Propozycje zabaw i zajęć w domu:

Zabawy sensoryczne

1. **„Morskie skarby”**

Cele ćwiczenia :

* Ograniczenie nadwrażliwości dotykowej
* Rozwój różnicowania dotykowego
* Rozwój koordynacji wzrokowo-ruchowej
* Relaksacja

Pomoce: pojemnik wypełniony żelem, kisielem, pianką do golenia. Drobne przedmioty np. szklane kulki, drewniane , plastikowe klocki w kształcie figur geometrycznych. Zabawę można uatrakcyjnić edukacyjnie poprzez wskazywanie PCS z dana zabawką i poprosić o odszukanie w masie.

1. **„Wałkowanie”**

Cele ćwiczenia:

* Stymulacja proprioceptywna
* Stymulacja dotykowa
* Wyrabianie orientacji w schemacie własnego ciała

Procedura ćwiczenia: masowanie całego ciała za pomocą wałka/dużej piłki/małych piłeczek z kolcami itp. Należy masować całe ciało głośno nazywając masowaną część. Docisk ma być kontrolowany tzn. zdecydowany lecz niezbyt mocny.

1. **„Huśtawka”**

Cele ćwiczenia :

* Stymulacja przedsionkowa
* Stymulacja proprioceptywna
* Relaksacja

Procedura ćwiczenia: Umieścić dziecko w kocyku , można podłożyć poduszkę pod głowę. Rodzice wprawiają „huśtawkę” w ruch.

1. **„Malarz”**

Cele ćwiczenia :

* Stymulacja dotykowa
* Usprawnianie małej i dużej motoryki
* Rozwój percepcji wzrokowej

Procedura ćwiczenia: Malowanie całymi dłońmi po dużej kartce papieru/ lustrze/materacu. Zabawę uatrakcyjnić edukacyjnie można poprzez zaprezentowanie PCS-A z kolorem. Dziecko samo wybiera kolor na obrazku a następnie potwierdza swój wybór na konkrecie.

Pomoce: Pianka do golenia, farby

Modyfikacja ćwiczenia: piankę, farbę mieszamy z ryżem bądź z innymi ziarnami.

1. **Masaż fakturowy**

Cele ćwiczenia :

* Ograniczenie nadwrażliwości dotykowej
* Rozwój różnicowania dotykowego
* Rozwój percepcji ciała (schemat ciała)
* Relaksacja

Pomoce: kilka faktur do wyboru : (gąbka szorstka , pędzelek, wata, kawałek materiału, folia, folia bąbelkowa itp. )

1. **Tragarz**

Cele ćwiczenia :

* Stymulacja przedsionkowa
* Stymulacja proprioceptywny

Procedura ćwiczenia: Dziecko siedzi/ leży na kocu a my chwytamy go za rogi i ciągniemy po pokoju, dziecko może także leżeć na brzuchu, plecach, boku.