**Zabawy paluszkowe**

 **Zabawy paluszkowe** posiadają bardzo dużą wartość dla rozwoju każdego dziecka. Dostarczając doznań dotykowych wpływają na poznanie własnego ciała, własnej odrębności. W istotny sposób pomagają nawiązać pozytywne relacje z drugą osobą. Zabawy paluszkowe należą do grupy metod opartych na kontakcie z ciałem, na dotyku. Ich zaletą jest naturalność
i prostota. Nie wymagają także posiadania pomocy, zabawek, specjalnych pomieszczeń – wystarczy wyobraźnia oraz znajomość prostych dziecięcych wierszyków.

***Zabawy paluszkowe dostarczają delikatnych bodźców dotykowych.***

W zależności od tolerancji dziecka na dotyk innych osób, możemy stopniowo zmniejszać lub zwiększać częstotliwość i intensywność bodźców dotykowych. Zabawa nie traci swojego sensu przy wycofaniu z zabawy dotyku. Jeżeli dziecko nie pozwala wykonać zabawy na swojej dłoni, czy nóżce –  można ją wykonać na własnej dłoni, a dziecko w takiej sytuacji może się tylko przyglądać. Warto więc stosować te zabawy w przypadku dzieci nadwrażliwych na bodźce dotykowe i słuchowe.

***Zabawy paluszkowe umożliwiają dziecku poznanie własnego ciała: rąk, nóg, palców.***

Osoba dorosła bawiąca się z dzieckiem poprzez zabawy paluszkowe bardzo często zwraca uwagę na jego ręce, nogi, palce. Dzięki temu dziecko ma wiele okazji, by obserwować własne ciało i je poznać. Jest to szczególnie ważne w przypadku tych dzieci, które mają obniżoną motywację do samodzielnego poznawania własnego ciała lub mają trudność w jego poznaniu spowodowaną niepełnosprawnością intelektualną lub ruchową.

***Zabawy paluszkowe doskonale nadają się do stymulacji percepcji wzrokowej.***

Dzieci w czasie tych zabaw śledzą wzrokiem poszczególne ruchy wykonywane przez osobę dorosłą, a następnie same próbują naśladować poznane gesty. Dzięki temu stymulują zdolność do przenoszenia uwagi z jednego punktu na drugi, z jednego przedmiotu na inny.

***Zabawy paluszkowe umożliwiają zapoznanie z niewerbalnymi sposobami komunikowania się.***

####  Przykładowe wiosenne zabawy paluszkowe

**„SŁONKO ZAŚWIECIŁO”**

Słonko zaświeciło – *rysujemy na twarzy dziecka kółeczko*

ptaszki obudziło – *pukamy zgiętym palcem w dłonie dziecka*

Latają, ćwierkają ziarenek szukają – *opuszkami palców opukujemy ciało dziecka*

Słonko zaświeciło – *rysujemy na twarzy dziecka kółeczko*

misia obudziło *– pukamy zgiętym palcem w plecy dziecka*

Mruczy misio z głodu szuka wszędzie miodu – *delikatnie gładzimy całą dłonią brzuszek dziecka*

Słonko zaświeciło – *rysujemy na twarzy dziecka kółeczko*

wiewiórki zbudziło – *pukamy zgiętą dłonią w uda dziecka*

Po lesie skakały – *„skaczemy” palcami po głowie dziecka*

orzeszków szukały – *delikatnie przeczesujemy palcami włosy dziecka*

Słonko zaświeciło – *dziecka kółeczko rysujemy na twarzy*

Zajączki zbudziło – *gładzimy palcami powieki dziecka*

Po łące biegają – *dłońmi zgiętymi w pięści lekko uciskamy ciało dziecka*

marchewki szukają*– wkładamy dłoń za bluzkę  dziecka*

**,,WIOSNA PRZYSZŁA DO NAS ’’**

Już nie musisz brać szalika – *gładzimy dłońmi szyję dziecka*

śnieg topnieje na chodnikach – *gładzimy całe ręce dziecka*

Dłuższe dni – *rysujemy palcem na plecach dziecka długą linię*

i krótsze noce – *rysujemy krótkie linie na dłoniach dziecka*

czasem motyl zatrzepocze – *delikatnie szczypiemy ciało dziecka*

Nawet chochoł już się zbudził – *przecieramy opuszkami palców twarz dziecka*

chce podobno wstać do ludzi – *pocieramy o siebie, trzymane w naszych dłoniach, dłonie dziecka*

Ciepły deszczyk leje z nieba –*opukujemy głowę dziecka palcami*

słońce grzeje kiedy trzeba – *gładzimy całe ciało dziecka zaczynając od głowy*

Wiosna, wiosna, wiosna przyszła do nas – *„chodzimy” palcami po plecach dziecka*

cała kolorowa, ukwiecona – *rysujemy palcem kwiaty na plecach dziecka*

Będą śpiewać ptaki, kwitnąć róże – *masujemy plecy dziecka od dołu do boków*

Zostań wiosno – *przytulamy dziecko*

zostań śliczna – *tuląc dziecko kiwamy się lekko na boki*

zostań z nami jak najdłużej tu – *zamykamy dziecko w ramionach*

**Stymulacja Zmysłu Dotyku**

 **Ze względu na to, że każde dziecko jest wyjątkowe, wszystkie zabawy i ćwiczenia dopasowujemy indywidualnie do dziecka i do jego aktualnych możliwości**.

Przedmioty dostarczane do stymulacji dotykowej powinny mieć zróżnicowaną strukturę powierzchniową. Bogactwo proponowanych wrażeń dotykowych pozwala dziecku na rozwijanie i przeżywanie różnych doświadczeń zmysłowych.

**Propozycje rodzajów powierzchni:**

* miękka,
* twarda,
* gładka,
* śliska,
* chropowata,
* cienka,
* gruba,
* szorstka,
* puszysta,
* gąbczasta,
* ostra,
* kłująca,
* ciepła,
* zimna,
* wilgotna.

**Propozycje zabaw i ćwiczeń stymulujących zmysł dotyku dziecka**

**Zabawy z wykorzystaniem materiału plastycznego**

Cel: stymulacja dotykowa, stymulacja wzrokowa, rozwijanie sprawności manualnej.

Sposób realizacji:

Terapeuta kładzie  przed dzieckiem masę plastyczną oraz różnego rodzaju foremki, plastikowe, wałeczki. Zachęca dziecko do dotykania, ugniatania, rozciągania, lepienia, darcia, oklejania, formowania. Terapeuta nazywa każdą aktywność podejmowaną przez dziecko wzbogacając przy tym słownictwo dziecka. Terapeuta nazywa kolory mas plastycznych. Pokazuje dziecku, w jaki sposób może ono uformować z danej masy kulkę, czy wałeczek. Zachęcając dziecko do współpracy, wspólnie bawią się masą plastyczną (dotykanie, ugniatanie, ściskanie, rozciąganie, lepienie, rozrywanie, darcie, oklejanie, formowanie).

Spodziewany efekt: dziecko doświadcza różnego rodzaju mas plastycznych, rozwija  koordynację wzrokowo-ruchową, wzbogaca słownictwo.

##### Uwagi: w zabawach tych można wykorzystać różnego rodzaju masy (solne, papierowe …), gąbki, gazety, papiery, materiał przyrodniczy itp.

##### **Zabawa w darcie gazet**

Cel: skupienie uwagi, ćwiczenie chwytu pęsetowego, kształtowanie poczucia sprawczości
u dziecka.

Sposób realizacji:

Wkładamy kolorową kartkę gazety w dłonie dziecka. Terapeuta trzyma dłonie dziecka
i wykonuje nimi czynności darcia papieru. Należy pamiętać, aby dziecko skupiało wzrok na wykonywanej czynności. Po każdorazowej udanej próbie, gdy dziecko wykazuje najmniejszą współpracę chwalimy je. W miarę nabywania tej umiejętności przez dziecko wycofujemy podpowiedź manualną.

Spodziewany efekt: rozwój poczucia sprawczości,

**Zabawa w gniecenie folii aluminiowej (folii bąbelkowej, bibuły)**

Cel: stymulacja dotykowa, wydłużanie czasu skupienia uwagi.

Sposób realizacji:

Wkładamy w dłonie dziecka kawałek folii aluminiowej. Terapeuta trzyma dłonie dziecka
i wykonuje nimi czynność zgniatania folii. Zwracamy uwagę na skupianiu dziecka na wykonywanej czynności. Po każdorazowej udanej próbie chwalimy dziecko. W miarę nabywania tej umiejętności przez dziecko wycofujemy podpowiedź manualną.

Spodziewany efekt: rozwój sprawności motorycznej dłoni, rozwój poczucia sprawczości – dziecko potrafi zgniatać folię aluminiową.

Modyfikacje: porwane  kawałki folii bąbelkowej dziecko zgniata w kulki i próbuje umieścić je w plastikowej butelce o dużym otworze, następnie celując w mały otwór.

**Zabawa w rozpoznawanie przedmiotu przez dotyk**

Cel: stymulacja dotykowa, rozwijanie koordynacji wzrokowo-ruchowej, rozwijanie mowy.

Sposób realizacji:

Stawiamy przed dzieckiem koszyk z  kilkoma znanymi dziecku przedmiotami o różnej fakturze. Terapeuta bierze dłonie dziecka, dotyka nimi kolejno przedmioty i krótko je opisuje, np. twardy klocek, miękka gąbka, puchaty miś … Następnie prosi dziecko „Podaj mi  przedmiot, który jest twardy ”. Jeżeli dziecko nie potrafi wykonać polecenia, terapeuta kieruje dłonie dziecka w kierunku szukanego przedmiotu. Każda udana próba jest nagradzana pochwałą.

Spodziewany efekt: dziecko rozpoznaje przedmioty przez dotyk

**Zabawy z materiałem spożywczym**

Cel: stymulacja dotykowa, wzrokowa, smakowa.

Sposób realizacji:

Wkładamy ręce dziecka do dżemu, kisielu, cukru, soli, śmietany, kremu itp. Pozwalamy dziecku cieszyć się doznaniami dotykowymi, smakowymi, zapachowymi.

Spodziewany efekt: zaznajomienie dziecka z różnorodną gamą doznań, wzbudzenie jego radości oraz poczucia sprawczości.

Modyfikacje: całe spektrum doznań zapewniają dzieciom zabawy z sensoplastyki – dotykanie dłońmi ugotowanego makaronu, kisielu, budyniu, rozsypanych przypraw …

**Zabawy z wodą**

Cel: stymulacja dotykowa.

Sposób realizacji:

Stawiamy przed dzieckiem dwie miski z wodą – w jednej misce znajduje się woda ciepła,
a w drugiej  woda zimna. Zachęcamy dziecko do włożenia rąk do wody, wkładamy razem
z nim ręce do wody raz ciepłej, raz chłodnej. Cały czas opisujemy słownie dziecku doświadczane sytuacje. Zadajemy dziecku pytanie „W której misce jest woda ciepła?”,
„W której misce jest woda zimna?”. Obserwujemy twarz dziecka i jego reakcję na zmianę temperatury wody

Spodziewany efekt: dziecko identyfikuje wodę ciepłą i wodę zimną.

Uwagi: woda nie może być ani za zimna, ani za gorąca.

Modyfikacje: ucząc dziecko doświadczania wody, możemy wprowadzić element mycia rąk, mycia zabawek. Do wody dodajemy sól do kąpieli, szampon – stymulacja węchowa, barwnik – stymulacja wzrokowa, z wody dziecko może wyławiać zamrożone plastikowe i kolorowe kostki do drinków oraz gumowe piłeczki o różnej strukturze.

**Zabawa w szorstkie – gładkie**

Cel: stymulacja dotykowa.

Sposób realizacji:

Terapeuta pokazuje dziecku dwie tabliczki. Przesuwa dłonią po jednej z nich i mówi „Gładkie”, przesuwając dłonią po drugiej tabliczce mówi „Szorstkie”. Następnie ujmuje dłoń dziecka i przesuwając nią po pierwszej  tabliczce mówi do dziecka „Gładkie”, przesuwając dłoń dziecka po drugiej tabliczce mówi do niego „Szorstkie”.

Spodziewany efekt: dziecko ocenia strukturę powierzchni za pomocą zmysłu dotyku.

**Metoda Aktywności Marianny i Christopera Knillów**

**Program Wprowadzający**

 Dotyk i ruch budują podstawy emocjonalnego rozwoju dziecka. Najbardziej wrażliwym kanałem przez który odbieramy świat jest skóra, a wrażenia dotyku są najwcześniejszymi doświadczeniami, które odbiera noworodek. Poprzez kontakt fizyczny z opiekunem dziecko nabywa bazowe poczucie bezpieczeństwa, pewność siebie i otwartość na świat. Poprzez ruch kierujemy uwagą dziecka i pobudzamy jego zainteresowanie.

**Przesyłam link:**

<https://www.youtube.com/watch?v=e04_3LioAsk>