

# Zabawa ruchowa

## Mata sensoryczna

**Cel zabawy:** Stymulacja układu nerwowego przez pobudzenie receptorów zmysłowych.

**Materiały :**

klej na gorąco, bawełniany dywanik, kawałki gąbki, filc, papier ścierny, groch , fasola, klocki, pompony, wełna, piórka, drewniane kołki, szyszki, korę drzewa, kasztany, patyczki, wiklina, folia, piasek, fragmenty wykładziny, stare płyty CD, folie bąbelkową oraz wszelkie inne podręczne przedmioty zróżnicowane pod względem odczuwania ich zmysłem dotyku.

**Sposób wykonania:**

Do bawełnianego dywaniku przyklejamy klejem na gorąco poszczególne elementy maty. Możemy zacząć od elementów miękkich kolejną przechodząc do elementów kłujących i szorstkich.



<http://www.kreatywnezycie.pl/mata-i-gra-sensoryczna-dla-dzieci-diy/>

**Zabawa plastyczno- sensoryczna**

## Sensoryczna rękawiczka

### Cel zabawy:

- Usprawnienie koordynacji gałek ocznych
- Stymulowanie do odbierania i przetwarzania bodźców

### Potrzebne materiały:

Gumowa rękawiczka, żel do włosów, kulki, guziki, koraliki i inne drobne gadżety.

### Wykonanie:

Rękawiczkę wypełniamy żelem i wkładamy dostępne elementy do środka. Tak przygotowaną rękawiczkę zawiązujemy tasiemką.



<https://pl.pinterest.com/pin/327636941640782237/>

## Zabawa stolikowa

Przesypywanki

**Cel zabawy:**

- Stymulacja dotyku
- Rozwój koordynacji ruchowej, wzrokowo-ruchowej, motoryki małej, cierpliwości i koncentracji uwagi.

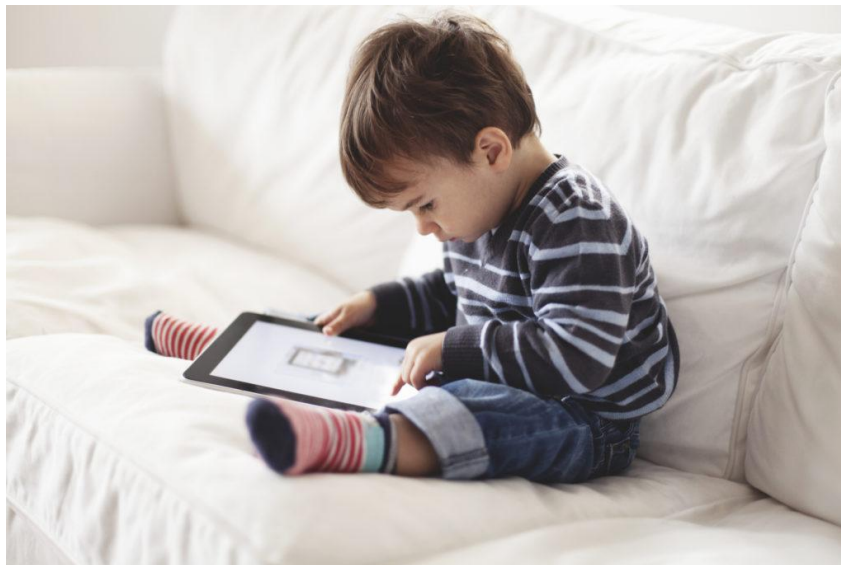
Maluchy uwielbiają przesypywać, obsypywać, zakopywać, nakładać do kubeczków. W skali mikro również mamy wiele możliwości zabawy w gotowanie, przekładanie, przesypywanie, segregowanie ze względu na kolor, kształt.

Zabawa w przesypywanie makaronu to również ciekawe doznania słuchowe.

**Opis zabawy:**

Do dużego pojemnika wsypujemy różnego rodzaju makaron. Zadaniem dziecka jest przesypywanie makaronu do różnych pojemników, kubeczków w dowolny sposób. Do zabawy możemy wykorzystać łyżkę, chochlę, cedzak, drewniane szczypce.

***Porada dla rodziców***



„Dziecko powinno mieć szczęśliwe dzieciństwo. Jednak coraz częściej dzieci spędzają czas z tabletem i telefonem komórkowym, izolując się od rówieśników i nie chcąc nawiązywać kontaktów społecznych. Jest to fatalne rozwiązanie, a rodzice powinni kontrolować ile czasu dziecko spędza z tabletem i telefonem komórkowym, a nie pozwalać dziecku przez cały dzień siedzieć z nosem w komórce. Są książki, przyjaźnie, inni ludzie. Warto o tym pamiętać. Życie nie toczy się w świecie online. Jest jeszcze życie realne – 30 lat temu dzieci bawiły się z rówieśnikami na podwórku i nie można było zwabić ich do domu. Dzisiaj dzieci nie chcą wyjść z domu – komputer i komórka zastępują im zabawy z rówieśnikami. Rośnie pokolenie ludzi odizolowanych, którzy myślą, że wszystko można zrobić w komputerze czy komórce, a drugi człowiek nie jest im potrzebny. I to jest bardzo niebezpieczne. Dlatego koniecznie trzeba zadbać, aby dziecko miało kontakty z rówieśnikami, a nie tylko siedziało przed komputerem.

Tablet i komórka to pożyteczne przedmioty. Nie wolno jednak rocznemu dziecku dawać komórki czy tabletu do zabawy. Można dać takie przedmioty dziecku mającemu 8-9 lat, wcześniej nie powinno się tego robić. O ile nie chce się zabierać dziecku najpiękniejszych lat. Łatwo powiedzieć, ale trudno to zrobić – dzieciaki coraz częściej sięgają po telefon mając 2-3 lata. I to jest dramat. Dziecko bawi się telefonem czy tabletem zamiast misiem czy wiaderkiem w piaskownicy. Rodzice powinni być czujni i nie pozwalać dziecku na takie zabawy. Urządzenia zajmują dziecięcą uwagę, ale źle wpływają na percepcję i samopoczucie. Dziecko używające tych urządzeń przez wiele godzin dziennie jest rozdrażnione, traci kontakt ze światem realnym. Rolą rodziców jest zachęcanie malucha do zabaw, czytanie mu książek, spędzanie z nim wolnego czasu. Dzieci lubią zabawy, ale nie zawsze są uczone jak można się bawić. To rodzic powinien znaleźć czas dla dziecka i pokazać, że można bawić się inaczej niż tabletem czy smartfonem.

Dzieci oglądają w telefonach i tabletach różne rzeczy, a później przeżywają stany lękowe i nie mogą spać, a rodzice nieraz nawet o tym nie wiedzą, bo nie mają czasu na obserwowanie własnego dziecka, sporo pracują, brakuje im czasu na własne życie. Rodzice nie wiedzą dlaczego dzieci mają problemy z koncentracją, nie uśmiechają się, są zalęknione i ponure. A tymczasem to wina tabletów oraz telefonów. Nie warto dawać maluchom takich urządzeń zbyt wcześnie, bo to później źle się kończy. Poza tym lekarze twierdzą, że promieniowanie elektromagnetyczne ma zły wpływ na zdrowie. A tym bardziej na zdrowie tak małego człowieka. Mogą prowadzić nawet do niepłodności w przyszłości. Mądrzy rodzice nie pozwalają dzieciom kłaść laptopa na brzuchu czy kolanach. Jednak wielogodzinne używanie komórki czy smartfona niszczy także kręgosłup w jego górnym odcinku. Dzieci zdecydowanie nie powinny bawić się w taki sposób”.

źródło : <https://przedszkola-swiat.pl/dziecko-a-tablet-i-telefon-komorkowy/>