

Drodzy Rodzice,

w związku z zaistniałą sytuacją i brakiem możliwości bezpośredniego spotkania się z Waszymi pociechami przesyłamy propozycje ćwiczeń dzięki którym, Wasze dziecko będzie miało okazję potrenować pamięć, spostrzegawczość, logiczne myślenie, koncentrację i wiele innych umiejętności.

Cele terapeutyczne:

- stymulowanie myślenia, kojarzenia, pamięci, uwagi;
- stymulowanie funkcji percepcyjno-motorycznych niezbędnych do opanowania podstawowych umiejętności szkolnych: pisania, czytania, liczenia;
- utrwalanie nabywanych wiadomości i umiejętności szkolnych.

1. Usprawnianie grafomotoryki:

- ćwiczenia rozmachowe: „rysowanie” w powietrzu dużych kształtów;
- lepienie z plasteliny, wydzieranki, wycinanki;
- oburęczne malowanie dużych kształtów, np. kół;
- ugniatanie kół i małych kulek z gazet, bibułki;
- ugniatanie w dłoniach małych gumowych piłeczek;
- ćwiczenia palców: otwieranie i zamykanie dłoni;
- masowanie dłoni i ramion;
- przed pisaniem moczenie dłoni w ciepłej wodzie;
- korzystanie z nakładek na ołówki, długopisy;
- kolorowanie płaszczyzn w książeczkach z obrazkami;
- kalkowanie;
- pisanie po śladzie;
- pisanie ciągu liter bez oderwania ręki, rysowanie „leniwej” ósemki;
- rysowanie szlaczków rozpoczętych od lewej strony;
- kreślenie linii pionowych (z góry w dół) i poziomych (z lewej do prawej);
- ćwiczenia w rysowaniu okręgów i spirali w obu kierunkach;
- dokładne kolorowanie obrazków zawierających drobne elementy;
- łączenie kropek;

- odwzorowywanie rysunków zgodnie ze wzorem;
- prowadzenie linii w labiryntach;
- wycinanie z papieru (linie proste, faliste, formy geometryczne, rysunki konturowe).

2. Ćwiczenia na koncentrację uwagi:

- układanki, puzzle, tangramy;
- memory, domina;
- odnajdywanie różnic pomiędzy obrazkami różniącymi się drobnymi szczegółami;
- zapamiętywanie przedmiotów;
- łączenie punktów, obrysowywanie szablonów, rysowanie po śladzie;
- dyktanda graficzne wg instrukcji nauczyciela;
- zabawy konstrukcyjne;
- pisanie na plecach;
- przepisywanie diagramów wg wzoru;
- dopasowywanie cieni;
- wyszukiwanie wyrazów w ciągu liter;
- rozwiązywanie sudoku;
- kolorowanie wg instrukcji.

3. Stymulowanie rozwoju poznawczego:

- czytanie i omawianie tekstów o różnorodnej treści;
- oglądanie i rozmowy na podstawie ilustracji, zdjęć itp.;
- wykorzystanie przekazów multimedialnych do pobudzania zainteresowań otaczającym światem.

4. Rozwijanie umiejętności logicznego myślenia, analizowania, dedukowania:

- rozwiązywanie łamigłówek, rebusów, zagadek;
- rozwiązywanie zadań tekstowych;
- zabawy puzzlami, klockami logicznymi;
- zadania z zastosowaniem poznanych reguł i zasad matematycznych.

5. Ćwiczenia usprawniające pamięć:

- gry rozwijające logiczne myślenie (memory, scrabble);

- zagadki graficzne;
- tworzenie krótkich tekstów z rozsypani wyrazowej jako odtworzenie tekstu słyszanego;
- odczytywanie ułożonego tekstu;
- układanie tekstu w oparciu o ilustrację i czytanie głośne całymi wyrazami;
- rozwiązywanie zadań w oparciu o uprzednio przeczytany tekst;
- rozwiązywanie zadań zgodnie z wytycznymi podanymi ustnie w poleceniu;
- powtarzanie sylab i połączeń sylabowych;
- zapamiętywanie układów przedmiotów, ich wzajemnego położenia, liczby, kształtów;
- układanie lub rysowanie z pamięci demonstrowanych uprzednio wzorów.

6. Usprawnianie percepcji słuchowej:

- rozkładanie słów na głoski;
- segregowanie obrazków wg pierwszych głosek, sylab;
- odtwarzanie rytmu;
- kończenie zdań;
- tworzenie wyrazów rozpoczynających się daną głoską;
- uzupełnianie luk w zdaniach i wyrazach;
- rozpoznawanie dźwięków instrumentów;
- łączenie głosek w słowa;
- dobieranie podpisów do obrazków.

7. Usprawnianie percepcji wzrokowej oraz koordynacji wzrokowo-ruchowej:

- zabawy z piłką, rzuty do celu, łapanie, toczenie (piłka lub papierowe kulki);
- naśladowanie ruchów innych osób oraz ich mimiki (zabawa w „lustro”);
- rozpoznawanie przedmiotów przy pomocy zmysłu dotyku;
- dopasowywanie elementów o tych samych kształtach;
- obrysowywanie szablonów, wycinanie ich, kopiowanie, zamalowywanie;
- kopiowanie przez kalkę;
- malowanie wewnątrz konturu różnej wielkości;
- rysowanie po śladzie, łączenie kropek;
- zagadki rysunkowe;
- labirynty;
- lepienie z masy solnej, plasteliny, modeliny itp.;

- zabawy konstrukcyjne, majsterkowanie;
- układanie wg wzoru, mozaiki, loteryjki;
- nawlekanie koralików;
- gry zręcznościowe;
- wskazywanie figur demonstrowanych przez drugą osobę;
- odtwarzanie wzorów z pamięci (z klocków, patyczków, ilustracji, stempli);
- układanie rozciętych ilustracji (pocztówek, zdjęć, liter, cyfr wg wzoru i z pamięci);
- układanie liter z drucików kreatywnych;
- dobieranie brakującej części do obrazka;
- puzzle, układanki, domina;
- wyodrębnianie różnic między obrazkami;
- rysowanie konturów na kształcie ze słabo zaznaczonym konturem;
- układanie wzorów z figur geometrycznych;
- wyszukiwanie takich samych liter i ich segregowanie;
- wyszukiwanie liter i sylab.