

MIOzabawy. Gry dywanowe. Jak ćwiczyć mięśnie i dobrze się bawić? |

#logogadki 20.06.22

1. Przygotuj kartki A4, pisaki i nożyczki. Przetnij kartki na pół, na każdej kartce zapisz zadanie. Rozłóżcie kartki na dywanie tak, aby napisy były niewidoczne. Weź woreczek z wypełnieniem i ustal linię startu. Zadaniem dziecka będzie rzucić tak, aby trafić w kartkę. Później następuje wyciszenie, ćwiczyacie daną grupę mięśni.

Ćw. policzków	Ćw. policzków	Ćw. policzków
Wypychanie policzków językiem	Oporowanie szpatułką	Balony z buzi
Ćw. warg i m. okrężnego	Ćw. warg i m. okrężnego	Ćw. warg i m. okrężnego
Przytrzymaj szpatułkę 2x 7 sek.	Oporowanie ze szpatułką guzikową	Wysuwanie i chowanie warg (całość = 6 sek.)
Ćw. języka	Ćw. języka	Ćw. języka
Język na gumce	Oporowanie szpatułką od przodu	Oporowanie szpatułką od boku

Więcej ćwiczeń znajdziesz [>>TU<<](#) , [>>TU<<](#) i [>>TU<<](#).

2. Przygotuj kamienie rzeczne ścieżki sensorycznej, ćwiczenia z poprzedniego zadania oraz dużą kostkę (ew. z pionkami). Oznacz start i metę. Ułóżcie pola gry od startu do mety przeplatając kartki ścieżką sensoryczną. Zadaniem dziecka będzie realnie przemierzać po ścieżce i wykonywać zadania. Stanięcie na kamieniu może oznaczać odpoczynek lub dodatkowe zadanie z osobnej puli*.

Przygotuj kartkę A4 z listą ćwiczeń od 1-12. Dziecko podaje liczbę i w ten sposób wybiera dodatkowe zadanie.

3. Przygotuj trasę z pustych kartek A4 i 4 pudełka A4 (w wersji najprostszej). Potrzebna jest oczywiście kostka. Trasa ułożona jest w formie kwadratu lub prostokąta na rogach czekają pudełka z zadaniami.

Przemierzając trasę pacjent może utrzymywać język na wążku dziąsłowym lub po każdym zatrzymaniu wykonywać tylko jedno umówione ćwiczenie, np. tylko oporowanie na szpatułce.

Po dotarciu do pierwszego pudełka losujemy 3 zadania specjalne. Możemy włożyć do pudełka jajka niespodzianki z paskami z zadaniami, pudełka po zapałkach, możemy zamiast pudełka postawić domek z Mellisa&Dough lub np. zabawkę z efektem wow, gdzie trzeba będzie zawalczyć o jej elementy.

Tu warto mieć duuużo różnych zadań w formie pasków, fiszek, kopert, zgadywanek.

4. Układamy całą ścieżkę sensoryczną, pod każdą kładziemy zadanie. Gramy jak wyżej. Taką ścieżkę możesz zbudować samodzielnie. Ścieżka może powstać z kamieni rzecznych, ale może także być po prostu różnymi materiałami (filc, papier ścierny), konsystencjami (mąka, woda, ryż).

5. Przygotuj grę w klasy oraz listę zadań. Zadania mogą być przyporządkowane do kolorów, kształtów, cyfr. Do każdej kategorii możesz przypisać kilka zadań, np. czerwony - zadanie 1, zadanie 2, zadanie 3...
niebieski kwadrat - zadanie 1, zadanie 2, zadanie 3...



KLIKNIJ [>>TUTAJ<<](#), ABY OBEJRZEĆ #LOGOGADKI.