



ZABAWY RUCHOWE WSPIERAJĄCE ROZWÓJ PSYCHOMOTORYCZNY

zestaw II

Opracowała Izabela Jarosz

- ✓ Wykonanie kufierka sensorycznego (pudełko, pojemnik, worek, kosz) z przyborami o różnorodnej fakturze, wielkości, kształcie. Dziecko z zamkniętymi lub zasłoniętymi oczami ma określić co trzyma w dłoniach: np. miękką piłkę, zimny kamień, coś okrągłego itp.
- ✓ Na nadmuchanych balonach rodzic pisze cyferki. Dziecko podchodzi i wybiera określoną liczbę. Następnie odbija balon lub wykonuje wybrane ćwiczenie tyle razy, ile wskazuje cyfra.
lub: wykonuje określone dla danej cyfry ćwiczenie, np.: 1 - stoi z zamkniętymi oczami, 2 - stoi na jednej nodze, 3 - turlanie się po podłodze, 4 - czołganie się przez salę po podłodze, 5 - wykonuje pięć pajacyków, 6 - przejście bokiem po linii.
Zamiast cyfr można na balonach narysować twarze - emocje (np.: radość, smutek, złość, rozpacz, strach) - dziecko podnosi balon i sam naśladuje emocje).

- ✓ Nazywamy rodzeństwo, dorosłych określonymi cyferkami (jedyńka, dwójka...) lub kolorami (czerwony, zielony...). Na sygnał wskazana osoba mówi na głos, np.: „dwójka” - osoba z przypisana tą cyfrą wykonuje wcześniej ustaloną czynność, np.: zatrzymać, przyjąć określoną pozycję, wymyślić figurę, zrobić śmieszna minkę, zrobić pajacyka itp.
- ✓ Układanie ze swojego ciątka lub z rodzeństwa/rodziców na podłodze literki odpowiadającej pierwszej danego, imienia np. Karol - litera K.
W zależności od możliwości dziecka, zamiast liter można układać cyfry, liczby będące sumą, różnicą, ilorazem lub iloczynem podanych liczb.
- ✓ W pojemniku wypełnionym np. fasolą/grochem umieszczany klamerki małe drewniane, do których przyklejone są np. cyferki/literki/wyniki mnożenia/dzielenia/ słówka po angielsku (można modyfikować w zależności od indywidualnych potrzeb i umiejętności dziecka): dziecko ma za zadanie wykonać określone zadanie ruchowe np. poturlać się/biec slalomem/skakać jak żabka i odnaleźć to, co ustalimy....wynik 3x3/słowo/kolor itp.
- ✓ Ułożenie ze wszystkich domowników wspólnej figury (każda osoba dorosła/dziecko przyjmuje taką pozycję jaką chce), na sygnał wszyscy jednocześnie przyjmują wymyśloną przez siebie pozycję ciała/lub kapitan może ustalać gdzie będzie stać dana osoba/dziecko
- ✓ Z wykorzystaniem kostki do gry w kości lub wykonanie własnej. Wyznaczony kapitan rzuca kostką do gry. Uczestnicy wykonują

określone zadanie, czynność ruchową tyle razy, ile jest oczek na kostce (5x pajac, 2 x wyskok w górę, 4 x przysiad, 3 x przejście pod nogami itp.).

Ważne jest, aby zmieniać się rolami tak, by każdy był kapitanem bez względu na wiek

- ✓ Zbieranie stopą, palcami stopy drobnych przedmiotów z podłogi (kulek, kamyczków, sznurówek itp.) w pozycji stojącej z oczami otwartymi lub zamkniętymi;
lub: chwytanie i wkładanie określonych przedmiotów stopą do określonego pojemnika (młodsze dziecko można przytrzymać za rączkę)
- ✓ Ułożenie na podłodze kartek z narysowanymi figurami, kolorami, słówkami z określonego języka. Na sygnał, np.: CZERWONY - dziecko biegnie (czworakuje, idzie jak raczek z balonem lub piłką itp.) i kładzie przedmiot na kartce o odpowiednim kolorze itp.
- ✓ Do pojemnika wsypać kaszę manną, np.: waniliową - rysowanie palcem wskazującym lub patyczkiem określonego przedmiotu, słowa, figury, cyfry, zagranie w „kółko - krzyżyk”. Można rysować: dwoma palcami, z oczami otwartymi, zamkniętymi itp.
- ✓ Schowanie różnorodnych skarbów w materiałach sypkich (groch, fasola, soczewica, piasek kinetyczny): dziecko odnajduje skarby, może to robić z otwartymi lub zamkniętymi oczami, jedną lub jednocześnie dwoma rękami. Na końcu może policzyć, ile znalazło skarbów, posegregować wg kształtu, koloru lub wielkości, uszeregować je i wskazać których jest najwięcej, najmniej, a których jest tyle samo.

Można wyciągać tyle skarbów, ile jest w podanym słowie sylab lub liter.

Warto stwarzać sytuacje, w których dziecko może dokonać wyboru, wymyśleć nową zasadę, zabawę lub zadanie. Dzięki temu będzie rozwijać swoją wyobraźnię i kreatywność.

Pamiętać należy również o tym, by w zabawie zmieniać się rolami z dzieckiem, dzięki czemu rodzic będzie mieć możliwość odkrywania, co dziecko już umie, co jest w jego najbliższej sferze rozwoju, co jest jeszcze za trudne, a co już za łatwe. W takiej zabawie dziecko najszybciej się uczy nowych umiejętności.

