

Integracja sensoryczna dla zainteresowanych tydzień 07.12-11.12.2020r

1. Ćwiczenia oczu.

- „Zoom” ustawiamy dwa palce na wprost nosa i patrzymy na bliższy i dalszy palec przeskakując oczami blisko-daleko
- „leniwa ósemka” patrzymy na kciuk wyciągniętej ręki i wykonujemy wolno ruch przewróconej poziomo cyferki 8-(taki ∞) - zaczynamy ruch w lewą stronę w górę. Ćwiczenie wykonujemy 5-7 razy od ręki dominującej (tą którą jemy) i 5-7 razy ręką drugą
- patrzymy na kciuki splecione obu rąk na kształt litery X- 5-7 razy „leniwa ósemka”
- dzieci powyżej 8 roku życia ćwiczą „leniwe ósemki” na odległość własnego łokcia
- relaks pomiędzy ćwiczeniami oka- PALMING- zasłoń oczy rozgrzaną, potartą dłonią w kształt łożeczki na 2-3 minuty (zabieramy dopływ światła i zewnętrznych bodźców)

<https://www.youtube.com/watch?v=0YxV7PIQK30>

2. Dotyk, wzrok, planowanie motoryczne, słuch, propriocepcja - masa solna.

Wykonaj z dzieckiem masę solną wymieszaj razem ze sobą 1,5 szklanki mąki pszennej z 1 szklanką soli oraz 0.5 szklanki mąki ziemniaczanej i 1 szklanki wody. Jeśli masa za bardzo się klei do dłoni to dodaj jeszcze mąkę.

- zrób kulkę z masy solnej
- całą dłonią zrób wałeczek
- zwiń wałeczek w spiralkę tzw. skorupkę ślimaka
- wgnieć ślimaka wszystkimi paluszkami w płaski placuszek
- rozwałkuj placuszek i wyciśnij z dzieckiem foremki świąteczne – serduszka, choinkę lub gwiazdkę i zrób wykałaczką na górze formy dziurkę
- wypiecz w piekarniku w temperaturze 120 °C do momentu, aż będą suche (lub zostaw do wyschnięcia na dwa dni na grzejniku do momentu wyschnięcia formy)
- pomaluj wg uznania farbami
- przyklej klejem koraliki, niteczki, guziczki
- przelecz nitkę przez dziurkę w formie
- powieś gotową dekorację na choince

<https://www.youtube.com/watch?v=CrVyk8vEwl4>

3. Węch - Aromatyczny stroik świąteczny

- dekorowanie pomarańczy, mandarynek całymi goździkami

<https://www.youtube.com/watch?v=VuXn0NsPgjs>

<https://www.youtube.com/watch?v=X2z74kfSJeY>