POMPIKOWE DOMOWE PRZEDSZKOLE

Zabawy i ćwiczenia dla dzieci z autyzmem i nie tylko....

Zabawy paluszkowe posiadają bardzo dużą wartość dla rozwoju każdego dziecka. W istotny sposób pomagają nawiązać pozytywne relacje z drugą osobą. Zabawy paluszkowe należą do grupy metod opartych na kontakcie z ciałem, na dotyku. Ich zaletą jest naturalność i prostota. Nie wymagają także posiadania pomocy, zabawek, specjalnych pomieszczeń – wystarczy wyobraźnia oraz znajomość prostych dziecięcych wierszyków.

Przykładowe wiosenne zabawy paluszkowe

„SŁONKO ZAŚWIECIŁO”

Słonko zaświeciło – *rysujemy na twarzy dziecka kółeczko*

ptaszki obudziło – *pukamy zgiętym palcem w dłonie dziecka*

Latają, ćwierkają ziarenek szukają – *opuszkami palców opukujemy ciało dziecka*

Słonko zaświeciło – *rysujemy na twarzy dziecka kółeczko*

misia obudziło – *pukamy zgiętym palcem w plecy dziecka*

Mruczy misio z głodu szuka wszędzie miodu – *delikatnie gładzimy całą dłonią brzuszek dziecka*

Słonko zaświeciło – *rysujemy na twarzy dziecka kółeczko*

wiewiórki zbudziło – *pukamy zgiętą dłonią w uda dziecka*

Po lesie skakały – *„skaczemy" palcami po głowie dziecka*

orzeszków szukały – *delikatnie przeczesujemy palcami włosy dziecka*

Słonko zaświeciło – *dziecka kółeczko rysujemy na twarzy*

Zajączki zbudziło – *gładzimy palcami powieki dziecka*

Po łące biegają – *dłońmi zgiętymi w pięści lekko uciskamy ciało dziecka*

marchewki szukają – *wkładamy dłoń za bluzkę dziecka*

„WIOSNA PRZYSZŁA DO NAS ’’

Już nie musisz brać szalika – *gładzimy dłońmi szyję dziecka*

śnieg topnieje na chodnikach – *gładzimy całe ręce dziecka*

Dłuższe dni – *rysujemy palcem na plecach dziecka długą linię*

i krótsze noce – *rysujemy krótkie linie na dłoniach dziecka*

czasem motyl zatrzepocze – *delikatnie szczypiemy ciało dziecka*

Nawet chochoł już się zbudził – *przecieramy opuszkami palców twarz dziecka*

chce podobno wstać do ludzi – *pocieramy o siebie, trzymane w naszych dłoniach, dłonie dziecka*

Ciepły deszczyk leje z nieba – *opukujemy głowę dziecka palcami*

słońce grzeje kiedy trzeba – *gładzimy całe ciało dziecka zaczynając od głowy*

Wiosna, wiosna, wiosna przyszła do nas – *„chodzimy" palcami po plecach dziecka*

cała kolorowa, ukwiecona – *rysujemy palcem kwiaty na plecach dziecka*

Będą śpiewać ptaki, kwitnąć róże – *masujemy plecy dziecka od dołu do boków*

Zostań wiosno – *przytulamy dziecko*

zostań śliczna – *tuląc dziecko kiwamy się lekko na boki*

zostań z nami jak najdłużej tu – *zamykamy dziecko w ramionach*

Do grupy metod , które również w istotny sposób pomagają nawiązać pozytywne relacje z drugą osobą zaliczamy **Metodę Ruchu Rozwijającego Weroniki Sherborne**. Metoda ta m.in. daje radość, pewność siebie, okazję do rozładowania energii oraz (najważniejsze!) nie jest ograniczona wiekiem uczestników zajęć. Oto kilka propozycji :

* „Paczka" – dziecko zwija się w „paczkę" (kłębek), dorosły próbuje „rozpakować paczkę" podczas gdy dziecko się opiera – rozprostować ręce, nogi; następnie zamieniamy się rolami.

* „Skała" – dorosły klęka na kolanach podpierając się rękami, dziecko próbuje przewrócić „skałę".

* „Naleśnik” – zawijamy dziecko w koc jak naleśnik i toczymy po podłodze.

* „Koniki” – dziecko leży na podłodze, dorosły ciągnie go za ręce po podłodze.

* „Kłoda” – dorosły leży na plecach, dziecko próbuje go obrócić na brzuch; zamiana ról.

* „Mostek” – dorosły tworzy most w klęku podpartym, dziecko prześlizguje się pod „mostem” lub wdrapuje się na niego.

* „Jak oddychasz?” - dziecko i dorosły stoją naprzeciwko siebie, spokojnie oddychają, przykładają ucho do klatki piersiowej partnera i słuchają bicia serca i oddechu; następnie oboje podskakują po 10 razy na prawej nodze, 10 razy na lewej nodze, robią 10 przysiadów; ponownie słuchają swojego oddechu i bicia serca.

Życzymy Wam miłych wrażeń!

A. Olszewska, B. Wołodkiewicz, U. Kiryluk, J. Karpiuk, A. Hałaburda,

A. Panasiuk-Kaczoch