

Drodzy Rodzice, Kochane Dzieci. Mam nadzieję, że jesteście zdrowi i pełni chęci do wspólnej zabawy.

Poniżej propozycje zabaw i ćwiczeń na wiosenne dni. W tym tygodniu proponuję historyjki obrazkowe, ćwiczenia matematyczne, zabawy z kartami Uno oraz tworzenie balonowych stworków, propozycje na dzień Mamy oraz ćwiczenia CH.Knilla i energetyzującą gimnastykę. Zapraszam i polecam-Beata Łukasiewicz.

18.05.2020 r

Zajęcia Rewalidacyjne -czyli jak wspierać i rozwijać zmysły dziecka, jego rozwój społeczno-emocjonalny oraz inne wrodzone zdolności...i świetnie się przy tym bawić.

Historyjki obrazkowe – historyjki społeczne

Jednym z ważniejszych ćwiczeń w procesie terapii są ćwiczenia różnego typu relacji. Szczególne i bardzo ważne miejsce wśród tych zadań zajmują związki przyczynowo-skutkowe. Sprawnie funkcjonujące myślenie przyczynowo-skutkowe wpływa na zdolność przewidywania skutków swoich działań, planowania, przewidywania konsekwencji i tym samym – daje możliwość modyfikowania własnych zachowań w zależności od efektów, jakie dziecko chce osiągnąć.

W trakcie planowania zadań z zakresu myślenia przyczynowo-skutkowego ważne jest, aby pamiętać, że warunkiem takich działań jest umiejętność linearnego porządkowania bodźców, ze szczególnym uwzględnieniem linearnego porządku czasowego.

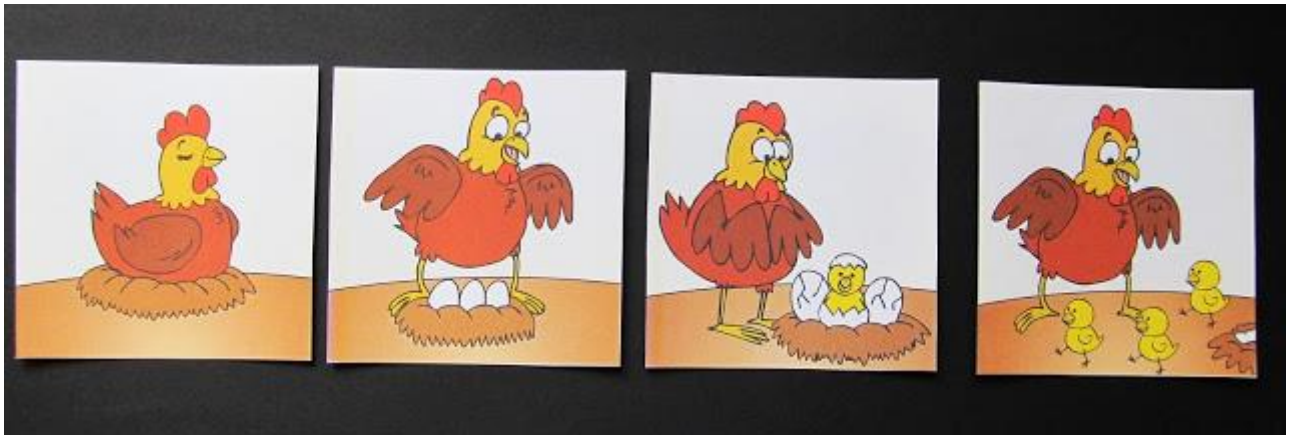
Do ćwiczeń stymulujących myślenie przyczynowo-skutkowe służą wszelakie historyjki obrazkowe. Materiały do ćwiczeń następujących po sobie zdarzeń – można najpierw wyciąć i poprosić dziecko, aby ułożyło w odpowiedniej kolejności, motywować do opowiadania historyjki... Pytać: co robi? gdzie? z kim? po co? dlaczego? w jaki sposób? co będzie dalej? co by było gdyby? itp.

Przyznam szczerze, że to jedno z moich ulubionych ćwiczeń. Świetna zabawa, która rozwija logiczne myślenie dziecka. Kluczem do poprawnego ułożenia obrazków jest dostrzeżenie elementów, które wskazują na kolejność wydarzeń. Dziecko musi rozpoznać co jest przyczyną, a co skutkiem.

Przykładowe historyjki:



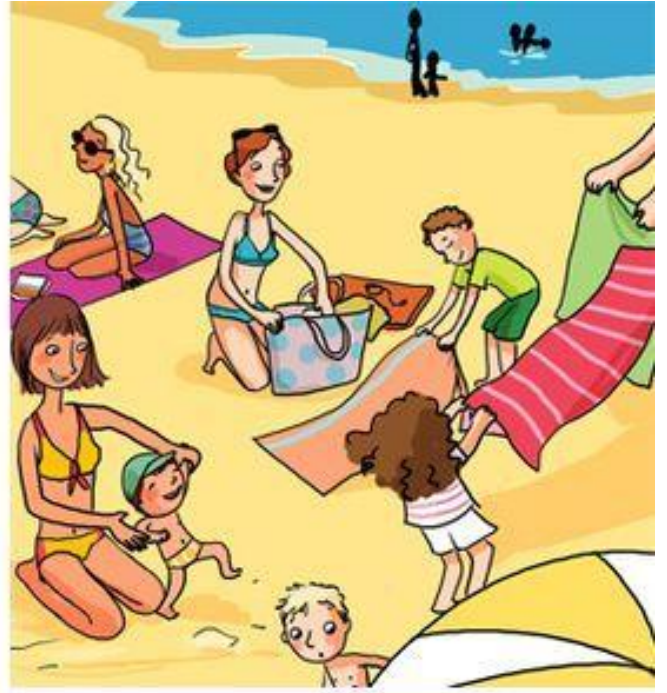
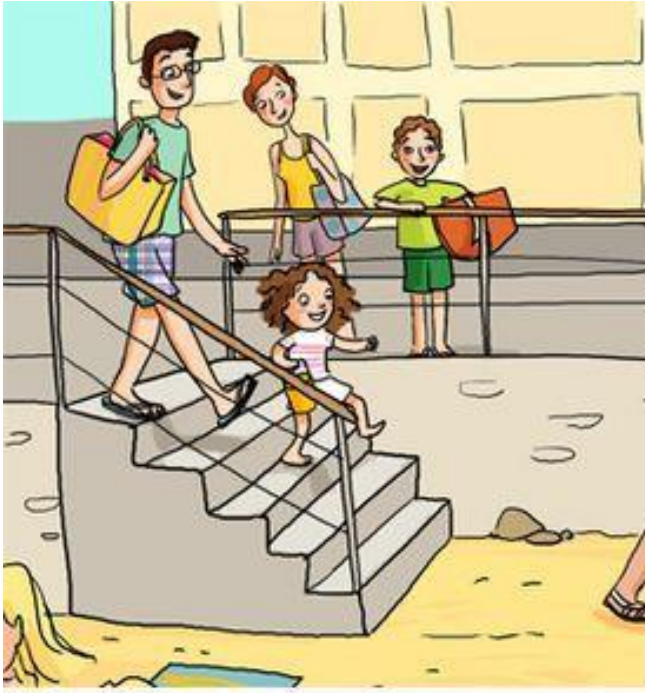


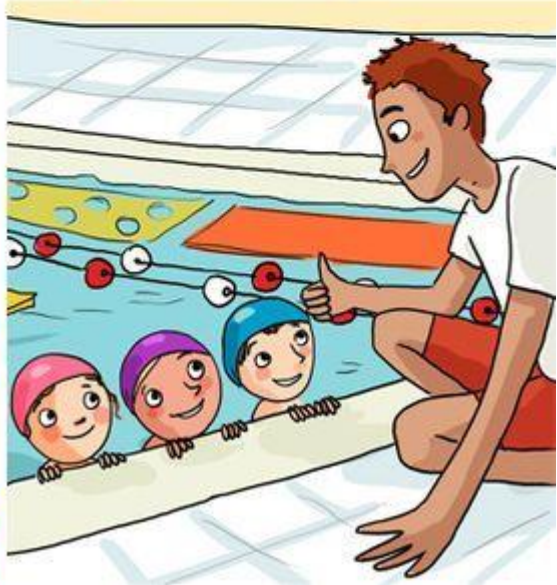


Przedstawione obrazki pochodzą z gry edukacyjnej:

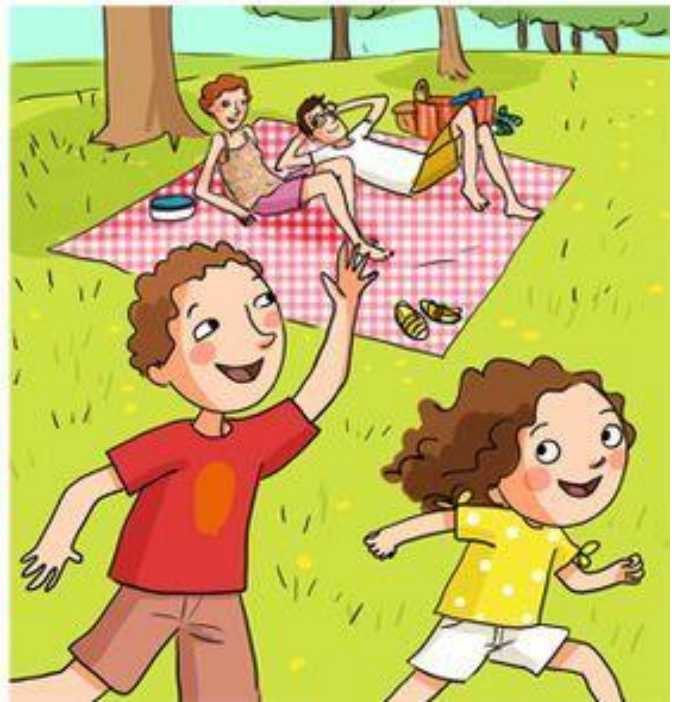
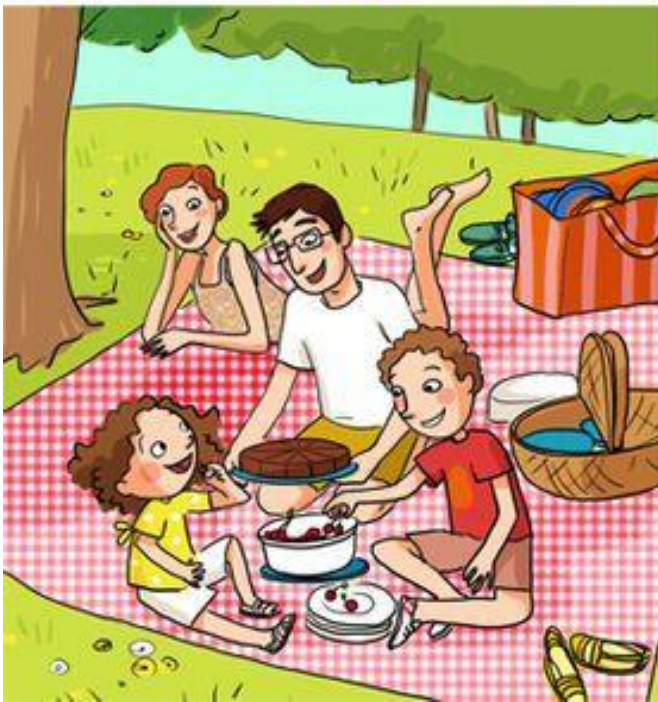
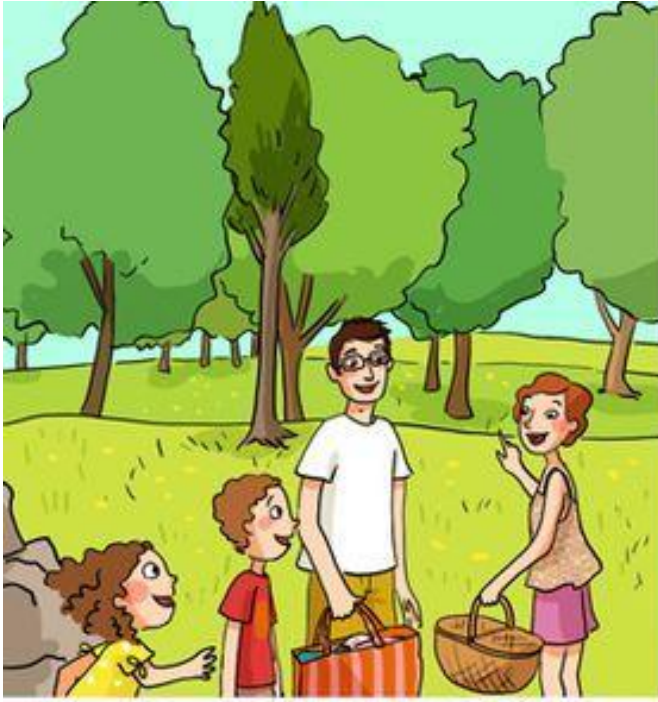


W zależności od wieku dziecka można materiały modyfikować zwiększając ilość obrazków i ilość szczegółów oraz modyfikować poziom abstrakcyjności prezentowanego materiału.











Stworki z gumowych rękawiczek

Gumowe rękawiczki ,które zapewne każdy z nas ma teraz w domu, można wykorzystać do wspaniałej zabawy i usprawniania w zakresie motoryki małej i koordynacji wzrokowo-ruchowej oraz usprawniania narządów artykulacyjnych.

Najpierw trzeba oczywiście nadmuchać rękawiczkę ćwicząc przy tym buzię, a później zawiązać rękawiczkowy balonik i namalować flamastrami buzię wymyślonego zwierzątka, stworka lub fantastycznego magicznego stworzenia.

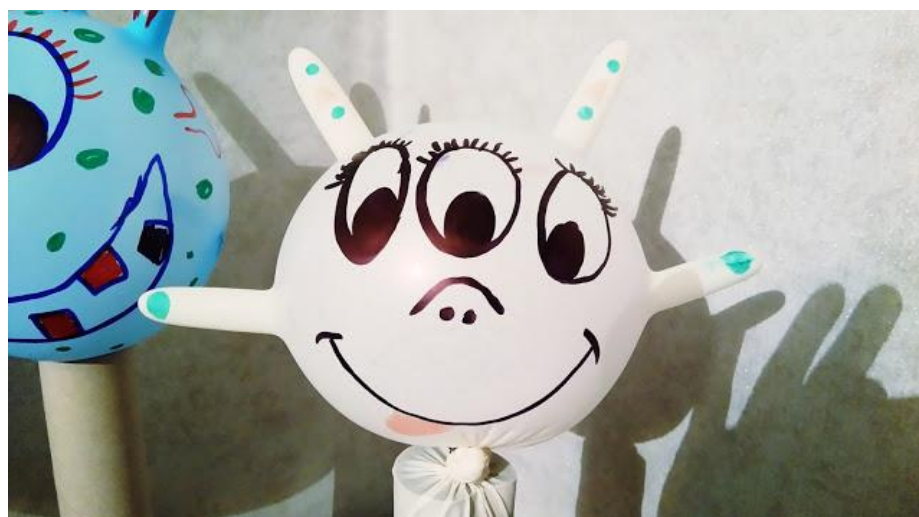


Malowanie pisakami kolorowych buziek sprawia dzieciom wiele frajdy. Niepotrzebne palce można zawiązać, a po wywinięciu rękawiczki na drugą stronę zostają one schowane w środku.

Na zakończenie można swoją pracę umieścić i przykleić do rolki po papierze toaletowym lub ręczniku albo umieścić na patyczku lub kredce. Powstaną kukielki do teatrzyku. Niesamowite historyjki

i opowiadania można tworzyć razem z dziećmi i wspaniale się bawić.

Można też zrobić teatrzyk cieni i zobaczyć jakie niesamowite stworzenia udało nam się wspólnie stworzyć.





Dobrej zabawy!

19.05.2020 r

Zajęcia Rewalidacyjne -czyli jak wspierać i rozwijać zmysły dziecka, jego rozwój społeczno-emocjonalny oraz inne wrodzone zdolności...i świetnie się przy tym bawić.

Serce z dłoni



Robienie serduszek z dłoni zrobiło się modne jakiś czas temu i wykorzystuje się je głównie podczas robienia zdjęć. Dziś pomysł na jego nieco inną wersję :).

1. Zginamy kartkę na pół i odrysowujemy na niej dłoń zgodnie z podanym schematem:



2. Wycinamy dłoń, uważając, by nie rozciąć 1 i 2 palca:



3. Otwieramy:



4. Wycinamy serduszko z papieru i przyklejamy:



5. Ozdabiamy całość według pomysłów dzieci:



Największym plusem takiego prezentu jest to, że każde serduszko jest indywidualną pracą dziecka, a jedynym szablonem są jego własne, wyjątkowe ręce :).

Szybka gra matematyczna dla miłośników liczenia

Szybka gra matematyczna, którą można wykonać w parę chwil, pod warunkiem, że posiadasz w domu: kartkę, pisak i domino.

Plansza

Na kartce papieru narysuj planszę o dowolnym kształcie i podziel ją na mniejsze części - kształt narysuj dowolny.

Na polach planszy napisz liczby oraz proste działania matematyczne (dodawanie, mnożenie czy odejmowanie) do 12.

Przygotowanie gry

Na stole połóż przygotowaną planszę, a wszystkie tafelki domina podziel pomiędzy graczy.

Każdy z graczy kładzie swoje tafelki domina przed sobą – oczkami do dołu.

Opis rozgrywki

Gracze po kolei losują ze swojej puli jeden tafelkę i sumują liczbę oczek na tafelku.

Następnie układają tafelkę na odpowiednim polu na planszy. Suma oczek z tafelka musi być taka sama jak wynik działania (lub liczba) na planszy.

Tafelki gracze mogą kłaść na siebie piętrowo.



Kto wygrywa?

Każdy! To gra kooperacyjna i jeśli dziecko nie potrafi odnaleźć na planszy odpowiedniego pola – pomóż mu. Tutaj nie bawimy się w przegranych lub wygranych, tylko uczymy dziecko sprawnych obliczeń.

Pamiętaj!

Pola na planszy dostosowujesz do poziomu dziecka. Jeśli uczycie się dodawać – na polach planszy zapisz tylko liczby (wyniki dodawania). Gdy dziecko już w miarę sprawnie dodaje i wprowadzasz mu tabliczkę mnożenia, możesz stworzyć taką planszę jak ja.

Jak tak czytam co właśnie napisałam, to nie jestem przekonana czy dość jasno opisałam zasady gry, więc pozwól, że pokażę Ci zasady na konkretnych przykładach.

Przykład 1

Gracz odkrywa tafelkę domina na którym na “mydło” czyli zero. Odszykuje na planszy liczbę 0 i kładzie na nią tafelkę.



Przykład 2

Gracz ma tafelkę na którym są oczka 4 oraz 1. Sumuje liczbę oczek, czyli $4+1=5$. Następnie na planszy wyszukuje zapisaną liczbę 5 lub działanie matematyczne wynikiem którego jest liczba 5. w naszym przypadku jest to działanie: 1 razy 5.



Przykład 3

W tym przypadku gracz sumuje liczbę oczek: $5+3=8$ i odszukuje na planszy działanie którego wynik również wynosi 8, czyli na przykład: $2 \text{ razy } 4$ i kładzie na nim swój tafelek.



Milej zabawy!

20.05.2020 r

Zajęcia Rewalidacyjne -czyli jak wspierać i rozwijać zmysły dziecka, jego rozwój społeczno-emocjonalny oraz inne wrodzone zdolności...i świetnie się przy tym bawić.

Czy można wykorzystać UNO w terapii?



Fenomen gry w UNO jest niepojęty, do czasu aż nie zagra się w tę grę w nią po raz pierwszy. Dzisiaj chciałabym Wam pokazać nie jak w nią grać, lecz parę pomysłów jak możecie wykorzystać UNO w terapii.

Dosłownie parę słów o UNO

UNO to niedroga gra karciana, na którą może sobie pozwolić właściwie każdy. Czas rozgrywki jest krótki, sama rozgrywka jest płynna i nie wymaga od graczy większego wysiłku. Jednocześnie daje wiele satysfakcji i zabawy.

Pozwala grać tak samo przyjemnie w 2 jak i w 10 osób. A zasady? Są bardzo proste i tłumaczy się je w kilka minut.

Ale dziś nie o tym jak grać w UNO tylko o różnorodnych ćwiczeniach terapeutycznych z wykorzystaniem UNO.

Kategoryzacja

Najprostsze ćwiczenie, które z łatwością można przeprowadzić już z 2 letnim dzieckiem. Rozłóż po jednej karcie z każdego koloru. Zadaniem dziecka jest rozłożenie kolejnych kart na odpowiednie “kupki” – czyli **kategoryzacja wg. koloru**.



Rozpoznawanie symboli cyfr

Jednym z takich symboli jest cyfra, a następnie całe zestawy cyfr symbolizujące liczbę. W szkole uczeń zaczyna posługiwać się formułami matematycznymi, czyli symbolami czynności, które można opisać słownie lub za pomocą znaków działań matematycznych i cyfr. Ćwiczenie można przeprowadzać w zależności od wieku i poziomu matematycznego dziecka, które zapoznujemy z aspektem symbolicznym, czyli mówiąc wprost: uczymy dziecko rozpoznawać symbole cyfr.

Jak można to zrobić wykorzystując grę UNO i na przykład kolorowe koraliki, kamienie, ziarenka kawy, zapałki.

To bardzo proste! Przygotuj kolorowe koraliki oraz talię kart do gry w UNO. Wyjmij wszystkie karty funkcyjne i pozostaw tylko liczbowe. Potasuj karty i rozdaj między uczestników.



Każdy z graczy bierze po kolei jedną kartę ze swojej puli i wykłada ją na stół. Pamiętaj o tym, aby karty kłaść kolorami na osobne “kupki” przy okazji ćwicząc kategoryzowanie – opisane w pierwszym ćwiczeniu.

Gracz po wyłożeniu karty na głos mówi jaką ma liczbę i kładzie ją na odpowiedni stos. Kolejną czynnością jaką musi wykonać gracz to położyć odpowiednią ilość koralików ponad kartą, którą położył.

Zróbmy to razem, krok po kroku, aby wszystko było jasne:

Teraz moja kolej: biorę z mojej puli pierwszą kartę i sprawdzam co mam. Niebieska szóstka. Mówię na głos: *Mam sześć. Moja karta jest koloru niebieskiego.*



Na niebieski stos kładę moją niebieską kartę z szóstką, po czym wyszukuję odpowiednią ilość perełek lub innych drobnych przedmiotów.



Następnie kładę perły ponad stos niebieskich kart. Teraz kolej następnego gracza i tak w kółko i w kółko, aż do wyczerpania wszystkich kart u graczy.

Pograjmy w memory

Czy kartami UNO, można też grać w memory? To bardzo proste! Rozłóż na stole odpowiednie karty, dobierając je wcześniej takimi samymi parami kolorystycznymi i liczbowymi.

Pamiętaj, aby ilość par dostosować do możliwości percepcyjnych dziecka. Naprawdę to jest całkiem w porządku, gdy z młodszym dzieckiem będziemy grali w memory złożone z 2 czy 3 par.

Zasady gry w memory są banalnie proste, że na pewno je zna. Każdy z graczy odkrywa dwie karty. Jeśli są identyczne – gracz zabiera obie karty.

Jeśli się różnią, gracz odwraca je i stara się zapamiętać która karta, gdzie leżała. Wygrywa ten gracz, który ma najwięcej par.

Prawda, że to łatwe?



Tworzenie ciągów liczb

To proste ćwiczenie polegające na tym, że dziecko układa ciąg kolejnych liczb. Może układać ciąg bez względu na kolor kart, może uwzględniając kolor. Może tworzyć ciągi rosnące i malejące.



Możesz także tworzyć z dzieckiem ciągi rosnące lub malejące z liczb parzystych:



Skoro były ciągi z liczb parzystych, to nie zapomnij także o tworzeniu ciągów liczbowych z liczb nieparzystych:



Dodawanie z wykorzystaniem kart UNO

Przy każdym kolejnym działaniu matematycznym jakie układamy młodszemu dziecku, które jeszcze nie liczy sprawnie: podajemy na dole różne odpowiedzi. Odpowiedzi składające się z 3-5 kart – w zależności od możliwości dziecka.

W ten sam sposób można ćwiczyć z dzieckiem także proste odejmowanie.



A co z młodszymi dziećmi, które nie potrafią jeszcze dodawać w pamięci? Wykorzystaj liczmany! Jakiegokolwiek. Mogą to być dedykowane liczmany, mogą być patyczki, gumki, guziki, pomponiki itp.

Możesz także, jeśli masz użyć kolorowych pereł Montessori.



Gra “Zakreśl kropki”

Na czystej kartce papieru narysuj dużo, dużo, bardzo dużo kropek. Pamiętaj, aby kropki narysować mniej więcej prosto w poziomie i pionie.

Weź talię kart UNO z usuniętymi kartami funkcyjnymi i tyle kredek w różnych kolorach, ilu jest graczy.

Zasady gry są bardzo proste! Każdy z graczy po kolei bierze jedną kartę, odczytuje na głos liczbę i swoim kolorem kredki zakreśla pętlą tyle kropek ile wskazuje karta:



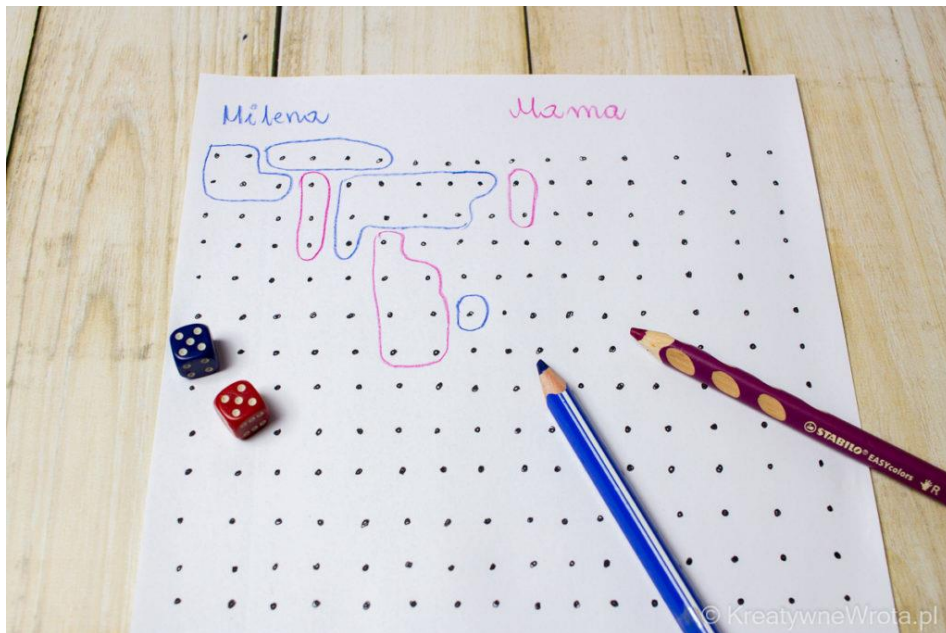
Gracze naprzemiennie biorą jedną kartę i zakreślają kropki na planszy. Wygrywa ten z graczy, który na końcu gry ma zakreślone najwięcej kropek.

Prawda, że proste? A jak mało materiałów potrzeba do tej ciekawej rozgrywki!

Spodobała Ci się gra “Zakreśl kropki”, ale chcesz Waszą zabawę przenieść na wyższy poziom?

Nauka dodawania w grze “Zakreśl kropki”

Przygotuj taką samą planszę z kropkami oraz kolorowe kredki – tyle, ilu będzie graczy. Jeśli użyjesz dwóch kostek, dziecko może w ten sposób ćwiczyć naukę dodawania do 12.



Mam nadzieję, że moje propozycje ćwiczeń i zabaw z kartami do gry w UNO Ci się podobają.

Dobrej zabawy!

Na podstawie strony: KreatywneWrota.pl

21.05.2020 r

Zajęcia Rewalidacyjne -czyli jak wspierać i rozwijać zmysły dziecka, jego rozwój społeczno-emocjonalny oraz inne wrodzone zdolności...i świetnie się przy tym bawić.



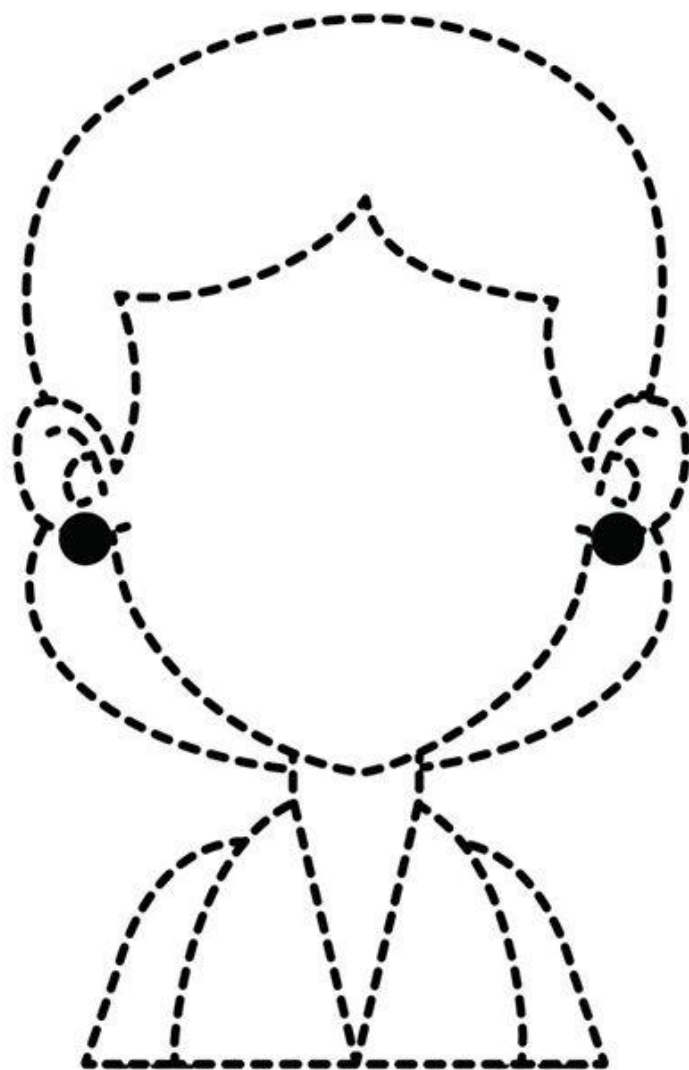
Zaproś mamę lub tatę do wspólnych ćwiczeń



Usiądźcie na dywanie- rodzic za dzieckiem i włączcie poniższy link.

[Dotyk i komunikacja CH. KNILL](#)

Namaluję moją mamę

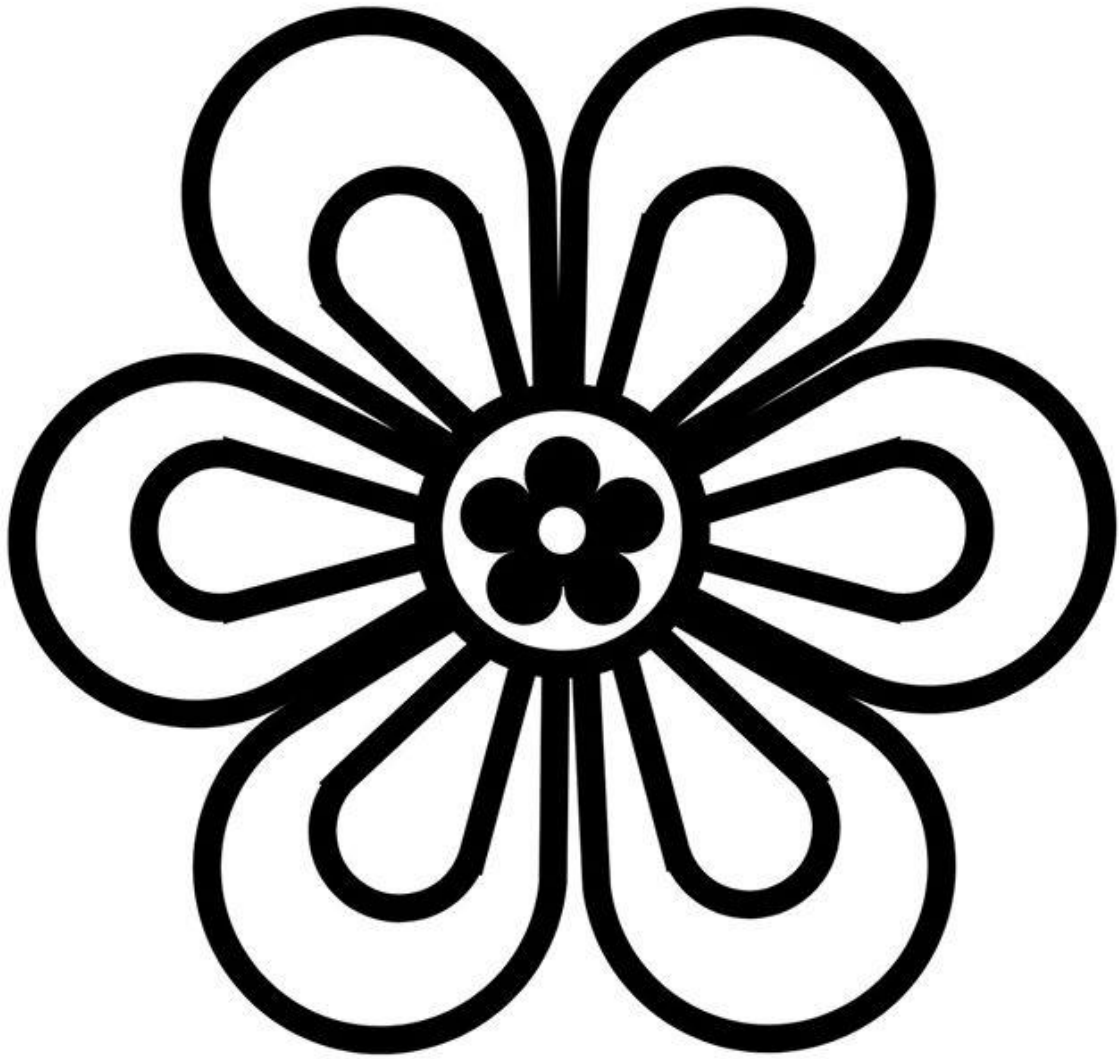


Popraw po śladzie kontury i dokończ portret swojej mamy.

Włosy wykonaj dowolną metodą.

MONIKA GRYGLIKA
KREATYWNIE

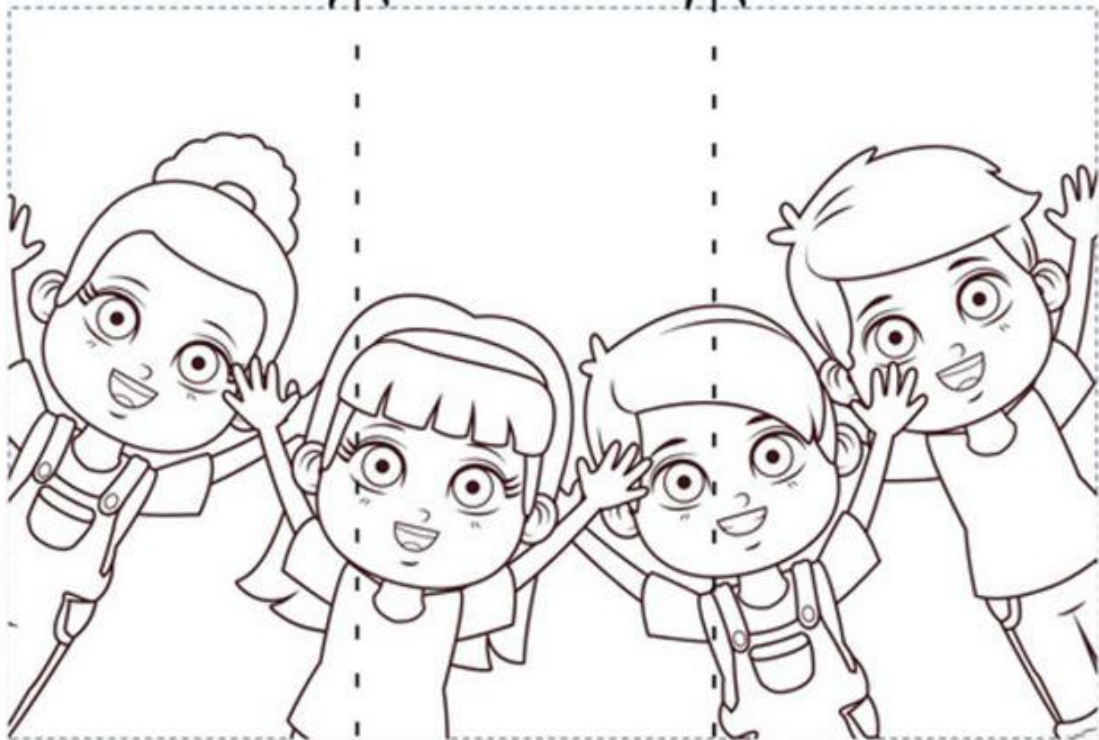
Dla mamy
Wykonaj wydzierankę lub
wypełnij kwiatka plasteliną.



MONIKA GRYGLIKA
KREATYWNIE



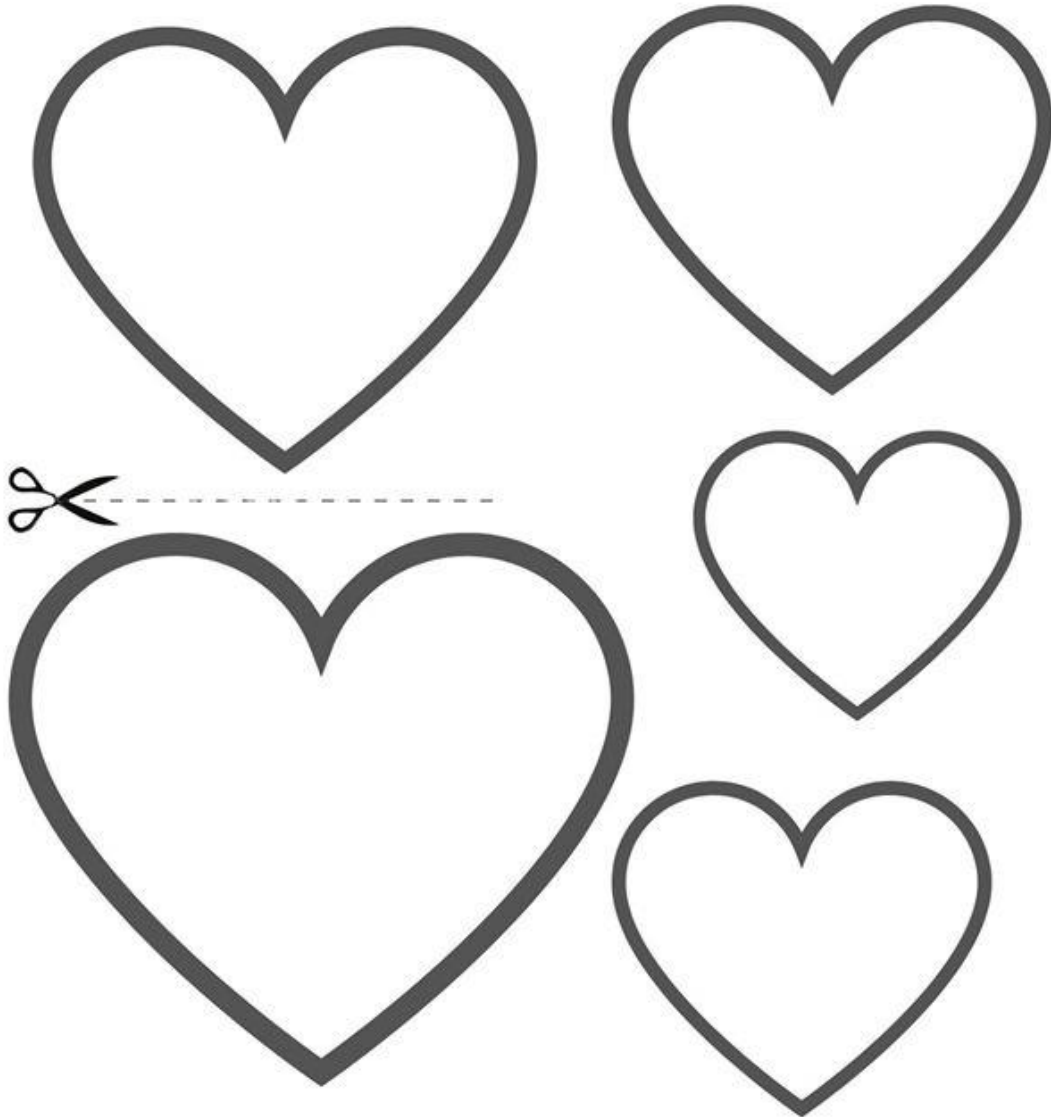
Pokoloruj, ułóż i przyklej.





Moje serce rośnie

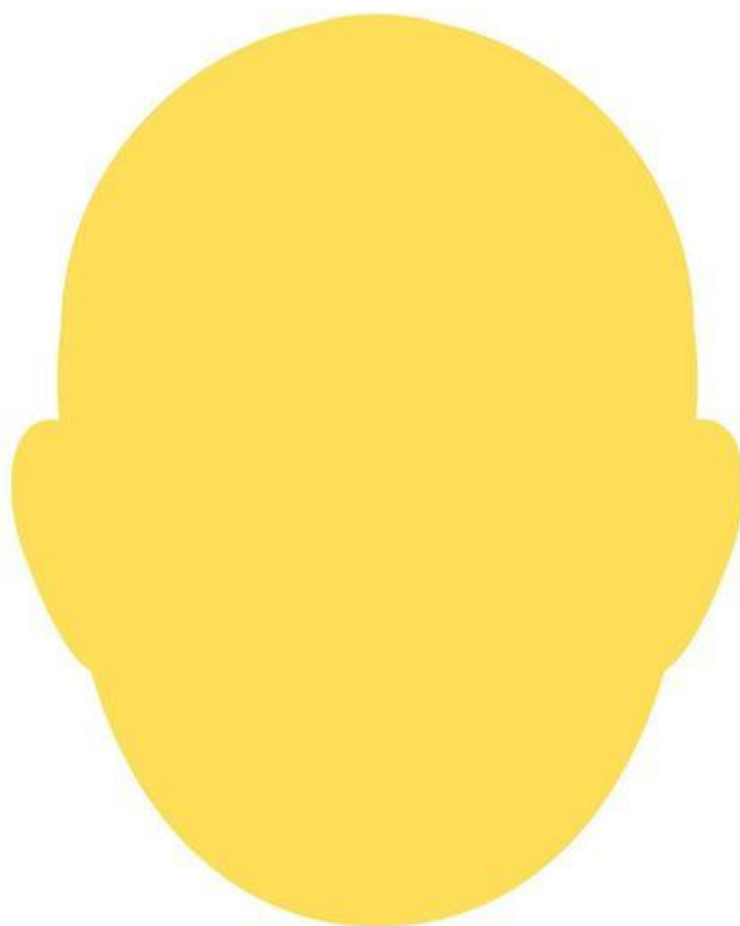
Pokoloruj serca na dowolne kolory i wytnij. Ułóż w kolejności od najmniejszego do największego, (różne sposoby - od największej do najmniejszej, pokaż największe, pokaż najmniejsze...) i przyklej.





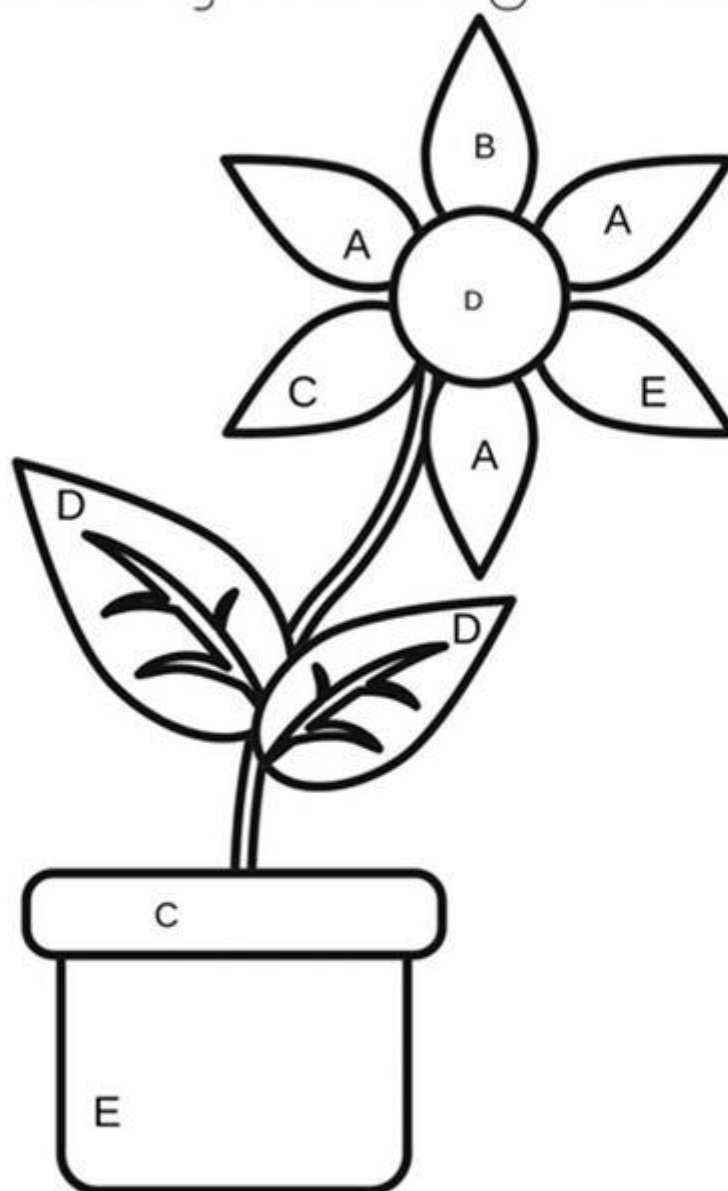
Wizyta u fryzjera

Zostań fryzjerem i wykonaj fryzurę dla swojej mamy. Możesz użyć: cięte paski kolorowego papieru, makaron nitki, muszelki, świderki, wydzieranka, wełna...





Pokoloruj według kodu



A **B** **C** **D** **E**

Pokoloruj obrazek zgodnie z zapisanym niżej kodem.

KREATYWNIE

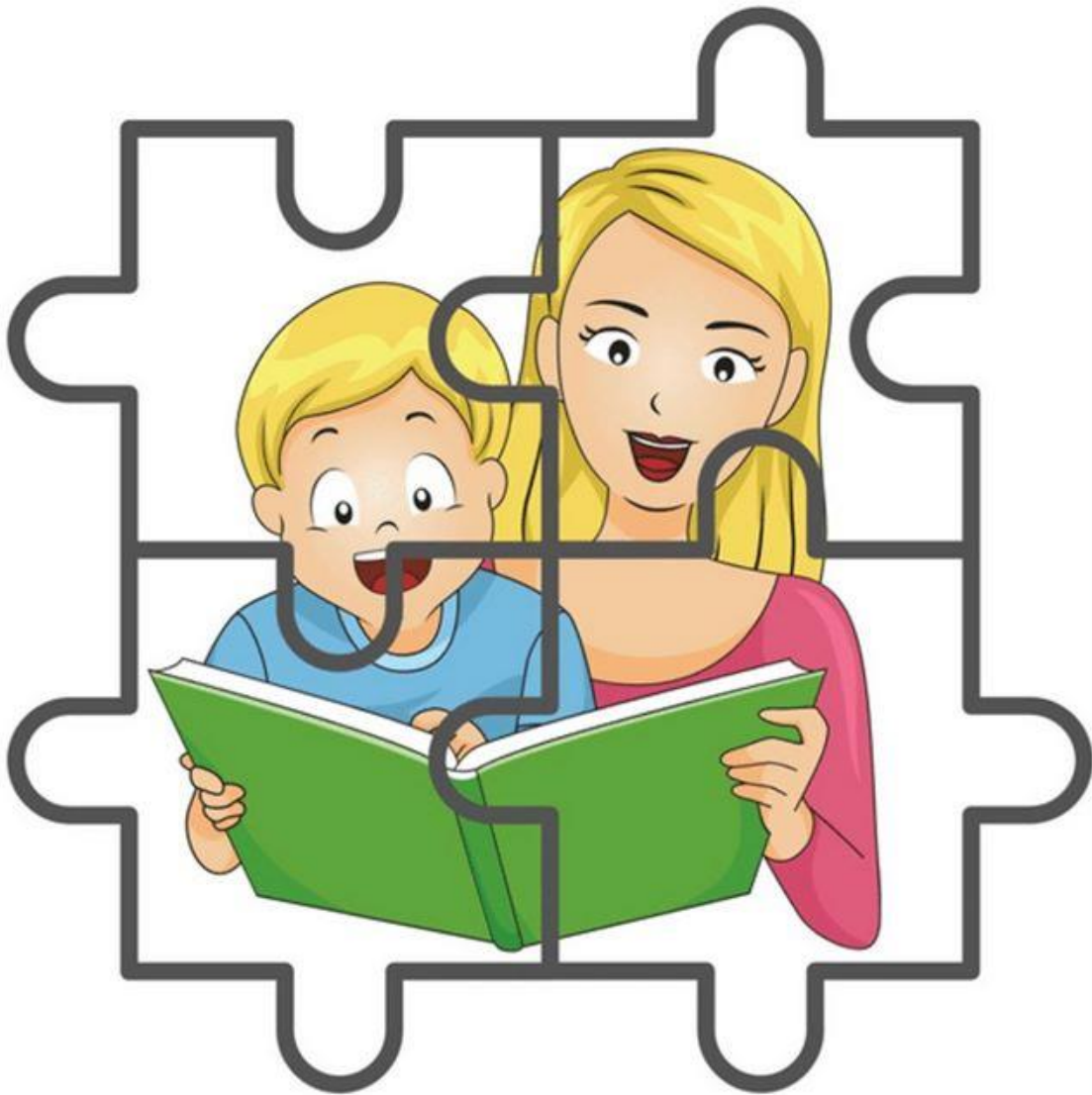


Pokoloruj według kodu



MONIKA GRYGLICKA
KREATYWNIE

Mama i ja



22.05.2020 r

Zajęcia Rewalidacyjne -czyli jak wspierać i rozwijać zmysły dziecka, jego rozwój społeczno-emocjonalny oraz inne wrodzone zdolności...i świetnie się przy tym bawić.

Rozciąganie dźwiękami – zabawa

Ta zabawa zachęci dziecko do poruszania częściami ciała w górę i w dół z unoszącym i opadającym dźwiękiem gwizdka

Potrzebne przedmioty

- Flet z tłokiem.

Jak się bawić?

Co możesz zrobić / Co może zrobić dziecko

1. Pokazać flet. Powiedzieć: „Patrz i słuchaj. Kiedy dmucham w ten instrument, a tłok jest na dole, dźwięk jest niski. Jak przesuwam tłok w górę, dźwięk staje się wyższy”. Dmuchaając, powoli przesunąć tłok w górę. / 1. Słuchać i patrzeć.
2. Powiedzieć: „Oprzyj się rękami o podłogę. Słuchaj dźwięku. Kiedy staje się wyższy, unieś ręce do sufitu. Kiedy staje się niższy, opuszczaj je ku podłodze”. Następnie poleć dziecku unosić stopy, głowę, a potem ręce, stopy i głowę jednocześnie. Zachęcaj je do wyciągania części ciała mocno i prosto. / 2. Poruszać części ciała w górę i w dół w harmonii z opadającym i wznoszącym się dźwiękiem.
3. Różnicować granie na flecie – szybciej, – wolniej, – w górę i dół skali dźwiękowej, dźwięk po dźwięku, – z nieprzewidywalnymi pauzami i nagłymi zrywami. / 3. Reagować w taki sposób, żeby sprostać coraz większemu poziomowi trudności.
4. Zapytać: „W jakiej innej pozycji możemy się ułożyć na podłodze?”. / 4. Zasugerować (lub pokazać) leżenie na plecach, na brzuchu, na boku.
5. Powiedzieć: „Świetnie sobie z tym radzisz. Teraz ty weź flet, a ja będę ruszać się z dźwiękiem”. Wyczyścić ustnik albo dać dziecku jego własny flet. / 5. Wziąć, jeśli jest w stanie, flet i dmuchać w niego, żeby kontrolować swoje ruchy.

Zrób to inaczej

- Bawcie się w *Rozciąganie dźwiękami* siedząc na piłce terapeutycznej lub na stołku na jednej nodze.
- Kucnij i powiedz: „Wyciągnijmy się razem w górę”. Graj na flecie i wyciągaj stopniowo na palcach stóp razem z dzieckiem.

Cele/korzyści

- Słuchanie opadającego i rosnącego dźwięku poprawia uwagę i dyskryminację słuchową.
- Patrzenie na przesuwający się tłok integruje wzrok ze słuchem.

- Poprawienie postury poruszanie części ciała w stronę przeciwną grawitacji zgodnie z prędkością i tonacją dźwięku poprawia zmysł kinestetyczny, zmysł równowagi i ogólną integrację sensoryczną, od stóp po głowę.
- Dmuchiwanie we flet z równoczesnym przesuwaniem tłoka w górę i w dół wzmacnia planowanie motoryczne, siłę i koordynację obustronną.
- Dmuchiwanie poprawia też oddychanie i umiejętności oralno-motoryczne.
- Siedzenie na niestabilnej piłce lub stołku na jednej nodze poprawia posturę i poczucie równowagi.
- Wspólna zabawa z innymi dziećmi rozwija umiejętności społeczne i wzmacnia poczucie przynależności.

źródło: C. S. Kranowitz: „Nie-zgrane dziecko...”, HARMONIA UNIVERSALIS, Gdańsk 2015

"Jaka pogoda jest dziś w tobie? Zamknij oczy i obserwuj, co czujesz".

Jeśli chcemy pomóc dziecku nauczyć się radzenia sobie z silnymi emocjami, metafora pogody pomoże mu nabrać do nich dystansu.



Eline Snel, autorka książki
"Uważność i spokój żabki"

wydawnictwo
cojanato?
www.cojanato.pl

Sprawdź, jaka pogoda panuje w tobie. Nie mów sobie "to źle, że czuję złość", albo "to źle, że jestem smutna", nie oceniaj tego, co czujesz. Po prostu to rozpoznaj i.. tyle.

Dzieci (nie tylko zresztą) biorą często uczucia za fakty, dają się im opanować i ponieść. Pomóżmy im spojrzeć na uczucia z dystansem. Kiedy nauczą się postrzegać je jako coś oddzielnego od nich samych, coś, co ulega modyfikacji, ma swój początek i koniec i nie zawsze jest bezpośrednio związane z rzeczywistością, stopniowo będą mogły nauczyć się akceptować to, co czują, nie dając się temu opanować. To jedna z podstawowych umiejętności silnego, harmonijnego człowieka, który po prostu dobrze radzi sobie w życiu. ❤️

PROGRESYWNA RELAKSACJA MIĘŚNI

trening Edmunda Jacobsona

Jedną z najstarszych technik, która miała na celu zmniejszenie napięć emocjonalnych to relaksacja mięśniowa. Wykonywana systematycznie wzmacnia koncentrację uwagi, rozwija wyobraźnię, redukuje lęki i agresję, poprawia relacje w grupie. Poniżej przykłady ćwiczeń dla dzieci.



Dziecko wszystkie ćwiczenia powinno wykonywać w pozycji leżącej. W trakcie relaksacji będą przeplatać się dwa stany: napięcia i rozluźnienia mięśni.

SILNY DRWAŁ

Przed ścięciem drzewa pokaż jak silne masz bicepsy. Zegnij i napnij przez kilka sekund najpierw prawą, a następnie lewą rękę. Rozluźnij mięśnie.



ŚCIĘTE DRZEWO

Teraz Twoim zadaniem jest ścięcie drzewa. Leżąc zrób zamach prawą ręką i zetnij drzewo po Twojej lewej stronie. Naciśnij jak najmocniej na jego korzeń i rozluźnij mięśnie. Teraz zmień rękę.



SPACER W LASIE

Drwał dużo chodzi po lesie i ma silne nogi. Połóż jedną nogę, a pod kolono drugiej włóż deskę (może to być, np. klocek) i napnij mięśnie. Teraz rozluźnij. Zmień nogę.



WESTCHNIENIE DRWAŁA

Drwał ma bardzo dużo pracy. Czasem głośno wzdycha. Nabierz bardzo dużo powietrza w płuca i napnij brzuch. Teraz go rozluźnij.



ZMARTWIENIE

Ścinanie drzew to nie takie proste zadanie. Czasami drzewo jest zbyt duże i drwał nie może sam go ściąć. Pokaż jak się martwisz. Zmarszcz czoło, a teraz rozluźnij mięśnie.



KRZYK DRWAŁA

Czy widziałeś zdenerwowanego Drwala? Może go naśladować. Pokaż jak mocno zaciskasz szczękę, a następnie rozluźnij je. Ułóż wargi tak, jakbyś chciał krzyknąć. Napnij je i rozluźnij.



ODPOCZYNEK

Po tak ciężkiej pracy zasłużyłeś na wypoczynek. Poleż i rozluźnij mięśnie. Każdy Drwał tak robi.