



Opracowanie:
Zespół Terapeutyczny
PP-P Nr 8

PROPOZYCJE ZABAW I ĆWICZEŃ PRZYGOTOWUJĄCYCH DO NAUKI CZYTANIA I PISANIA

1. Ćwiczenia i zabawy rozwijające percepcję wzrokową, pamięć i koordynację wzrokowo-ruchową:
 - znajdowanie par identycznych obrazków (np. memo, karty „Piotruś”, loteryjki, domino),
 - układanie figur, kształtów, szeregów (rytmów) np. z figur geometrycznych o różnych kształtach i rozmiarach wg wzoru i z pamięci,
 - układanie puzzli, składanie pociętych obrazków wg wzoru,
 - konstruowanie z kłoców, np. Lego,
 - znajdowanie różnic między dwoma obrazkami,
 - labirynty, rysowanie kształtów poprzez łączenie kropek, pisanie po śladzie,
 - uzupełnianie na rysunkach brakujących elementów,
 - obrysowywanie kształtów figur oraz szablonów różnych wzorów,
 - zabawa: „Zgadnij, co to jest?” – dziecko odgaduje, jaki przedmiot opisujemy,
 - zabawa: „Czego brakuje?”, „Co zmieniło swoje miejsce?” – wybieramy kilka przedmiotów układając je, na przykład w szeregu. Po zapoznaniu się z nimi, dziecko zamyka oczy, rodzic usuwa jeden z przedmiotów. Zadaniem dziecka jest odgadnięcie, czego brakuje. W drugiej wersji dziecko rozpoznaje, który przedmiot zmienił swoje położenie.

2. Ćwiczenia i zabawy rozwijające percepcję słuchową oraz słuch fonematyczny:

- ćwiczenia rytmiczne – odtwarzanie rytmu podanego przez Rodzica za pomocą klaskania, tupania,
- rozpoznawanie dźwięków otoczenia – przedmioty domowe lub dźwięki nagrane na płytę,
- zabawa w słuchanie ciszy (wysłuchiwanie i nazywanie dźwięków dochodzących z otoczenia),
- zabawy sylabowe: dzielenie wyrazów na sylaby, składanie wyrazów z podanych sylab, znajdowanie słów na podaną sylabę, np. „ko-”: *ko – nik, ko – szyk, itp.*
- wyodrębnianie głosek w podanym wyrazie: na początku, na końcu oraz w środku (w środku – wyrazy 3-głoskowe),
- wyszukiwanie wyrazów na umówioną głoskę,
- znajdowanie przez dziecko rymów do podanych przez Rodzica wyrazów,
- liczenie przez dziecko wyrazów w zdaniu podanym przez Rodzica.

3. Ćwiczenia rozwijające wypowiedzi słowne oraz logiczne myślenie:

- opowiadanie treści ilustracji,
- rozmowa na temat przeczytanej historyjki, opowiadania, obejrzanego filmu lub kreskówki,
- układanie historyjek obrazkowych i opowiadanie ich treści, pytanie dziecka o to, co wydarzyło się „przed/najpierw”, a co „po/później” i dlaczego?
- modelowanie scenek z życia codziennego i wcielanie się w role, zabawa w teatrzyk,
- rozwiązywanie zagadek i zachęcanie do tworzenia prostych zagadek przez dziecko.



Przykładowe pomoce:

Do ćwiczeń percepcji wzrokowej:

„Nawlekaj, nie czekaj” (wyd. Alexander), „Bazgrozyt XXL – kreatywne kolorowanki” (wyd. Mówimy obrazami), „Kropka do kropki. Gimnastyka ręki – świetna zabawa” (wyd. Jedność).

Do ćwiczeń słuchowych:

„Bim-bom – gra edukacyjna o dźwiękach” (wyd. Granna), „Sylaby do zabawy” oraz „Głoski do zabawy” (wyd. Alexander).

Do ćwiczeń rozwijających umiejętność wypowiedzi słownych:

„Opowiem Ci mamę” (wyd. Alexander), „6-elementowe historyjki obrazkowe” (wyd. Harmonia).

Strony internetowe z pomysłami ćwiczeń dla dzieci:

bazgrozyt.pl, superkid.pl, zyraffa.pl, koloroweobrazki.pl

Ćwiczenia rozwijające sprawność grafomotoryczną:

- malowanie palcami, pędzlami, wata, itp., linii poziomych, falujących, łamanych, spiralnych, różnorodnych form geometrycznych,
- rysowanie linii pionowych, poziomych, falistych, pętelkowych, itp.,
- lepienie z gliny, plasteliny, modeliny różnorodnych kształtów, liter, cyfr,
- ugniatanie rękami kul z gazet, rzucanie kulami do celu,
- nawlekanie koralików lub innych drobnych elementów na sznurek,
- wycinanie, wydzieranie z papieru,
- składanie origami,
- łączenie punktów, przechodzenie labiryntów bez przekraczania „ścianek”,
- kalkowanie i odwzorowywanie różnej wielkości literopodobnych kształtów, wzorów,
- pisanie po śladzie.

PROPOZYCJE ĆWICZEŃ ZALECANYCH DO WSPOMAGANIA ROZWOJU PROCESÓW INTEGRACJI SENSORYCZNEJ

1. Ćwiczenia zmysłu równowagi:

- ruchy do przodu, do tyłu – bieganie, startowanie i zatrzymywanie się, bujanie się,
- ruchy posuwiste – jazda na hulajnodze,
- chodzenie po krawężniku, na piętach, na palcach, na bocznych krawędziach stóp,
- skakanie na skakance,
- skakanie na jednej nodze, przeskakiwanie z nogi na nogę.

2. Ćwiczenia w zakresie dotyku i czucia głębokiego:

- zabawa w zgadywanie, co to za przedmiot przez wyczuwanie. Prosimy, by dziecko bez patrzenia wyjęło z woreczka i odgadło dany przedmiot. Zabawę należy przeprowadzić po zapoznaniu dziecka z przedmiotami, które włożymy do woreczka (np.: łyżka mała, duża, kapsel, guzik, kredka itp.),
- poznawanie i rozpoznawanie sypkich faktur (ryż, fasola, makaron) oraz ukrywanie w sypkich fakturach różnych przedmiotów,
- zabawy w terenie, doświadczanie rękoma i bosymi stopami trawy, piasku, kamieni,
- masowanie dziecka podczas kąpieli dwoma, trzema rodzajami różnych gąbek (miękkich, szorstkich),

- zabawa w odczuwanie różnych temperatur przedmiotów np. lód – zimno, balsam rozgrzewający – ciepło, spirytus salicylowy – chłód,
- zabawa w naleśnik – zawijamy dziecko w kołdrę lub w matę (nie zawijamy głowy), zadaniem dziecka jest samodzielne rozwinięcie się (wykonywać jednorazowo maksymalnie 3 razy).

3. Ćwiczenia koordynacji wzrokowo-ruchowej.

- odbijanie podwieszanej piłki, balonika w pozycji siedzącej, leżącej, stojącej rękoma, nogami,
- zbijanie baniek mydlanych ręką, nogą, raketkami, łapanie baniek oburącz, w kubeczki.

4. Ćwiczenia na przekraczanie linii środkowej ciała:

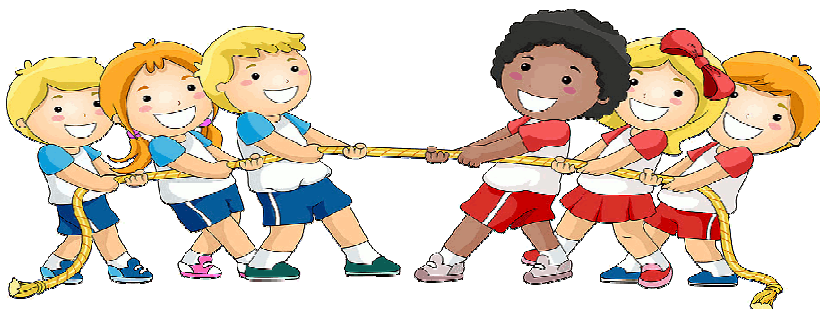
- dziecko leżąc na plecach, przekłada przedmioty znajdujące się z jednej strony ciała na drugą, sięga po nie wyprostowaną ręką. Głowa leży nieruchomo, w linii środkowej, oczy wiodą za ręką trzymającą przedmiot, aż do odłożenia go na drugą stronę ciała. Ruch ciała jest powolny.

5. Ćwiczenia rozwijające funkcje słuchowe:

- zagadki dźwiękowe – uderzanie patykiem, łyżeczką w różne przedmioty, np. w szklanę, emaliowany garnek, naczynie aluminiowe, i wywoływanie dźwięku, upuszczanie na stół różnych przedmiotów, np. monet, kluczy, orzecha, klocka, piłeczki. Dziecko w tym czasie ma zasłonięte oczy lub jest odwrócone tyłem, następnie wskazuje przedmiot, który wydał dźwięk i nazywa go.

6. Inne ćwiczenia rozwijające integrację sensoryczną:

- taczki,
- turlanie,
- naśladowanie chodu zwierząt, np. kraba,
- „kołyski” na brzuchu lub na plecach,
- zabawa w przeciąganie liny.





Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna Nr 8

00-739 Warszawa, ul. Stępińska 6/8, tel./fax 22 841 14 23

www.ppp8.pl; info@ppp8.pl

Oddział Postdiagnostyczny Poradni

02-760 Warszawa, ul. Kaspijska 16A, tel./fax 22 642 69 20

Adres do korespondencji: 02-760 Warszawa, ul. Kaspijska 16A