**Zadania rewalidacyjne 18.05.2020- 22.05.2020**

**Poniedziałek - 18.05.2020r**

**Temat „Pudełkowa ścieżka”**

**Cele:**

* Ćwiczenie rozwija umiejętność planowania motorycznego.
* Poruszanie się w przestrzeni ma pozytywny wpływ na umiejętność zachowywania równowagi i kinestezję.
* Dotykanie przedmiotów o różnej fakturze rozwija dyskryminację dotykową.
* Obserwacja, gdzie można postawić stopę rozwija takie umiejętności wzrokowe, jak koordynacja oko-noga, percepcję głębi i świadomość przestrzenną.

####  **Materiały do ćwiczenia :**

* Pudełka na buty (8 lub więcej)
* Przedmioty o zróżnicowanej fakturze, na przykład guziki, waciki bawełniane, piasek, kosmaty dywan, sztuczne futro, ryż, soczewica, fasolki, papier albo pianka do pakowania
* Do każdego pudełka włóż inne rzeczy i ułóż pudełka w jedną linię, tak by dziecko mogło przejść z jednego do drugiego. Niektóre pudełka ustaw blisko siebie, inne nieco dalej – ale tak, by dziecko nie musiało stawać na podłodze ani następować na brzegi, żeby przejść z jednego pudełka do drugiego.
* Powiedz dziecku, żeby zdjęło buty i, jeśli trzeba, skarpetki.

Dziecko wykonuje ćwiczenie:

* Wchodzi do pudełek ustawionych w linii prostej .
* Wchodzi do pudełek ustawionych w kształcie litery S.
* Przed wejściem do kolejnego pudełka skrzyżować jedną nogę przed drugą.
* Iść do tyłu.

 **Miłej zabawy!!!**

**Wtorek - 19.05.2020**

**Temat „Chwytanie paluszki stóp”**

**Cele :**

 Zabawa angażuje te mięśnie w palcach stóp, które odpowiadają za małą motorykę.

 Chwytanie przedmiotów palcami stóp to zabawny sposób na zmniejszenie nadreaktywności w stopach niektórych dzieci.

 Zabawa w wodzie dostarcza wrażeń dotykowych.

 Próby równowagi podczas stania na jednej nodze wpływają korzystnie na poprawę umiejętności kontrolowania postury i ćwiczą układ przedsionkowy.

 Szukanie przedmiotów znajdujących się w wodzie i kierowanie palców stóp w kierunku przedmiotów wpływa korzystnie na poprawę koordynacji oko – noga i percepcji głębi.

 Rozciąganie stopy w celu uchwycenia przedmiotów wzmacnia propriocepcję, stopniowanie nasilenia ruchu, planowanie motoryczne i kinestezję.

 Przyciąganie lewej stopy do prawej ręki i prawej stopy do lewej ręki wpływa korzystnie na zdolność przekraczania

**Potrzebne przedmioty:**

* Duża miska lub wanienka (taka w której kąpie się niemowlaki lub psy)
* Woda (ciepła lub chłodna, w zależności od tolerancji dziecka)
* Małe przedmioty, które nie unoszą się na wodzie, na przykład marmurkowe kulki, gładkie kamienie, koraliki i inne tego typu.
* Pudełko lub miska (na wyłowione przedmioty)
* Ręczniki (aby się osuszyć po zabawie)

**Przygotowanie do zabawy :**

* Napełnij miskę lub wanienkę wodą do około połowy pojemności.
* Razem z dzieckiem włóżcie do naczynia małe przedmioty.
* Niech dziecko zdejmie buty i skarpetki.

**Dziecko może :**

* Stanąć przy misce i włożyć do niej jedną stopę.
* Trzymając dorosłego za rękę (jeśli jest taka potrzeba), przeczesywać paluszkami stopy dno miski w poszukiwaniu małych przedmiotów.
* Złapać paluszkami przedmiot, próbować go podnieść i wyjąć z wody.
* Podnieść stopę wyżej i bliżej siebie, żeby swobodnie wyjąć przedmiot spomiędzy palców.
* Włożyć przedmiot do pudełka lub pustej miski.
* Zmieniając stopy, próbować aż skończą się przedmioty.

 **Miłej zabawy!!!**

**Środa – 20.05.2020**

**Temat: „Balia ze sznurka”**

**Cele:**

* Chodzenie w kółko w grupie i obracanie się wokół własnej osi w jednym miejscu to wykonywanie ruchów obrotowych, stymulujących układ przedsionkowy.
* Zmiana pozycji głowy podczas pochylania się do przodu i do tyłu zapewnia odpowiednie wrażenia zmysłowi równowagi.
* Wkładanie poszczególnych partii ciała do „wody” rozwija propriocepcję, świadomość ciała i planowanie motoryczne.
* Reagowanie na śpiewane polecenia rozwija umiejętności słuchowe i językowe.
* Naprzemienne kręcenie się w prawo i w lewo rozwija orientację przestrzenną.
* Udział w różnorakich zabawach polegających na staniu w kółku rozwija umiejętności społeczne.

Refren:

* Wskakujemy do bali
* wskakujemy ostrożnie wskakujemy do bali
* w sobotni wieczorek

Zwrotki:

* 1. Włóż w środek prawą rączkę
* I wyjmij prawą rączkę
* Potrząśnij nią raz-dwa-trzy
* I obróć się, o tak!
* 2. Włóż w środek lewą rączkę…
* 3. … prawą nóżkę…
* 4. … lewą nóżkę…
* 5. … prawy łokieć…
* 6. … lewy łokieć…
* 7. … cały brzuszek…
* 8. … swój pępuszek…
* 9. … swoją główkę…
* 10. … całe ciało…

Piosenkę śpiewa się na melodię angielskiej piosenki *Looby-loo*, którą można znaleźć w Internecie.

**Potrzebne przedmioty**

* sznurek długości około 6 metrów

**Przygotowanie**

* Ułóż na podłodze sznurek na kształt wielkiego koła. To właśnie będzie „balia”.
* Powiedz: Wyobraźmy sobie, że sznurek to nasza balia, a w środku jest bardzo, ale to bardzo zimna woda.

**Co mogą zrobić dzieci**

* Stanąć w kółku na zewnątrz balii.
* Przy śpiewaniu refrenu złapać się za ręce i okrążać balię.
* Stanąć nieruchomo, puścić dłonie i włożyć prawe ręce daleko do środka okręgu. Mogą się też lekko schylić, żeby dotknąć zimnej „wody” (podłogi).
* Wyciągnąć ręce nad głowę, na bok albo do tyłu. Potrząsać nimi „raz, dwa, trzy” i obrócić się wokół własnej osi.
* Złapać się za ręce, tym razem idąc w lewo.
* Można w ten sposób przejść przez całą piosenkę lub tylko jej część, dopóki „wszyscy nie będą czyści”!

 **Miłej zabawy!!!**

**Czwartek – 21.05.2020**

**Temat: „Jajko, pinezki, gumki”**

**Cel:**

* Wspomaganie motoryki małej.
* Siła palców i koordynacja – zabawa wymaga siły i koordynacji kciuka oraz wszystkich palców.
* Planowanie motoryczne (wymyślanie wzorów).
* Trzymanie małych przedmiotów kciukiem, palcem wskazującym i środkowym. Oddalanie oraz zbliżanie tych palców do wnętrza dłoni w trakcie wbijania ćwiczy dłoń i stopniuje nacisk.
* Chwytanie i podnoszenie pinezek i gumek z płaskiej powierzchni ćwiczy chwyt szczypcowy.
* Rozciąganie gumek całą dłonią wzmacnia mięśnie całej dłoni – nie tylko palców.
* Wzmacnianie rąk, ramion i tułowia (pozycja wyprostowana).
* Dobieranie, rozróżnianie kolorów. Dobieranie wzorów. Inwencja własna.
* Wielu dzieciom z zaburzeniami integracji sensorycznej wbijanie sprawia przyjemność.

**Potrzebne przedmioty**:

* Opakowanie kolorowych pinezek z podłużnymi walcowatymi końcówkami – jak na obrazku. Są też pinezki okrągłe, można je również wykorzystywać ale te pierwsze są wygodniejsze przy mocowaniu gumek.
* Styropianowe jajo.
* Opakowanie kolorowych gumek.
* Plastikowy kubek w którym umieścimy jajo przy wbijaniu pinezek.

Ustal początek i koniec zadania, np. wbiję w styropianowe jajo pinezki i przymocuję do nich gumki, tak żeby pokryć jajo „ozdobami” według własnego pomysłu. Końcem zadania będzie skończona praca i porządek na stole: pozbierane gumki i pinezki do pudełek, jajo odłożone na wystawie.

 Poukładaj na blacie stołu wszystkie potrzebne przedmioty: styropianowe jajo,  pudełko z pinezkami, pudełko z gumkami i kubek do którego włożysz jajo.

 Styropianowe jajo wsadź do kubka, żeby było stabilne przy wbijaniu pinezek.

 Pinezki wysyp z pudełka na blat stołu. Wysyp również gumki z pudełka. Poproś opiekuna o pomoc jeśli masz trudności z otworzeniem pudełka.

 Jedną ręką przytrzymaj kubek z jajem, żeby był stabilny. Drugą ręką, tą którą jest ci wygodniej…

 …wybierz jedną pinezkę palcem wskazującym, kciukiem i /lub palcem środkowym, następnie wbij ją w jajo.

 Wbijaj ostrożnie pinezki w jajo tworząc wymyślone przez siebie wzory.

 Kiedy pokryjesz wystającą z kubka część jaja – musisz wyciągnąć jajo z kubka.

 Połóż jajo na stole, przytrzymuj delikatnie jedną ręką i wbijaj resztę pinezek w wolne miejsca z drugiej strony jaja.

  Przyszedł czas na gumki. Podnieś pierwszą gumkę, nałóż na kciuk, palec wskazujący porozciągaj kilka razy prostując palce. Rozciągnięta na palcach (wskazujący plus kciuk) gumka wyznacza odległość pinezek na które będziesz nakładał/a gumki. Gdy odległość pinezek jest za mała – gumka nie naciągnie się i będzie spadać. Wtedy musisz zwiększać odległość.

 Wybierz na jajku dwie pinezki oddalone od siebie, na przykład jedną na szczycie  a drugą na dole jaja. Zahacz gumkę na jednej pinezce, połóż jajo na blacie, przytrzymaj jedną dłonią a drugą zahacz na oddalonej drugiej pinezce, tak żeby gumka mogła się naciągnąć i nie spadać. Naciągaj gumkę  palcem wskazującym.

 Gumki możesz nakładać zgodnie z ustalonym kolorem i wzorem, na przykład czerwone gumki naciągaj i mocuj w pionie, a niebieskie mocuj w poziomie jaja, prostopadle do czerwonych. Śmiało wymyślaj swoje wzory.



 **Miłej zabawy !!!**

**Piątek – 22.05.2020**

**Temat: „Różne faktury- zabawy dotykowe”.**

**Cel:**

**Usprawnienie motoryki małej i myślenia**

1.Ustaw na stoliku lustro. Usiądź razem z dzieckiem i posypuj lustro pudrem lub mąką kukurydzianą tak długo, aż nie będziesz widzieć swojego odbicia. Następnie omiataj taflę suchym materiałem do momentu, kiedy będziesz mógł zobaczyć swoje oczy (lub usta, lub nos). Niech twoje dziecko w ten sam sposób odkrywa w lustrze części własnej twarzy odgarniając na boki puder lub mąkę kukurydzianą.

2.Kiedy dziecko zacznie swobodnie używać suchego materiału, utrudnij zadanie, pokrywając lustro jogurtem albo bitą śmietaną zamiast suchym proszkiem. Możesz też zrobić budyniowe przyjęcie. Wtedy wykorzystaj duże talerze albo zakryj stolik ceratą lub folią. Będziesz też potrzebować domowego lub gotowego budyniu.

3.Jeżeli nie masz budyniu, użyj bitej śmietany, co może okazać się jeszcze bardziej pociągające. Możesz też użyć innych, kolorowych substancji, takich jak musztarda, keczup, mus jabłkowy lub sos sojowy. Jeśli twoje dziecko nie oblizuje odruchowo palców, możesz użyć pianki do golenia. A jeśli oblizuje, lepiej użyj bitej śmietany!

 **Miłej zabawy!!!**