

# Terapia pedagogiczna

## zestaw 2

Opracowała mgr Monika Zakrzewska



## Polowanie na niedźwiedzie

Dziecko rozwija swoją koordynację obustronną wtedy, gdy używa obu stron ciała jednocześnie. Wykonywanie przeróżnych ruchów rozwija świadomość własnego ciała, koordynację dużej motoryki, umiejętność stopniowania siły ruchu, planowanie motoryczne i kinestezję.

### Co mówisz

„Zapolujmy na niedźwiedzie. Chodźcie ze mną”.

„Chodźmy. Idziemy, idziemy, idziemy idziemy, idziemy”.

„O jesteśmy w wysokiej trawie. Musimy rozchylić trawę, żebyśmy mogli przejść. Trawa delikatnie szeleści – szszszsz”

„Ach, rzeka. Chyba musimy ją przepłynąć. Płyniemy, płyniemy, płyniemy”.

„Wysuszmy się i strzepmy z siebie wodę. Trzęsiemy się, trzęsiemy się, trzęsiemy się”.

### Co robicie

Siedzicie na podłodze lub na krzesłach.

Rytmicznie uderzajcie dłońmi o uda lub chodźcie w miejscu, poruszając stopami: lewa – prawa, lewa – prawa.

Złączcie grzbiety dłoni, a następnie oddalcie je od siebie na boki, jakbyście rozgarniali wysoką trawę.

Ruszajcie się tak, jakbyście naprawdę płynęli:

- żabką,
- kraulem,
- motylkiem,
- na boku,
- pieskiem.

Potrząśajcie przez chwilę głową, rękami i nogami, aż opadną z was wszystkie kropelki wody.



„Rozejrzyjmy się. Widzicie gdzieś niedźwiedzia? Ja nie widzę, a wy?”

„Patrzcie, duże drzewo. Może z wierzchołka drzewa wypatrzymy niedźwiedzia. Wspinamy się na drzewo. Wspinamy, wspinamy, wspinamy”.

„Widzicie coś? Nie? Ja też nie. Chodźmy na dół. Na dół, na dół, na dół”

„O, kolejna rzeka! Ale teraz mamy łódkę i wiosła. Chodźcie, wejdźmy na łódkę i wiosłujmy. Wiosłujemy, wiosłujemy, wiosłujemy”.

„Musimy zaciągnąć łódkę na brzeg. Weźcie linę do ciągnięcia. Ciągnijcie, ciągnijcie”.

„Widzicie jakieś niedźwiedzie?”

„Ja też żadnych nie widzę. Jesteśmy na mulistym bagnie. Musimy się przez nie przedrzeć. Chłup, chlup, chlup”.

Przyłóżcie dłonie do brwi bokiem, jak daszek przeciwsłoneczny. Popatrzcie w lewo i w prawo.

Wykonujcie ruchy, jakbyście wspinali się na drzewo – lewa – lewa – prawa, lewa – prawa. Za każdym razem wyciągnijcie ręce wyżej. Gdy już będziecie na samej górze, wyciągnijcie szyję i rozejrzyjcie się.

Zacznijcie z rękami uniesionymi wysoko nad głowę. Stopniowo obniżajcie je w trakcie schodzenia z drzewa.

Wykonujcie takie ruchy, jakbyście wiosłowali (każde z was dwoma wiosłami).

Daj każdemu dziecku wymyśloną linę. Ciągnijcie linę, aż łódka będzie na brzegu.

Rozejrzyjcie się.

Podnoście powoli nogi, tak jakby były bardzo ciężkie: lewa – prawa, lewa – prawa, lewa – prawa, lewa – prawa. Wydawajcie przy tym odgłosy naśladujące chlupotanie, mlaskanie.



„O, duża góra. I jaskinia. Chcemy wejść do środka? Tak? No, dobrze, ale trochę się boję. A wy?”

„Ojej, jest tak ciemno, że niczego nie widzimy. Musimy iść po omacku”.

„Hmm, co to? Jest duże, ciepłe i futrzane... Ojej, to niedźwiedź! Chodźcie, musimy uciekać! Biegniemy, biegniemy, biegniemy”.

„Szybko! Goni nas! Musimy się przedrzeć przez bagno! Chlup, chlup, chlup. Jest nasza łódź. Musimy zepchnąć ją do rzeki. Pchamy, pchamy. Musimy wiosłować. Wiosłujemy, wiosłujemy. Jest drzewo. Musimy się na nie wspiąć, żeby zobaczyć, czy niedźwiedź nas dogania. Wspinamy się, wspinamy się. Jest! Widzę go! Zejdźmy na dół!”

„Jesteśmy w domu! Otwórzcie drzwi! Zatrzaśnijcie drzwi! Biegiem na górę! Schowajmy się pod łóżkiem! Uff, jesteśmy bezpieczni... Wcale się nie bałem, a wy?”

Drżysz ze strachu.

Wyciągnijcie ręce przed siebie i ruszajcie nimi tak, jakbyście próbowali wymacać drogę po ciemku.

Szybko uderzajcie dłońmi o kolana lub ruszajcie nogami w miejscu tak, jakbyście biegali: lewa – prawa, lewa – prawa, lewa – prawa.

Powtórzcie wszystkie czynności od tyłu.

Odetchnijcie z ulgą.





**1. Wąż z ciastoliny:** zabawa poprawia umiejętności wzrokowo motoryczne.

**2. Potrzebne będą:** ciastolina lub plastelina, kolorowe spinacze biurowe lub pinezki

**3. Zadaniem dziecka jest** ulepić kulę z ciastoliny. Następnie walcować obiema rękoma kulę tak, żeby powstał długi ogon. Uformować długiego węża. Dziecko wbija w węża spinacze (blisko siebie) według wybranego wzoru, np.

2 czerwone, 1 żółty, 2 niebieskie, 1 zielony spinacz.

**4. Pokryj całą powierzchnię węża.**

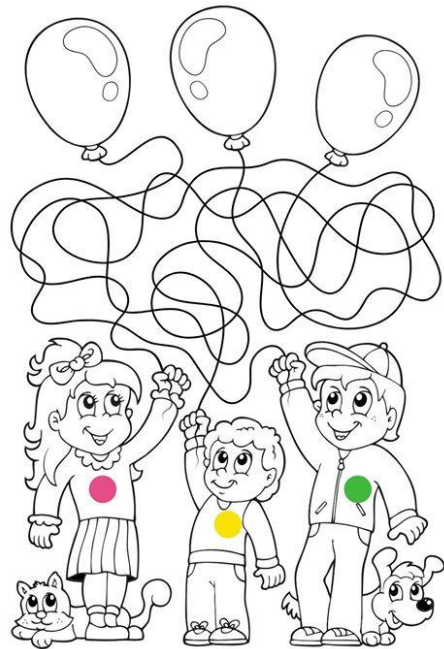
Spinacze chwytaj palcem wskazującym, kciukiem i środkowym.

Gdy skończysz wbijać spinacze powiedz głośno: „Skończyłem zadanie”.



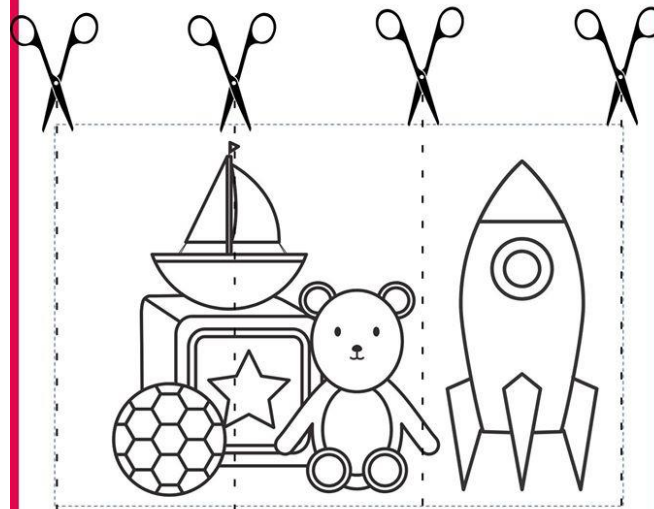
# KARTA PRACY

*Pokoloruj według kodu.*



MONIKA GRZYLIĆKA  
KREATYWNIŹE

*Pokoloruj, potnij na paski,  
ułoż i przyklej.*



MONIKA GRZYLIĆKA  
KREATYWNIŹE

*Popraw po przerywanej linii i dokończ malowanie.*



MONIKA GRZYLIĆKA  
KREATYWNIŹE

Udanej zabawy!

