

Ćwiczeń motoryki małej i sprawności manualnej dla dzieci z niepełnosprawnością głębszą

Motoryka mała

Propozycje ćwiczeń:

- stymulacja somatyczna dłoni i rąk poprzez dotyk oraz pocieranie, masowanie różnymi fakturami: np. ręcznik – (miękki, gruby, szorstki, jedwabny), gąbka morska, woreczki bawełniane, nasze ręce;
- zachęcamy dziecko do własnej aktywności ruchowej poprzez pozostawienie zabawek manipulacyjnych w zasięgu jego rąk;
- zabawy paluszkowe: np. „sroczka”, „rodzina paluszków”, idzie rak”;
- przyklejanie do ręki kawałków taśmy;
- kierujemy światło latarki, najlepiej kolorowe, na ręce dziecka. Pokazujemy dziecku jego ręce oraz ich cień na ścianie lub stole;
- owijamy ręce szeleszczącym materiałem, koralikami, sznurkiem;
- zakładamy dziecku kontrastowe rękawiczki, do których można przymocować dzwoneczki;
- wkładamy do dłoni dziecka przedmioty o różnym kształcie;
- dotykanie rękami dużych powierzchni;
- jeżeli dziecko potrafi poruszać, nawet w niewielkim zakresie, rękami, to na linii tego ruchu (najczęściej na piersiach) umieszczamy różne przedmioty, na przykład papier, folię aluminiową, gąbkę, ceratę;
- nawijamy dziecku na palce wstążeczki i różnej grubości barwne sznurki. W czasie tej zabawy opowiadamy dziecku o jego rękach;
- ręce dziecka wkładamy do wnętrza dużej papierowej torby wypełnionej różnorodnymi materiałami lub przedmiotami. Uważnie patrzymy, czy dziecko jest zainteresowane badaniem tych przedmiotów;
- powoli pocieramy dłońmi dziecka o różne powierzchnie, najlepiej te, z którymi dziecko ma na co dzień do czynienia, na przykład pieluszkę, ręcznik frotte, gąbkę, itp. W ten sposób możemy też demonstrować dziecku różne kształty i krawędzie, dotykając jego rękami zabawek;
- zanurzamy ręce dziecka w masach bezkształtnych np. do dżemu, kisielu, cukru, soli, kremu itp. Pozwalamy dziecku cieszyć się doznaniem dotykowymi, zapachowymi i smakowymi;
- zabawy z wodą – ciepła, zimna (uderzanie dłońmi o powierzchnię wody, pocieranie rąk pod wodą, przelewanie wody, chłapanie, wrzucanie różnych przedmiotów do wody i obserwowanie co się z nimi dzieje, wyciąganie przedmiotów);
- skupiamy uwagę dziecka na nowych bodźcach dotykowych.

Najlepiej stosować te ćwiczenia naprzemiennie raz w stosunku do jednej ręki, raz do drugiej, aby dziecko miało świadomość każdej ręki z osobna.

Sprawność manualna

Propozycje ćwiczeń:

- na twarz dziecka zakładamy chustę i zachęcamy je do zdjęcia jej z twarzy,
- lepienie z plasteliny tj. ugniatania, rolowanie, rozcieranie;
- zabawy kulkami gniecionymi z gazet,
- zagniatanie i wydzieranie z papieru;
- kulki papieru wkładamy dziecku na przykład pod koszulkę i namawiamy je, aby wyjęło je stamtąd;
- zabawa dłońmi w misce lub na tacy, na której umieszczamy ciekawy materiał (kamienie, fasola, żołądź);
- w dużej misce z wodą umieszczamy różne przedmioty. Jedne lekkie i utrzymujące się na wodzie, inne ciężkie – tonące i wydające przy tym dźwięki. Bardzo dobre do tego typu zabaw są materiały naturalne (kasztany, szyszki, kamienie);
- siedzącemu dziecku wysypujemy na kolana zabawki i zachęcamy je do wyciągania pojedynczych przedmiotów i rozrzucania ich;
- zachęcanie dziecka do chwytania piłek o różnej wielkości, wadze i barwie;
- rozciąganie gumek;
- zachęcanie do samodzielnego wykonywania ruchów z wykorzystaniem przedmiotów wydających dźwięki np. butelki, balony wypełnione materiałem sypkim;
- razem z dzieckiem zamykamy i otwieramy wieko pudełka. W środku pudełka może znajdować się nagroda;
- wkładanie i wyjmowanie przedmiotów dużych i małych np. z pudełka;
- wkładanie do pojemnika po jajkach różnych przedmiotów np. nakrętki po butelkach;
- wdrażanie do samodzielności podczas samoobsługi (mycia, ubierania, zapinania guzików, zamków błyskawicznych, itp.