

## Integracja sensoryczna zajęcia do wykonania w domu.

### **1. ZMYŚL CZUCIA „Wiaderka sensoryczne”**

**Cel:** dostarczenie bodźców dotykowych i poprawienie tolerancji na stymulację dotykową.

Wykorzystujemy wiaderka plastikowe, miski, garnki lub pudełka. Wsypujemy do nich np. ryż, piórka, groch, pocięte gąbki, piasek - do każdego co innego. Zadaniem dziecka jest odnalezienie kilku przedmiotów schowanych w tych masach lub zabawa masami przez ugniatanie lub mieszanie.

### **UKŁAD PRZEDSIONKOWY „Skoki zająca”**

**Cel:** stymulacja układu przedsionkowego, doskonalenie równowagi, świadomość przestrzeni i umiejętności samodzielnego łapania równowagi.

Możemy skakać na tzw. piłce z uszami ale równie dobrze możemy naśladować skoki zająca na dywanie: wyskok z przysiadu w górę i opadamy na ugięte nogi i ręce.

### **2. KOORDYNACJA OBUSTRONNA „Wirowanie na kocyku”**

**Cel:** integracja obu stron ciała; doprowadzenie do pojawienia się skoordynowanego ruchu obustronnego.

Leżymy na małym kocyku na brzuchu, nogi zgięte w kolanach i wprowadzamy ciało w wirowanie, raz w prawo raz w lewo.

### **3. PLANOWANIE RUCHU „Tor przeszkód”**

**Cel:** zachęcanie do planowania dużej motoryki, kształtowanie umiejętności kontroli nad własnymi ruchami, uzyskiwanie ruchów celowych, skierowanych na określone przedmioty.

Budujemy prosty tor przeszkód z dostępnych materiałów: poduszki, wałki, meble, naczynia dziecko ma za zadanie pokonać przeszkody, rzucić do celu, pokonać prosty tunel- przejść pod ławą.

### **4. KOORDYNACJA MAŁEJ MOTORYKI „Baranek z waty”**

**Cel:** ćwiczenie precyzyjnych ruchów dłoni, palców, wyrabianie koordynacji wzrokowo-ruchowej, kształtowanie i doskonalenie chwytu, manipulowanie przedmiotami, rozluźnianie mięśni, likwidowanie i zwalnianie napięć.

Wyklejamy kuleczkami z waty futerko baranka.

