

1. Kołysanie (stymulacja układu przedsionkowego).

Za dzieckiem staje dorosły. Trzymając dziecko mocno na wysokości bioder lub tułowia, śpiewaj słowa piosenki podane niżej (do melodii Panie Janie). Najpierw kołysz dziecko z boku na bok, a potem w przód i tył. Bujaj je na tyle, by poczuło że ciało podczas tego ruchu odchyła się od pionu. Kiedy znajdzie się w pionie, powiedz: „Stop!” Możemy też włączyć tutaj również różnicowanie tempa- ”wolno, szybko”.

Kołyszemy, kołyszemy.

Teraz stop!

Teraz stop!

Znowu kołyszemy,

znowu kołyszemy.

Teraz stop!

Teraz stop!

Siłę, z jaką kołyszemy dziecko należy dostosować do jego indywidualnych preferencji. Modyfikacją ćwiczenia może być posadzenie dziecka na naszych kolanach .

2. Schemat ciała.

Śpiewamy z dzieckiem piosenkę „głowa, ramiona, kolana, pięty, kolana, pięty, kolana, pięty, oczy uszy, usta nos...” (możesz posiłkować się piosenką wykorzystując telefon- ważne by dziecko w tym czasie nie patrzyło na ekran) i pokazujemy poszczególne części ciała.

3. Rzut do celu.

Uczymy dziecko zwijać kulkę ze skarpet. Wyznaczamy miejsce (np. stoi na kolorowej kartce) i rzuca do miski lub kartonu kuleczkę ze skarpet.

Jeśli dziecko ma trudności ze zrobieniem kulki ze skarpet możemy zastąpić to kulkami z papieru (zgniatając je dziecko ćwiczy dodatkowo ruchy dłoni).

4. Skarby w ryżu, fasoli lub makaronie (stymulacja dotykowa).

Napełniamy pojemnik ryżem. Użyjmy szerokiego pojemnika, który pozwoli kopać dzieciom bez rozsypywania. Zakop przedmioty (samochodziki, piłeczki pingpongowe, smakołyki w papierkach) i ruszamy do poszukiwania skarbu!