

## Zabawa z dzieckiem w domu

Zabawa jest sposobem dziecka, nie tylko na wypełnienie czasu, ale również okazją do eksplorowania świata. W czasie zabawy dziecko korzysta z wszystkich zmysłów. Jedną zabawą może więc rozwijać mowę, umiejętności słuchowe, koordynację wzrokowo-ruchową itd. Aby pomóc rodzicom zagospodarować czas dziecka a równocześnie wspomagać jego rozwój poniżej kilka propozycji do wykorzystania w domu, które również mogą stać się przyjemną formą spędzania czasu wolnego.

1. Zabawa w dotykanie różnych faktur: wykorzystanie np. piasku, mąki ziemniaczanej, kisielu, krochmalu, kasz, grochu, masy solnej. Dotykanie, przesypywanie, przelewanie, rysowanie palcem na powierzchni, odbijanie dłoni, tworzeni budowli lub szlaczków itp.
2. Masowanie ciała (np. w czasie kąpieli lub na sucho) różnymi przyborami: gąbki, myjki o różnorodnej fakturze, wałki do masowania, różne tkaniny.
3. Zabawa w otwieranie i zamykanie z wykorzystaniem suwaków (zamków błyskawicznych), guzików, rzepów, kłódek, zawiązywanie i rozwiązywanie wstążek, sznurówek. Zakręcanie i odkręcanie słoików o różnej wielkości.
4. Rozpoznawanie przedmiotów po dotyku.
5. Tor przeszkód po różnych fakturach: dywan, ryż, ręcznik, sztuczne futro, dywanik łazienkowy, papier ścierny.
6. Oburęczne rysowanie na dużych powierzchniach, malowanie stopami, całymi dłońmi.
7. Piosenki i wierszyki z pokazywaniem np. *Głowa, ramiona, kolana, pięty, Baloniku nasz malutki, Laurencjo moja, Gdy na morzu wielka burza.*
8. Turlanie po dywanie, zawijanie w kocyk, skoki w worku, huśtanie w kocyku.
9. *Ministerstwo głupich kroków* – poruszanie się w różny sposób, kreatywny chód (np. co drugi krok unoszenie kolana, spokojny chód na przemian z podskokami, na wewnętrznych stronach stóp na przemian chodem na palcach itp..).
10. Puszczanie i łapanie baniek mydlanych.
11. Przemieszczanie się po pokoju: pełzanie, czołganie, na plecach, do tyłu.
12. Zabawy z wykorzystaniem dużej piłki gimnastycznej: turlanie, huśtanie, podskoki, masowanie piłką.
13. Budowanie wieży z klocków z zamkniętymi oczami.
14. Rozpoznawanie dźwięków (źródło, kierunek) tylko przy pomocy zmysłu słuchu.
15. Rytmiczne dotykanie przeciwległych części ciała np. prawa ręka – lewe kolano, lewa ręka – prawe kolano, prawa ręka - lewe ucho, lewa ręka – prawe ucho itp..
16. Lustro – naśladowanie ruchów, postawy partnera stojącego naprzeciw.
17. Niszczenie (wypstrykanie) bąbelków z folii pęcherzykowej.
18. Nawlekanie koralików np. z niepotrzebnej nakładki na fotel samochodowy.

Zabawy te nie tylko sprzyjają integracji sensorycznej dziecka, ale są alternatywą dla spędzania czasu przed telewizorem, ze smartfonem czy przy komputerze.

Barbara Cyl  
neurologopeda