**Integracja Sensoryczna** 30.10.2020r.

Propozycja dla dzieci młodszych – Przedszkole i Zerówka

Proste zabawy sensoryczne – **Wyczuwanie własnego ciała**

Do wykonania tej stymulacji nie potrzebujemy żadnych przyrządów ani dużo miejsca, wystarczy tylko koc lub dywan.

Prosimy, żeby dziecko położyło się na dywanie i dotykamy oraz masujemy poszczególne części ciała. Najpierw dziecko leży na brzuchu, a następnie na plecach. Podczas dotykania i masowania nazywamy poszczególne części ciała, które dotykamy , a później masujemy ( np.: teraz dotykam twojego brzucha i masuję brzuch itd.)

Wyczuwanie rąk, nóg i ramion: dotykanie stopą, dłonią podłogi ( dziecko dotyka stopą i dłonią podłogi – podnosi, porusza, zgina i przeciąga kończyny – może ćwiczenia robić jednostronnie (tylko lewa noga i ręka, później prawa strona, a następnie naprzemiennie.

Dobrą zabawą pozwalającą na wyczuwanie własnego ciała jest bieganie, skakanie, tupanie, maszerowanie, przeskakiwanie, różne rodzaje chodu. To możemy zaproponować dziecku w domu, a także na świeżym powietrzu podczas spaceru.

Przedstawione powyżej propozycje mogą być przez Rodziców modyfikowane, myślę, że dzieci też będą miały swoje pomysły.

Serdecznie pozdrawiam – Joanna Baranowska