

Terapia pedagogiczna

zestaw 3

Opracowała mgr Monika Zakrzewska





Źródło: AUTYZM. LIFE

Klamerki – ćwiczenia sensoryczno-motoryczne: zabawa wpływa na rozwój chwytu szczypcowego potrzebnego przy nauce pisania

Potrzebne będą:

- wieszak,
- koszyk lub pudełko z kolorowymi klamerkami.

Zadaniem dziecka jest:

zawieszenie wieszaka np. na gałce szuflady lub innym dostępnym miejscu. Może położyć wieszak na stole i wykonywać zadanie w pozycji siedzącej. Następnie wyciąga klamerki z koszyczka i przypina do dolnej części wieszaka trzymając drugą rękę za plecami (w przypadku wieszaka, który wisi).

Może ustalić na początku kod kolorów.

Możemy przypisać 1 klanek w miarę, itp.

Ćwiczenia oddechowe- wykonujemy stopniowo, bez najmniejszego wysiłku. Powtarzamy je kilkakrotnie, w pewnych odstępach czasu. Nie należy ćwiczyć za długo, by nie dopuścić do zmęczenia i hiperwentylacji.

Rozpoczynamy ćwiczenia w pozycji leżącej

- leżąc na plecach - jedna ręka na żebrach, druga na brzuchu w okolicy pępka, wyczuwaj ruchy żeber i brzucha,
- wykonaj spokojny głęboki długi wydech, przy wdechu zapamiętaj ruchy żeber na zewnątrz i brzucha ku przodowi,
- swobodny wdech nosem i ustami - na wydechu liczymy w myślach. Pamiętajmy, że nie należy doprowadzać do pełnego wydechu powietrza z płuc,

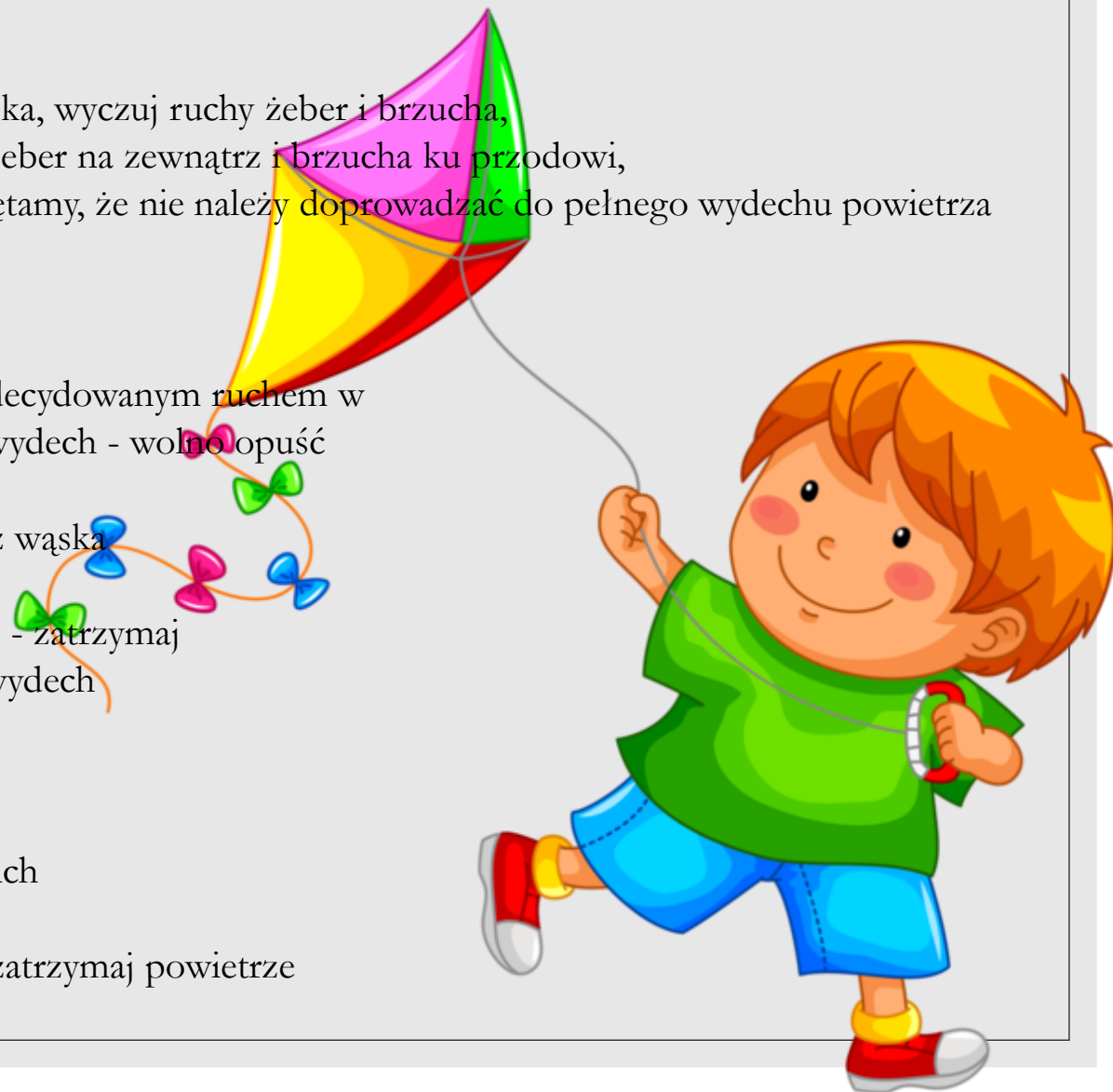
Postawa stojąca

- stań swobodnie w małym rozkroku - ramiona luźno opuszczone unieś zdecydowanym ruchem w bok do poziomu barków, z jednoczesnym pełnym, głębokim wdechem - wydech - wolno opuść ramiona bokiem w dół,
- wykonaj wdech wykorzystując całą przestrzeń jamy ustnej - wydech przez wąską szczelinę – ffffffff
- 'wąchanie kwiatów' (wyczuwaj ruchy skrzydełek nosa), weź wdech nosem - zatrzymaj powietrze w płucach na parę sekund, następnie wykonaj spokojny długi wydech - ćwiczenie to wykonuj z otwartymi i zamkniętymi oczami,

Ćwiczenia przy stoliku

ćwiczenie wdechu - przenoszenie na wdechu przez słomkę drobnych lekkich drobiazgów - ryż preparowany, waciki, itp.,

Położ na dłoni wacik lub kulkę z papieru wykonaj pełny wdech ustami - zatrzymaj powietrze i zrób szybki wydech 'zdmuchnij świeczkę'





PRZYPNIJ KLAMERKĘ



RÓŻA

PREZENT

KARTKA

SERCE

KUBEK

KOPERTA

PREZENT

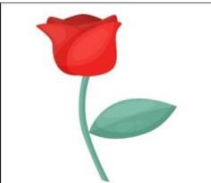
BALONY

RÓŻA

MUFFINY

SERCE

TELEFON



MUFFINY

MIŚ

KOPERTA

BALONY

RÓŻA

TELEFON

KARTKA

SERCE

MIŚ

KOPERTA

PREZENT

KUBEK

"Designed by Freepik" <http://www.freepik.com>

<https://mala275.blogspot.com>

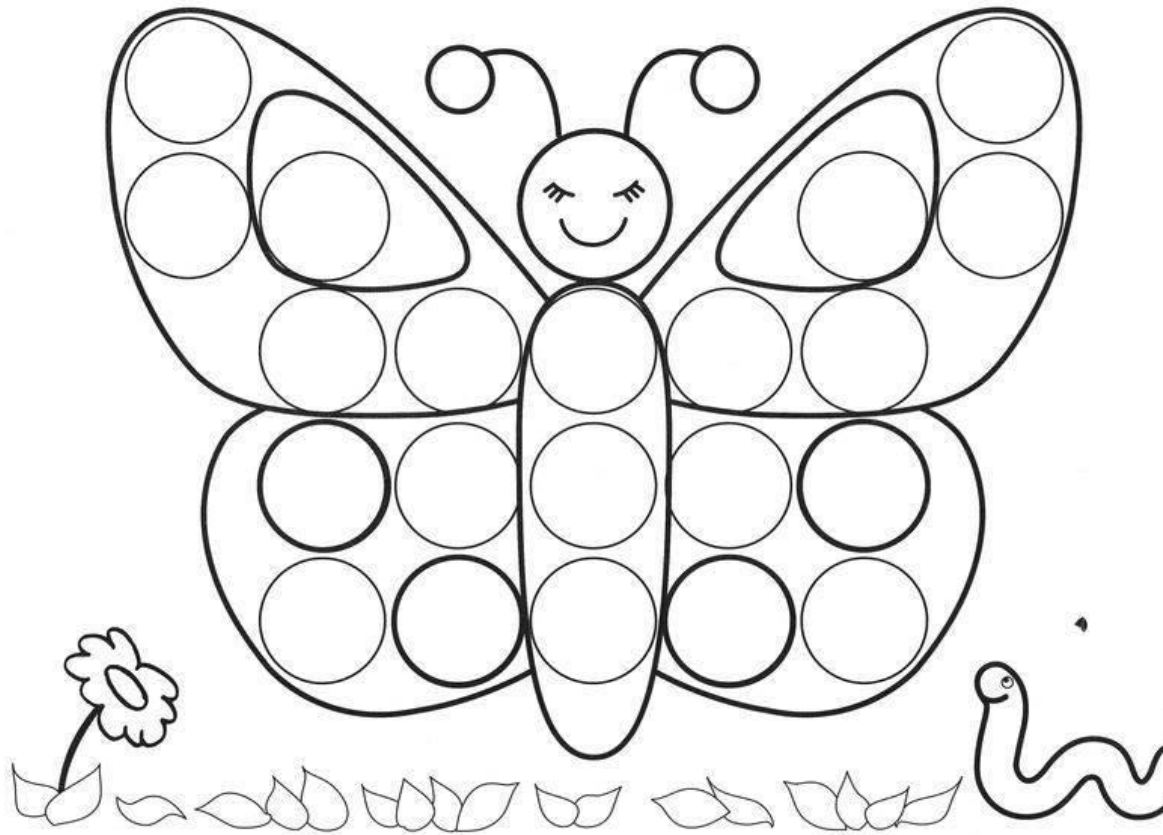
Przypnij klamerkę: ćwiczenia w czytaniu

Potrzebne będą: karta pracy do druku w załączniku, nożyczki, klamerki

Zadaniem dziecka jest nazwać ilustrację, odczytać wyrazy umieszczone po prawej lub lewej stronie obrazka, a następnie przypiąć klamerkę do odpowiedniego napisu



KARTA PRACY



Wyklejanie kropek z plasteliny na kartkach papieru dostarcza wielu bodźców sensorycznych. Ćwiczy motorykę małą; wzmacnia mięśnie palców, pobudza zmysł dotyku, wpływa na koordynację wzrokowo-ruchowo-przestrzenną i umożliwia planowanie motoryczne.

Zadaniem dziecka jest: pokolorować obrazek, a miejsca kropek wykleić kuleczkami z plasteliny.

Mitej zabawy!

