

Integracja sensoryczna zajęcia do wykonania w domu.

Ćwiczenia gimnastyczne z rodzicem z wykorzystaniem gazet

1. „Zabawy z gazetami” – dziecko i rodzic mają gazety. Swobodnie machają gazetami wg. poleceń słownych – wysoko, nisko, jedną ręką, drugą ręką.
2. „Ruch przy muzyce” – taniec w rytm melodii, trzymając gazetę na głowie, na ramieniu, na otwartej dłoni.
3. „Kałuża” – dziecko obunóż, na jednej nodze, na drugiej nodze podskakuje na rozłożonych gazetach.
4. „Skoki przez przeszkodę” – gazety leżą na dywanie dziecko chodzi po dywanie, gdy napotka przeszkodę wykonuje przeskok przez rozłożoną gazetę.
5. „Wycieranie plamy na podłodze” – dziecko stoi w rozkroku, wykonując skłon w przód i przesuwa złożoną gazetę między stopami w tył i w przód naśladując wycieranie podłogi.
6. „Wirujące gazety” – dziecko podrzuca gazetę w górę i naśladuje ruchem swojego ciała opadającą gazetę.
7. „Czytamy gazety” – siad skrzyżny, dziecko trzymając oburącz gazetę przed twarzą, dmuchają na gazetę – wciągając powietrze nosem, wydychając ustami.
8. „Układamy gazety” – w klęku dziecko trzyma dłonie na gazecie, przesuwanie gazety w różnych kierunkach, do przodu, w lewo, w prawo.
9. „Szyjemy” – dziecko w siadzie podpartym, zbiera gazetę palcami stóp i ugniata stopami.
10. „Byczki” – dziecko i rodzic, ręce trzymają z tyłu, między czoła wkładamy gazetę, zadaniem pary jest przejście po wyznaczonej trasie, nie upuszczając gazety.
11. „Kulki” – dziecko ugniata kulki z gazety dłońmi, tak aby kulka się mocno trzymała.
12. „Rzut przez okienko” – dziecko rzuca ugniecione kulki do wiaderka.
13. „Śpiochy” - dziecko i rodzic leży na rozłożonej gazecie i „śpią”, swobodnie oddychają wciągając powietrze nosem a wypuszczając ustami – słuchają cichej kołysanki.

