

RODZAJE ĆWICZEŃ USPRAWNIAJĄCYCH ZABURZONE FUNKCJE

Ćwiczenia sprawności ruchowej oraz koordynacji wzrokowo – ruchowej

– Rozluźnianie napięcia mięśniowego poprzez:

- kreślenie w powietrzu i na płaszczyźnie dużych, płynnych ruchów,
- zamalowywanie pędzlem dużych płaszczyzn z uwzględnieniem różnych kierunków,
- obrysowywanie gotowych szablonów o prostych kształtach np. koło, kwadrat, trójkąt,
- rysowanie po konturach,
- malowanie dużych form kulistych i szlaczków pędzlem i palcami,
- ćwiczenia i zabawy relaksacyjne.

– Ćwiczenia koordynacji wzrokowo-ruchowej:

- wycinanki różnego typu,
- labirynty,
- kopiowanie obrazków przez kalkę techniczną,
- gry zręcznościowe, np. z piłką, woreczkiem, balonem,
- zabawy konstrukcyjne z użyciem klocków, koralików, patyczków.

Ćwiczenia manualne i grafomotoryczne

- Modelowanie w plastelinie.
- Nawlekanie koralików, przeciąganie sznurówek przez otworki.
- Rozcinanie papieru po liniach prostych, łamanych, ukośnych i falistych.
- Wydzieranie z papieru zaplanowanych form.
- Zamalowywanie małych przestrzeni kredkami np. obrazków.
- Łączenie wyznaczonych punktów linią ciągłą.
- Pogrubianie konturu, czyli wodzenie po wzorze.
- Prowadzenie linii między dwiema liniami, np. „wędrówka w labiryncie”.
- Zamalowywanie małych pól według oznakowania.
- Rysowanie znaków graficznych po zakropkowanych wzorach.
- Obrysowywanie szablonów od wewnątrz i zewnątrz.
- Rysowanie szlaczków i kształtów literopodobnych oraz liter.
- Dokończenie zaczętego wzoru.

Ćwiczenia rozwijające umiejętność logicznego myślenia

- Klasyfikowanie obrazków, przedmiotów wg określonych cech.
- Układanie historyjek obrazkowych z uwzględnieniem związków przyczynowo – skutkowych.
- Gry rozwijające logiczne myślenie.
- Rozwiązywanie łamigłówek i zagadek.
- Rozwiązywanie rebusów.

Ćwiczenia doskonalące spostrzegawczość i koncentrację uwagi

- Układanki, puzzle, tangramy itp.
- Memory, domina.
- Odnajdywanie różnic pomiędzy obrazkami różniącymi się drobnymi szczegółami.
- Zapamiętywanie przedmiotów.
- Łączenie punktów, obrysowywanie szablonów, rysowanie po śladzie.
- Zabawy konstrukcyjne.

Ćwiczenia percepcji słuchowej oraz rozwijanie funkcji językowych

– *Ćwiczenia słuchu fonematycznego oraz analizy i syntezy słuchowej:*

- różnicowanie słów podobnie brzmiących,
- podawanie liczby głosek w wyrazie,
- podawanie głoski ze względu na jej lokalizację,
- podawanie liczby sylab w wyrazie,
- podawanie sylaby ze względu na jej lokalizację,
- kończenie zaczętego wyrazu,
- podział lub synteza wyrazu; sylabowa, głoskowa.

– *Ćwiczenia rozwijające mowę, myślenie i wzbogacające słownik:*

- uściślanie rozumienia znaczenia pojedynczych wyrazów,
- słuchanie treści opowiadań podawanych ustnie,
- nazywanie przedmiotów, cech, czynności, kolorów, części ciała,
- opowiadanie treści obrazków, historyjek obrazkowych,
- zabawy i ćwiczenia gramatyczne,
- zabawy słowne wdrażające do stosowania prawidłowych konstrukcji składniowych.

– *Ćwiczenie pamięci słuchowej:*

- nauka krótkich wierszyków,
- ćwiczenie pamięci sekwencyjnej (powtarzanie sekwencji sylab),
- układanie i powtarzanie zdań,
- nauka i układanie wyliczanek,
- powtarzanie rymowanek.

Ćwiczenia usprawniające pamięć i percepcję wzrokową

– *Ćwiczenia spostrzegania na materiale konkretnym i abstrakcyjnym:*

- obserwacja najbliższego otoczenia – określanie cech zauważonych przedmiotów,
- dobieranie jednakowych par przedmiotów, obrazków,
- dobieranie elementów wg wskazanych kryteriów,
- układanie, budowanie, zabawy konstrukcyjne wg podanego wzoru z klocków, figur geometrycznych,
- rozpoznawanie figur płaskich, uzupełnianie niepełnych konturów figur,
- tworzenie zbioru figur wg jednej cechy,

- układanie obrazków pociętych na mniejsze kawałki,
- układanie puzzli,

- wyodrębnianie różnic między obrazkami pozornie identycznymi,
- zabawy doskonalące pamięć wzrokową: „co tu się zmieniło?”, „czego brakuje?”
- uzupełnianie brakujących elementów w rysunkach,
- odwzorowywanie i odtwarzanie figur, przedmiotów, symboli i znaków.

– *Ćwiczenia na materiale literowym:*

- dobieranie par jednakowych liter,
- rozpoznawanie i nazywanie liter,
- dobieranie liter wielkich do małych, drukowanych do pisanych,
- utrwalenie kształtu liter, np. lepienie z plasteliny,
- układanie sylab z podanych liter,
- segregowanie sylab i wyrazów wg określonego kryterium,
- podkreślanie liter wyrazach,
- tworzenie wyrazów z sylab,
- uzupełnianie brakujących liter, sylab w wyrazach,
- czytanie sylab, wyrazów,
- podział zdań na wyrazy.

Ćwiczenia utrwalające podstawowe pojęcia matematyczne, w tym orientację przestrzenną

- Wyodrębnianie i tworzenie zbiorów przedmiotów wg określonego warunku.
- Porównywanie liczebności dwóch zbiorów.
- Porządkowanie zbiorów wg ich liczebności.
- Określanie miejsca i kierunku położenia przedmiotów w przestrzeni,
- Doskonalenie orientacji w schemacie własnego ciała (prawa, lewa strona).
- Określanie wielkości przedmiotów względem siebie.