pw. leżenie tyłem, ramiona wzdłuż tułowia, kończyny dolne w trójzgięciu
R- chwytnymi stopami woreczek i przekładamy za głowę 20x
 6. Pw. siad ugięty przed wiaderkiem.
R- chwytnymi stopami piłkę i staramy się trafić piłkę do wiaderka 10x

Ćwiczenia równoważne

1. Pw. klęk podparty.
R- zginamy prawą kończynę górną i utrzymujemy ją przez 30s.(następnie lewą kończynę górną)
2. Pw. klęk podparty.
R- prostujemy prawą kończynę dolną i utrzymujemy ją przez 30s. (następnie prawą kończynę dolną)
3. Pw. klęk podparty.
R- zginamy lewą kończynę górną i prostujemy prawą kończynę dolną, utrzymujemy je przez 30s. (następnie prawą kończynę górną i lewą kończynę dolną)
4. Pw. stanie przed linią
R- chodzenie po linii stopa za stopą, ramiona w bok
5. Jaskółka- stań ze złączonymi nogami. Pochyl tułów do przodu i jednocześnie wyciągnij jedną nogę do tyłu. Dla lepszej równowagi rozłóż ręce na boki. Tułów i noga powinny znajdować się równoległe do podłoża. Wytrzymaj ok. 6 sekund i zmień nogę. Powtórz ćwiczenie po 3 razy na każdą stronę.

Ćwiczenia propriocepcji kończyn dolnych:

- wciskanie piętę w materac,
- chodzenie na piętach,
- wciskanie piłki w ścianę,
- turlanie piłki stopami po ścianie w różnych kierunkach,
- kopanie piłki piętą do tyłu.

Gry i zabawy ruchowe:

- z piłką do nogi (kopanie piłki, strzelanie do bramki, w pacholki, podawanie do koleżanki wewnętrzną krawędzią stopy piłki po ziemi, podbijanie piłki wewnętrzną stroną stopy),
- z piłką do kosza (podawanie piłki oburącz, naprzemiennie prawą i lewą ręką po podłodze, górą, kozłem, ćwiczenia chwytania piłki oburącz, rzucanie piłki w pacholki, kręgle do kosza),
- woreczki (ćwiczenia wysklepienia stóp, przekładanie woreczków z materaca na materac, do hula-hop, szarf, trafianie woreczkami rękoma do wiaderek, szarf, hula-hop)

- laski gimnastyczne(próbowanie podniesienia laski stopami i utrzymanie jej 30s., skakanie przez laski gimnastyczne obunóż)

We wszystkich ćwiczeniach pamiętajmy o utrzymaniu prawidłowej postawy ciała!!!

Ćwiczenia pedagogiczne

Ćwiczenia percepcji wzrokowej:

- obserwacja poruszających się przedmiotów;
- wodzenie wzrokiem za źródłem światła;
- oglądanie książeczek, gazet, czasopism;
- segregowanie obrazków w grupy tematyczne;
- dobieranie w pary takich samych obrazków;
- odnajdywanie na obrazkach drobnych szczegółów;
- dostrzeganie różnic i podobieństw na ilustracjach;
- uzupełnianie brakujących elementów;
- dostrzeganie rytmów, szeregowanie;
- budowanie konstrukcji z klocków;
- odtwarzanie prostych układanek przestrzennych;
- układanie puzzli, składanie pociętego obrazka.

Ćwiczenia percepcji słuchowej:

- słuchanie muzyki relaksacyjnej, piosenek dla dzieci;
- słuchanie czytanych wierszy, bajek, opowiadań;
- zachęcanie do samodzielnego wytwarzania dźwięków;
- zastosowanie zabawek grających: pozytywek, grzechotek, instrumentów muzycznych;
- wysłuchiwanie, rozpoznawanie i naśladowanie dźwięków z najbliższego otoczenia (odgłosy przyrody, odgłosy zwierząt, ulicy, przedmioty codziennego użytku);
- przyporządkowywanie dźwięku do obrazka.

Ćwiczenia motoryki małej:

- zabawy paluszkowe;
- masaż dłoni i palców z zastosowaniem różnych faktur;
- chwytanie elementów całą dłonią, palcami, szczypcami;
- wkładanie i wyjmowanie przedmiotów z pojemników;
- nakładanie kółek na paliki;
- modelowanie w masach plastycznych;
- zabawy w materiałach sypkich, płynnych;
- budowanie z klocków;
- zabawy z papierem i bibułą: gniecenie, wydzieranie.;
- cięcie nożyczkami;
- rysowanie kredkami, malowanie farbami, stemplowanie;
- wkręcanie różnej wielkości śrubek, nakrętek;
- zapinanie klamerek;
- nawlekanie koralików na sznurek;
- przewlekanie tasiemek przez otwory;
- wkładanie elementów do właściwych otworów.

Ćwiczenia koordynacji wzrokowo - ruchowej:

- segregowanie elementów wg określonej cechy (koloru, kształtu, wielkości itp.);
- wkładanie elementów do odpowiednich otworów;
- dobieranie brakujących elementów układanek;

- nakładanie kółek na paliki;
- nawlekanie elementów na sznurek;
- przewlekanie tasiemek przez otwory;
- szeregowanie klocków, proste budowle;
- rysowanie kredkami, malowanie farbami;
- wydzieranie z papieru, bibuły;
- modelowanie z plasteliny;
- pisanie po śladzie, łączenie kropek;
- obrysowywanie szablonów;
- wypełnianie konturów kolorem, wyklejanie;
- cięcie nożyczkami wzdłuż linii, wycinanie różnych kształtów.

Ćwiczenia naśladowania:

- odtwarzanie schematów zachowań, mimiki;
- szeregowanie elementów wg schematu;
- tworzenie konstrukcji wg wzoru;
- nawlekanie elementów wg schematu;
- odtwarzanie odgłosów z otoczenia;
- naśladowanie w rysowaniu, malowaniu, lepieniu, wydzieraniu, klejeniu, wycinaniu;

Ćwiczenia funkcji poznawczych:

- poznawanie przedmiotów i czynności na obrazkach, w najbliższym otoczeniu;
- zabawy zmysłowe: dotyk, smak, zapach;
- poznawanie kolorów;
- poznawanie liter alfabetu, cyfr, utrwalanie kształtu;
- przeliczanie, pojęcia: mniej, więcej, tyle samo;
- dodawanie, odejmowanie elementów;
- poznawanie figur geometrycznych;
- poznawanie zawodów;
- poznawanie owoców, warzyw, roślinności;
- poznawanie zwierząt domowych i egzotycznych;
- pory dnia, dni tygodnia, miesiące, pory roku;
- poznawanie zjawisk atmosferycznych;
- pojęcia : krótki, długi, mały, duży, taki sam;
- orientacja przestrzenna, pojęcia: nad- pod, przed – za;
- orientacja kierunkowa: prawo-lewo;
- orientacja w schemacie ciała;
- nauka imienia, nazwiska, miejsca zamieszkania;
- rozwiązywanie zagadek tematycznych, krzyżówek;
- układanie historyjek obrazkowych.

Ćwiczenia samodzielności:

- sygnalizowanie potrzeb fizjologicznych;
- utrwalanie nawyków higienicznych;
- samodzielne ubieranie się i rozbieranie z odzieży,
- wdrażanie do samodzielnego jedzenia i picia.

ĆWICZENIA LOGOPEDYCZNE

Ćwiczenia zachowań kluczowych

- ✓ ćwiczenie spokojnego siedzenia

- ✓ nawiązanie kontaktu wzrokowego
- ✓ koncentrowanie uwagi na przedmiocie lub osobie

ĆWICZENIA ODDECHOWE (polegające na świadomym regulowaniu wdechu i wydechu)

- ✓ wdech przez nos, wydech przez usta
- ✓ wdech przez usta i wydech nosem
- ✓ przenoszenie za pomocą słomki np. kawałków watki
- ✓ zdmuchiwanie i dmuchanie na płomyk świecy
- ✓ dmuchanie na skrawki papieru, piórka, wiatraczek,
- ✓ puszczenie baniek mydlanych

Ćwiczenia fonacyjne

- ✓ ćwiczenia głosowe na samogłoskach; a, o, e, u, y, i na spółgłosce itp. **m** itp. mruczenie przez nos z wydłużeniem **m**
 - wymawianie samogłosek pojedynczo, przedłużanie ich artykulacji
 - łączenie samogłosek np.. z głoską **m**, **maaa**, **moou** itp. (tworzenie sylab)
- ✓ naśladowanie głosów zwierząt, otoczenia, przyrody(ćwiczenia dźwiękonaśladowcze)
 - podawanie dźwięków i nadawanie im znaczenia (przyporządkowywanie obrazków)
 - powtarzanie ćwiczeń za rodzicem
 - różnicowanie słuchowe dwóch onomatopei itp. ko, ko, (kura) itp.(w przypadku dzieci młodszych)

Usprawnianie pracy narządów artykulacyjnych

- ❖ *Ćwiczenia języka*
 - ✓ wysunięty język przesuwać poziomo z jednej strony na drugą
 - ✓ przesuwać wysunięty język wokół szeroko otwartych szeroko ust, tzn. oblizywać dolną i górną wargę ruchem okrężnym
 - ✓ wysunąć język w linii prostej jak najdalej na zewnątrz, utrzymując go w płaszczyźnie poziomej
 - ✓ przesuwać język po zewnętrznych powierzchniach górnych i dolnych zębów
 - ✓ wysuwać język „szeroko” w kierunku brody i unieść go do nosa przy opuszczonej żuchwie
 - ✓ wykonać kilkakrotnie mlaskanie czubkiem języka
 - ✓ kłaskanie
- ❖ *Ćwiczenia warg*
 - ✓ ściągnąć usta jak przy samogłosce „u”, a następnie spłaszczyć cofając kąciki ust do tyłu, jak przy artykulacji „i”, u-i
 - ✓ naśladowanie karetki i- u i-u
 - ✓ cmokanie (całuski)
 - ✓ wprawianie ust w drganie (parskanie)
 - ✓ zakładanie dolnej wargi na górną i górnej na dolną.

Ćwiczenia słuchu fonematycznego

- ✓ Zabawy z cyklu- Co słyszysz?
- ✓ Co słyhać w nagłosie np. E –la, O – la , słoń, dom itp.
- ✓ Wyodrębnianie głoski w wygłosie,(na końcu wyrazu) itp. lassss
- ✓ Potrafi rozpoznać ćwiczoną samogłoskę , czy spółgłoskę wśród innych
- ✓ Różnicowanie wyrazów, które różnią się tylko jedną głoską itp.: bułka – półka, koza – kosa, domek – Tomek itp.

- ✓ Wyodrębnianie sylaby na początku wyrazu(ćwiczenia z użyciem obrazków rozpoczynających się taką samą sylabą itp. sza –szafa, sza- szalik itp.)
- ✓ Naśladowanie usłyszanych sylab,(wyklaskiwanie itp. ma-ma, ba-ba), tworzenie wyrazów z sylab
- ✓ Ćwiczenia artykulacyjne głosek błędnie wymawianych
- ✓ Powtarzanie rymowanek, krótkich wierszy
- ✓ Uzupełnianie sekwencji i szeregów
- ✓ Wskazywanie relacji
- ✓ Uczenie myślenia przyczynowo – skutkowego (historyjki obrazkowe)

Ćwiczenia rozwijające i wzbogacające słownictwo

- ✓ Udzielanie przez dziecko odpowiedzi na pytania zadawane przez rodzica: Kto to? Co robi mama? itp.(Zwracamy uwagę, aby dziecko odpowiadało całym zdaniem, na miarę swoich możliwości)
- ✓ Wprowadzanie dialogu –układanie i opowiadanie obrazków, historyjek obrazkowych (z pomocą rodzica)
- ✓ Wykorzystywanie wierszy , piosenek, bajek do pracy z dzieckiem
- ✓ Zabawy tematyczne
- ✓ Prowokowanie do zadawania pytań (itp. zabawy z porównywaniem przedmiotów.)
- ✓ Zachęcanie dziecka do wypowiadania się o tym, co widzi, co przeżyło, kształtuje to ekspresję słowną.
- ✓ Rozszerzanie zasobu słownictwa dotyczących treści zaobserwowanych w otoczeniu.
- ✓ Omawianie treści obrazków – formułowanie prostych zdań
- ✓ Odnajdywanie różnic i podobieństw na obrazkach
- ✓ Zadawanie pytań i wymuszające jednoznaczną krótką odpowiedź (np. tak lub nie), ewentualnie sugerujące odpowiedź
- ✓ ćwiczenia w aktualizowaniu szeregów nawykowych (tj. mówienie zautomatyzowanych ciągów słownych, np. liczenie dni tygodnia, miesiąca itp.)
- ✓ ćwiczenia z wykorzystaniem pokazu różnych czynności w celu pobudzenia dziecka do ich nazywania
- ✓ ćwiczenia rozbudowujące słownictwo poprzez wykorzystanie procesu kategoryzacji, (np. meble, owoce itp.)
- ✓ ćwiczenie analizy wzrokowo – literowej wyrazu, tj. układanie wyrazów z liter i pisanie ich pod dyktando lub przepisywanie (starsze dzieci)
- ✓ ćwiczenia wykorzystujące dźwiękowo – literową analizę wyrazu(tj. dokonywanie głoskowej i sylabowej analizy wyrazów) (starsze dzieci)

Są to tylko niektóre przykładowe ćwiczenia . Proszę rodziców o kontynuowanie i powtarzanie ćwiczeń , które zamieszczone są w zeszytach dzieci.

Psycholog

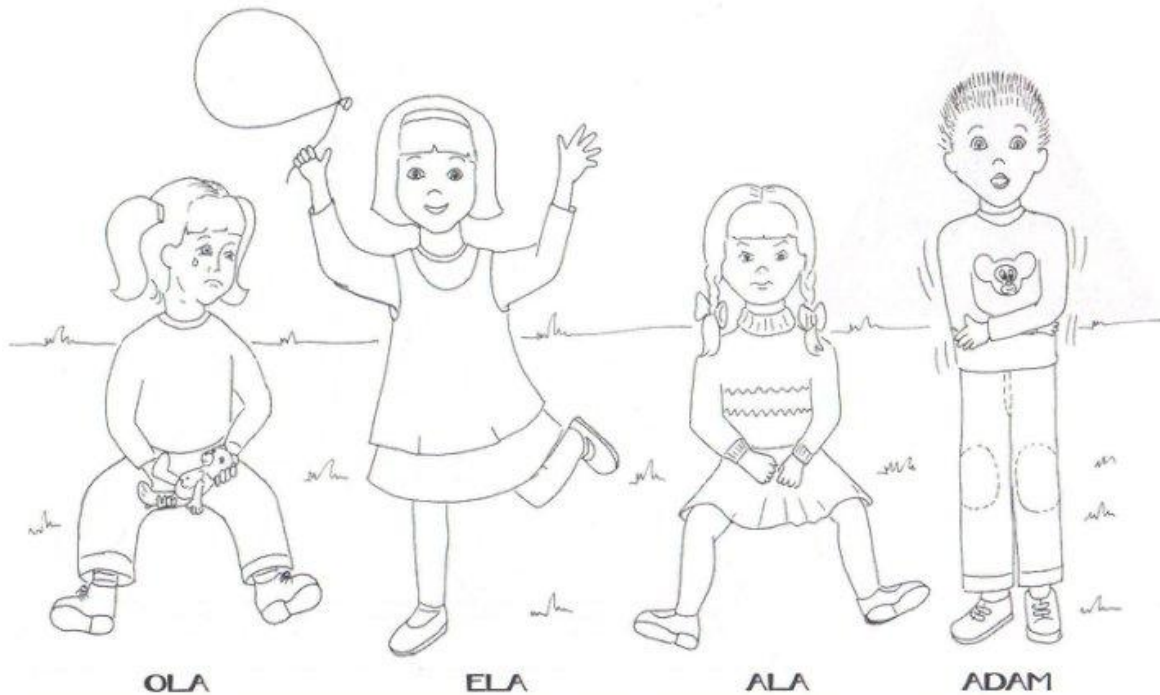
Ćwiczenia rozwijające umiejętności społeczne:

- utrwalanie gestów na powitanie i pożegnanie;
- utrzymywanie kontaktu wzrokowego;
- reagowanie na własne imię;
- rozumienie prostych poleceń;
- rozwijanie umiejętności współdziałania;
- nazywanie emocji;

- stosowanie zwrotów grzecznościowych;
- wdrażanie do przestrzegania reguł podczas zabaw;
- sprzątanie pomocy i zabawek po wykonanych czynnościach.

przykładowe karty pracy

Zadanie edukacyjne: Postrzeganie siebie i rozumienie swoich uczuć



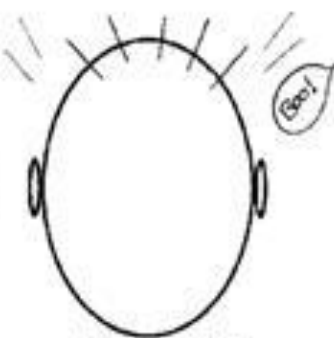
Przyjrzyj się uważnie wszystkim dzieciom i spróbuj powiedzieć, jakie uczucia one wyrażają. Opowiedz w jakich sytuacjach tak się czuleś (byłeś smutny, wesoły, złościłeś się, bałeś się). Pokoloruj dzieciom ubrania.



NIESZCZĘŚLIWY



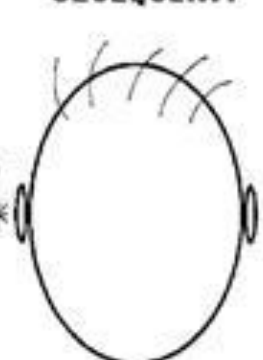
SZCZĘŚLIWY



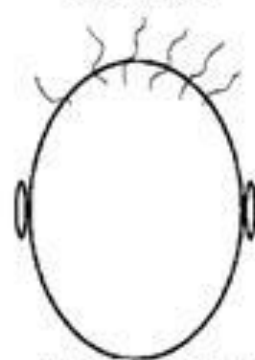
ZDZIWIONY



ZMARZNIĘTY



ZŁY



WYSTRASZONY



ŚPIĄCY



ZGRZANY

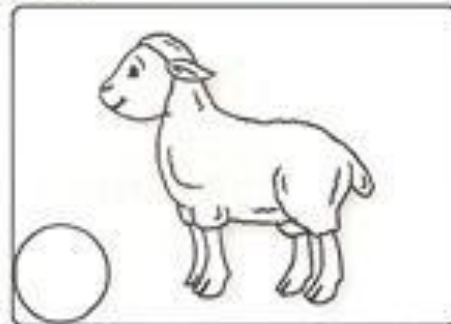
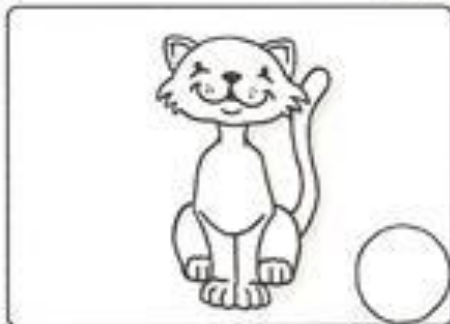
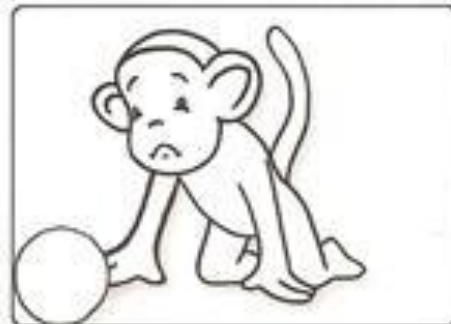
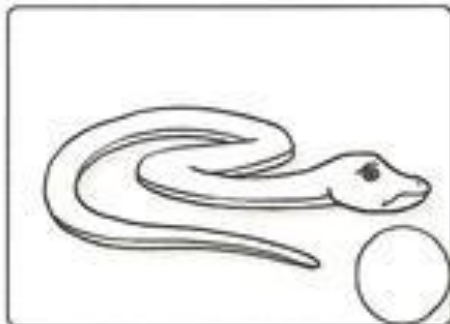
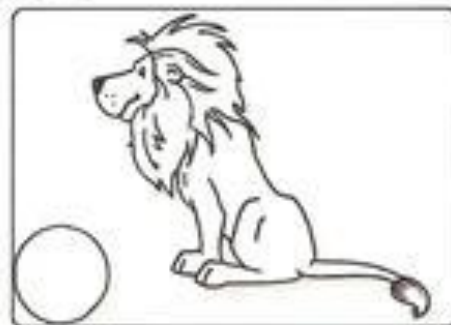
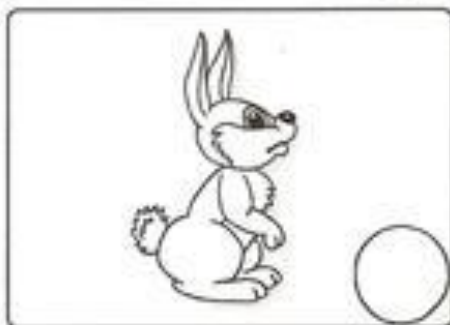
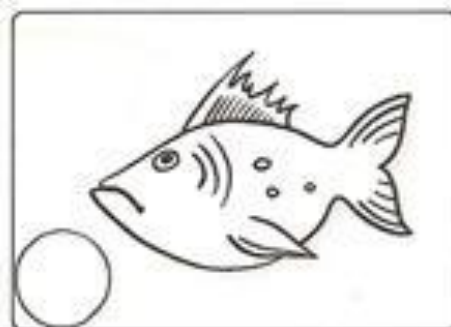
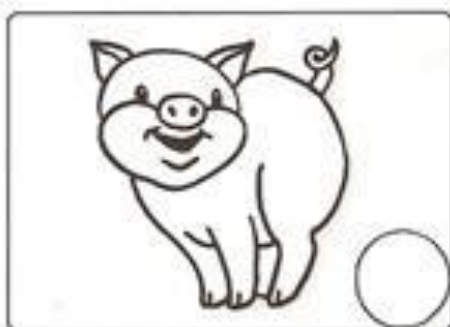
Narysuj, które zwierzątko jest wesołe a które smutne.



wesołe



smutne



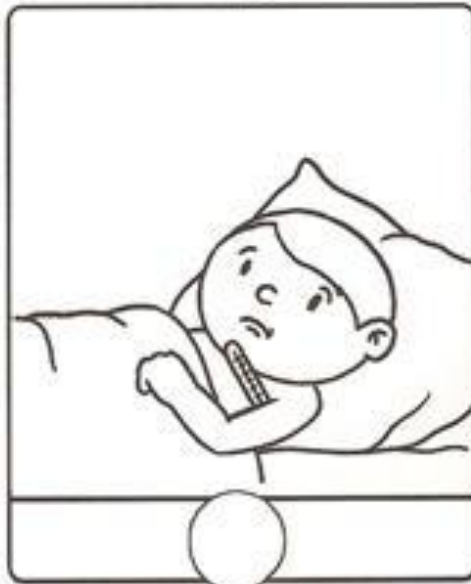
Zaznacz, kto jest wesoly a kto smutny.



wesoly



smutny



Ponadto polecamy strony internetowe z których można czerpać pomysły i materiały do pracy z dzieckiem

- <https://eduzabawy.com>
- <https://panimonia.pl>
- <https://mojedziecikreatywnie.pl>

- <https://ztorbynauczycielki.pl>
- <https://fenek.pl/5-materialy-do-pobrania>
- <https://www.gov.pl/web/zdalnelekcje/wiosna-00>
- <https://www.kidipage.com/pl/>
- <https://www.eprzedszkolaki.pl>
- <https://educarium.pl/karty-pracy>
- Logopasja.pl
- Logopetka.pl
- Mimowa.pl
- Logopedia-logopedyczne gry, ćwiczenia języka-karty pracy
- Domologo.pl-ćwiczenia logopedyczne
- Gry , zabawy i ćwiczenia logopedyczne dla dzieci online
- Pomoce logopedyczne/Rysunkowo mi
- Kanały -filmiki na you tube
- Logopedia na 4pory roku

Mądre bajki do słuchania – Kotalek Nieśmiałek:

<https://bit.ly/3aazaOt>

Strony internetowe w zakresie ćwiczeń ruchowych:

#centrumsi #zostanwdomu ćwiczenia dla dzieci wycieczka do zoo

- Tuptaj, Maluszkę – <https://bit.ly/2vG0MvY>
- Tuptaj, Średniaczku – <https://bit.ly/2WBZrSa>
- Tuptaj, Starszaku – <https://bit.ly/2J5Zxth>

Zabawy muzyczno-ruchowe do piosenek:

- Zatańcz ze mną – <https://bit.ly/33F8Big>
- Maszynista Zuch – <https://bit.ly/3bc9AJ4>
- Z Wiosną – <https://bit.ly/3drde3Z>

Strony internetowe do wykorzystania w zakresie grafomotoryki;

Zachęcajmy dzieci do wykonywania wszelkich prac plastycznych, wycinania, lepienia, wydzierania.

1. <https://zaczarowanemotyłki.pl/jak-zachecic-dziecko-do-ryso.../>
2. <https://eduzabawy.com/materialy-tematyczne.../.../karty-pracyw1/>
3. <https://eduzabawy.com/nauka-pisania-do-drukowania/>
4. https://eduzabawy.com/karty_pracy/grafomotoryka/

inne strony:

- 1.Lulek.tv
- 2.Darmowe gry i zabawy dla dzieci online
3. Pisupisu.pl
4. MiniMini plus
5. Darmowe malowanki online

Pamiętajmy też jak zły wpływ na nasze dzieci mają bodźce audiowizualne- silnie pobudzają i przestymulowują dlatego ograniczajmy ich ilość.

Zespół w składzie:

Elżbieta Gajewska –neurologopeda/oligofrenopedagog

Justyna Szczodra -oligofrenopedagog

Monika Stykowska –Teraputa SI/oligofrenopedagog

Dariusz Zgieb – fizjoterapeuta

Aneta Wieteska - psycholog