

# Zabawa ma sens

## Jak rozwijać zmysły u dzieci?

Aby dziecko w przyszłości mogło efektywnie i rozsądnie podążać za rozwojem technologii, musi najpierw rozwinąć to, co jest fundamentem. Muszą zaistnieć procesy integracji sensorycznej, gdzie ruch jest podstawą rozwoju. Tańce-hulańce, zabawa w naleśnika, czy zwykła ciuciubabka – to rzeczy daleko bardziej poważne dla rozwoju dzieci niż ich „niepoważne” nazwy.



Inspiracje

Warszawskie  
Innowacje  
Edukacyjno-Społeczne





**REDAKCJA MERYTORYCZNA:** Ewa Borgosz, Elżbieta Konopacka

**AUTORKA KONCEPCJI PROGRAMOWEJ:** Ewa Paulina Wawer

**REDAKTOR PROWADZĄCY:** Robert Jesionek

**REDAKCJA I KOREKTA JĘZYKOWA:** Agnieszka Winczer

**PROJEKT GRAFICZNY, OKŁADKA, SKŁAD I ŁAMANIE:**  RZECZYOBRAZKOWE

Copyright ©by Warszawskie Centrum Innowacji Edukacyjno-Społecznych  
i Szkoleń oraz Urząd m.st. Warszawy Biuro Edukacji

Wydanie I | Warszawa 2022

ISBN 978-83-62210-54-1

#### **WYDAWCA**

Warszawskie Centrum Innowacji  
Edukacyjno-Społecznych i Szkoleń

ul. Stara 4

00-231 Warszawa

tel.: 22 628 67 64

e-mail: [wcies@wcies.edu.pl](mailto:wcies@wcies.edu.pl)

[www.wcies.edu.pl](http://www.wcies.edu.pl)

Urząd m.st. Warszawy

Biuro Edukacji

ul. Leona Kruczkowskiego 2

00-412 Warszawa

tel.: 22 443 35 84

e-mail: [sekretariat.be@um.warszawa.pl](mailto:sekretariat.be@um.warszawa.pl)

[www.um.warszawa.pl](http://www.um.warszawa.pl)

#### **DRUK**

ABAKUS Tomasz Brząkała

ul. Perłowa 7, 55-200 Oława

[abakus@abakus-dtp.pl](mailto:abakus@abakus-dtp.pl)

Egzemplarz bezpłatny



Warszawskie Centrum Innowacji  
Edukacyjno-Społecznych i Szkoleń  
Institucja Edukacyjna m. st. Warszawy



# Zabawa ma sens

**Jak rozwijać zmysły  
u dzieci?**



Inspiracje

Warszawskie  
Innowacje  
Edukacyjno-Społeczne

# Spis treści

## 6 Słowo od wydawcy

ARKADIUSZ WALCZAK

## 8 Wstęp

EWA BORGOSZ I ELŻBIETA KONOPACKA

## 14 DOTYK

- 15 Dotknij, poczuj
- 18 Gniotki, płyny, ciastoliny
- 23 Mata sensoryczna
- 28 Ciepło-zimno
- 30 Skrzynie skarbów
- 32 Pudełka sensoryczne
- 36 Zwinne paluszki

## 46 UKŁAD PRZEDSIONKOWY

- 47 Pajęczce sieci i inne zasadzki (stymulacja układu proprioceptywnego i przedsionkowego)
- 52 Ścieżki sensoryczne i nie tylko
- 56 Masażyki, ugniatanki i inne przyjemności

## 60 UKŁAD PROPRIOCEPTYWNY

- 61 Nogi w ruch
- 64 Mamy moc

## **68** ZMYŚŁ SŁUCHU

69 W krainie dźwięków

72 Dźwięk i ruch

## **74** ZMYŚŁ WZROKU

75 Kolorowy świat

77 Inne dzieła sztuki wizualnej

79 Sokole oko

## **82** SMAK I WĘCH

83 Zabawy w kuchni (i nie tylko)

86 Co tak pachnie?

## **90** PRAKSJA

91 Od planu do realizacji

97 Poznajemy litery

100 Matematyczne zagwozдки

102 Zabawy z oddechem

# Słowo od wydawcy

Szanowni Państwo,

Z wielką radością przekazujemy Państwu kolejną publikację metodyczną wydaną przez Warszawskie Centrum Innowacji Edukacyjno-Społecznych i Szkoleń.

Jest ona efektem niezwykłego pomysłu niezwyklej kobiety – naszej koleżanki Ewy Pauliny Wawer zajmującej się w naszej instytucji kompleksowym wspomaganiami pracy szkół i placówek oraz programami adresowanymi do rodziców. Wykształcenie, doświadczenie zawodowe, ale przede wszystkim osobowość czyniły z Ewy Pauliny Wawer osobę bardzo skuteczną i oddaną pracy z ludźmi potrzebującymi wsparcia oraz niekiedy inspiracji. Odnosiła niezliczone sukcesy jako edukatorka, trenerka, wykładowczyni, animatorka wspomagania, redaktorka, doradczyni, badaczka, czy też poetka i pisarka.

Ta wielość zainteresowań, a przy tym duża wrażliwość, pozwalały jej zobaczyć często więcej, mocniej i głębiej. Potrafiła dostrzec nadzieję tam, gdzie inni jej nie widzieli, zauważała w ludziach nawet niewielkie zmiany, które często prowadziły do przełomów w ich życiu prywatnym i zawodowym. Każdy człowiek był dla niej ważny, także ten najmłodszy i najmniejszy, stąd pomysł, by zaprojektować i zrealizować innowacyjny projekt dotyczący pracy z nauczycielkami i nauczycielami dzieci w wieku przedszkolnym oraz wczesnoszkolnym.

Ewa Paulina Wawer odeszła nagle, we wrześniu 2019 roku. Pozostawiła puste biurko, rozpoczęte projekty, notatki, publikacje, programy... Uznaliśmy, że hołdem i podziękowaniem dla Pauliny będzie kontynuacja jej działań, a także ich upowszechnianie.

Na zakończenie pozwólcie Państwu, że przytoczę fragment wiersza Ewy Pauliny Wawer „pomodłę się boże”, który stał się mottem tej publikacji:

*Poszukam znowu poranka  
stanę na skraju przepaści  
wejdę na nową górę  
posłucham innych i siebie  
ręką odgonię chmurę  
tęcza spod nóg mi wyrośnie  
liście pozbieram do dzbanka  
usmażę konfitury  
a mgła opadnie*



*rozbije się tak jak szklanka  
okruchy pięknie oprawię  
kunsztowność całą w to włożę  
spojrzę prosto przed siebie  
a co zobaczę nie powiem*

*...*

*pomodlę się boże  
wzrok spuszczę  
zobaczę ziemię  
potknę się o kasztany  
spudłuję kopiając żołędzie  
wiatr porwie nagle szalik  
deszcz kropi stuka miarowo  
tak jakby zastąpił słowa  
orzechy leżą na ścieżce  
rydze nikną gdzieś we wrzosach  
kałuża już oceanem  
płynie wije się burzy  
stoję sobie nad brzegiem  
za moment przecież odpływam  
podróż bez przewodnika  
busoli mapy żagla  
odkryję nowe lądy  
bilet trochę w głąb siebie*

Ewa Paulina Wawer

**Arkadiusz Walczak**

Dyrektor Warszawskiego Centrum Innowacji  
Edukacyjno-Społecznych i Szkoleń

# Wstęp

Rozwój sensomotoryczny dzieci jest podstawą do rozwoju innych sfer. Prawidłowy rozwój dużej motoryki obejmujący mięśnie tułowia, ramion, bioder, kończyn dolnych i górnych stanowi podstawę do prawidłowego rozwoju małej motoryki, czyli precyzyjnych ruchów dłoni, palców, warg czy języka. Aktywności podejmowane przez dzieci powinny wspierać rozwój ruchowy, a co za tym idzie również poznawczy, społeczny i emocjonalny, a także rozwój mowy.

Książeczka pt. *Zabawa ma sens!* powstała z myślą o dzieciach w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym oraz o nauczycielkach i nauczycielach, terapeutkach i terapeutach oraz rodzicach. Wszystkie zabawy w niej zaproponowane można z powodzeniem przeprowadzać zarówno z grupą dzieci, jak i podczas indywidualnych aktywności w przedszkolu, świetlicy szkolnej czy podczas przerw śródlekcyjnych. Pozycja ta może być również inspiracją dla rodziców, którzy chcą pozytywnie wpływać na rozwój procesów integracji sensorycznej u swoich dzieci.

Pomysłodawczynią projektu *Dotknij, poczuj, zobacz, usłysz, czyli jak łączyć rozwój wielozmysłowy z edukacją medialną* jest nasza koleżanka **Paulina Wawer**, która po przeprowadzonym pilotażu w Przedszkolu nr 350 *Jaśminowy Gaj* napisała, że: „jest to pozytywna profilaktyka uzależnień realizowana w innowacyjny sposób, budująca świadomość nauczycielek i nauczycieli oraz rodziców, oferująca wiele działań pomagających budować dobre relacje z dziećmi, w naturalny sposób budująca również współpracę z nauczycielkami i nauczycielami w przedszkolu. Program wspomaga naturalny rozwój dziecka, który pokazuje, że aby dziecko w przyszłości mogło efektywnie i rozsądnie podążać za rozwojem technologii, musi najpierw rozwinąć to, co jest fundamentem, czyli muszą zaistnieć procesy integracji sensorycznej, gdzie ruch jest podstawą rozwoju”.

Zebrane propozycje zabaw to efekt pracy uczestniczek dwóch edycji kursu *Dotknij, poczuj, zobacz, usłysz, czyli jak łączyć rozwój wielozmysłowy z edukacją medialną*, który przeprowadzany był w Warszawskim Centrum Innowacji Edukacyjno-Społecznych i Szkoleń wiosną i jesienią 2020 roku.

Aktywności sugerowane w książeczce angażują najważniejsze układy zmysłowe, które są podstawą prawidłowego rozwoju dziecka. Jest to przede wszystkim układ przedsionkowy, proprioceptywny oraz dotykowy.

**Układ przedsionkowy** zlokalizowany jest w uchu wewnętrznym. Jest najwcześniej dojrzewającym i najważniejszym systemem zmysłowym. Poprzez receptory znajdujące się w uchu środkowym umożliwia odbieranie wrażeń związanych z ruchem. System ten koordynuje odbieranie i przetwarzanie

wrażeń przez inne układy (dotykowy, proprioceptywny, wzrokowy i słuchowy). Prawidłowe działanie tego systemu umożliwia dziecku właściwy rozwój sensomotoryczny. Układ przedsionkowy wpływa na utrzymywanie równowagi, koordynację i płynność ruchu. Wpływa również na zdolność koncentracji uwagi i napięcie mięśniowe.

**Układ proprioceptywny** (czucie głębokie) współpracuje z systemem przedsionkowym. Odbiera informacje z mięśni, ścięgien i stawów. Dzięki niemu możliwe jest sprawne poruszanie się i wykonywanie czynności ruchowych bez kontroli wzrokowej. Pomaga budować schemat ciała oraz percepcję ciała w przestrzeni. Ma wpływ na koordynację i rozwój funkcji motorycznych.

**Układ dotykowy** jest największym i najbardziej pierwotnym układem zmysłowym. Pomaga różnicować to, czego dotykamy i gdzie jesteśmy dotykani. Ma wpływ na poczucie bezpieczeństwa, równowagę emocjonalną, koncentrację uwagi i funkcje ruchowe.

Wśród przedstawionych i opisanych zabaw czytelnik odnajdzie również takie, które stymulują pozostałe zmysły, czyli: **wzrok, słuch, smak i zapach**, które również niezbędne są do prawidłowego funkcjonowania i rozwoju dziecka.

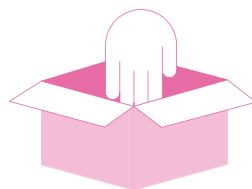
Oprócz tego zabawy pomagają rozwijać **praksję**, czyli zdolność kory mózgowej do planowania i sterowania wykonywaniem złożonych czynności zamierzonych.

Wszystkie zaproponowane aktywności należy traktować jako zbiór pomysłów, które można modyfikować, dostosowując do możliwości i potrzeb dzieci.

Zachęcamy do zabawy!

**Ewa Borgosz i Elżbieta Konopacka**

# Układ dotykowy



## **Dotykowe pudełko**

Weź pudełko po butach lub poszewkę na poduszkę, umieść w środku różne przedmioty, po czym poproś dziecko, by wkładając rękę do pudełka spróbowało zgadnąć, jakiego przedmiotu dotyka. Można też wykorzystać pudełka po chusteczkach.



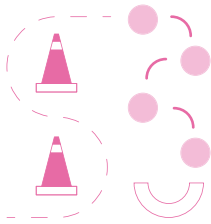
## **Naleśnik**

Ciasno zroluj dziecko w koc, bawiąc się w smarowanie i zawijanie naleśnika. Można wykorzystać też karimatę lub duży, gruby ręcznik.



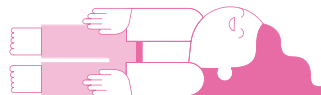
## **Zabawa w kąpiel**

Zachęcaj dziecko do używania podczas kąpieli różnych rodzajów gąbek, mydeł i ręczników. Zaproponuj maluchowi myjki o różnych fakturach, gąbki o odmiennych kształtach. Możesz też dodać do kąpieli odrobinę krochmalu z mąki ziemniaczanej.



### **Tor przeszkód**

Stwórzcie wspólnie tor przeszkód, taki który będzie wymagał od dziecka pełzania, skakania, wspinania, turlania, celowania itp.

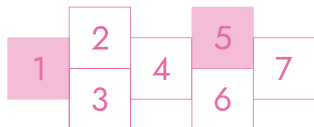


### **Turlanie**

Turlajcie się razem na kocyku, dywanie z nogami wyprostowanymi i rękoma ułożonymi wzdłuż ciała.

### **Skakanie**

Zachęcaj dziecko do zeskakiwania z niewielkiego podwyższenia (np. pierwszego stopnia schodów, podwyższeń łazienkowych), wskakiwania na oznaczone pole, grę w klasy, zabawę skakanką. Mogą to też być zwykłe podskoki do góry, skoki pajacyka, skoki żabki.



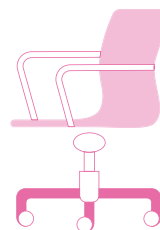
### **Bujanie na kocyku**

Dziecko kładzie się na rozłożonym dużym kocu, a dwie dorosłe osoby delikatnie bujają je na boki.



## **Układ przedsionkowy**

**odpowiedzialny m.in.:**  
za ruch i równowagę, napięcie mięśniowe, koordynację.



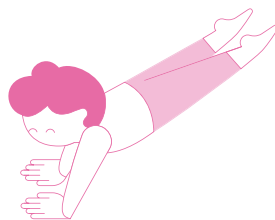
### **Obroty**

Możecie wykorzystać fotel obrotowy. Obracamy ze zmianą kierunku, po trzy- cztery obroty.



### **Siłowanie**

Usiądź na podłodze i powiedz dziecku: „Spotkałeś na swojej drodze ogromny kamień, spróbuj go przepchnąć” lub w zetknięciu plecami, nogami, rękoma, dłońmi przepychanie i siłowanie.

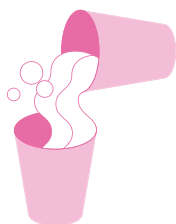


### **Zabawa w taczkę**

Dziecko opiera dłonie o podłogę, a ty chwytasz je za uda i prowadzisz niczym taczkę.

## **Układ proprioceptywny**

**tw. czucie głębokie, dostarcza wrażeń z mięśni i stawów.**



### **Nalewanie i przesypywanie**

Pozwól dziecku na eksperymenty, niech przelewa płyny z kubeczka do kubeczka, przez lejek, a łyżeczką przesypuje drobne materiały (ryż, kaszę) do pojemników różnej wielkości i kształtów.



# Dotyk

**Dotknij,  
poczuj**

**Gniotki,  
płyny,  
ciastoliny**

**Mata  
sensoryczna**

**Ciepło-  
-zimno**

**Skrzynie  
skarbów**

**Pudełka  
sensoryczne**

**Zwinne  
paluszki**



Usprawnianie układu dotykowego:

- dotykanie dłoni i przedramion materiałami o różnej fakturze,
- wkładanie rąk i nóg do pojemnika wypełnionego piłeczkami, kasztanami, orzechami itp.,
- szukanie ukrytych, drobnych przedmiotów w koszu wypełnionym kaszą, grochem, fasolą itp.,
- wyklejanie z plasteliny, ciastoliny leżącej ósemki.

(SYLWIA ŁASKA)

## Dotknij, poczuj

**1.** Przygotujcie wspólnie dotykowe dzieło. Będą wam potrzebne różne skrawki materiałów: gąbki, waciki, guziki, muszelki, kawałki tapet, ziarenka, karton, klej i wyobraźnia. Stwórzcie obraz, przyklejając do papieru znalezione w domu (lub ogrodzie) skarby. Możesz również taki obrazek wykonać sama, a następnie zawiązać oczy maluchowi. Pozwól dziecku rozpoznawać faktury. Poproś, by opisało cechy powierzchni, jakiej dotyka np. szorstka, gładka, twarda, miękka, kłująca itp.

(DOMINIKA BOJANOWSKA)

**2.** Kostki sensoryczne. [PAULINA WÓJCIK]



ZDJ. 1-2  
Kostki sensoryczne

**3.** Stworzyłam dla dzieci woreczki sensoryczne z różną zawartością: z kaszą gryczaną, z drobną kaszą jęczmienną, grochem, piaskiem, z drobnym żwirkiem do akwarium, ryżem. (MAŁGORZATA LAUDY)

ZDJ. 3  
Woreczki  
sensoryczne



**4.** Dotykanie zwierząt. Sierść gładka, szorstka, skóra miękka, twarda, lepka, śliska – wszystko to są wrażenia, których dziecko potrzebuje do sprawnego funkcjonowania. Osobiście też przekonuje się, co się stanie, jeśli złapie za ogon jaszczurki, jak gryzie konik polny, jak trudno złapać pasikonika, czemu ręka dziwnie pachnie, jak się głaszcze krowę lub konia, oraz że zapach i sierść mokrego psa są inne niż suchego. To wszystko działa na zmysły oraz je pobudza. (KAROLINA GOŁOTA)

- 5.** Wąż sssensoryczny. Dwa warianty zabawy:
- Opowiadanie wprowadzające: za siedmioma górami i siedmioma lasami żył pewien wąż. Był to miły, przyjazny wąż, miał długi, różowy język, jedno oko granatowe, a drugie nietypowe kolorowe kwiatowe. Był to bardzo łakomy i zapominalski wąż, pamięta, że na pierwsze śniadanie zjadł kubek plastikowy, nie pamięta jednak, co było dalej, pomóż mu przypomnieć sobie, co zjadł na drugie śniadanie, obiad, podwieczorek i kolację (dzieci macają węża i odgadują, co zjadł).
  - Wąż u lekarza: dziecku pokazuje się przedmioty, które są w wężu: ziarenko fasoli, ryż, kubeczek, folię bąbelkową, ścinki papieru, a dziecko ma za zadanie wybadać, gdzie wąż ukrył dany przedmiot w swoim ciele. (RITA KOSIEWICZ-BUDNICKA)

ZDJ. 4  
Wąż u lekarza



## 6. Rękawice sensoryczne i ich wykorzystanie.

(DARIA MARKINA)



ZDJ. 5-7  
Rękawice sensoryczne i ich wykorzystanie



**7.** Miś polisensoryczny. Uszyty ręcznie z bawełnianej bluzki, specjalnie szwem na zewnątrz, żeby faktura w dotyku na brzegach była inna. Wypełnienie:

- uszy: folia,
- głowa: wata,
- brzuch: pompony,
- łapka lewa: kasza manna,
- łapka prawa: ryż,
- nóżki: groch.

Kamizelka zapinana na guziki, przy kieszonkach koralik jest przesuwany. **[PAULINA STĘPIEŃ]**



ZDJ. 8-9  
Polisensoryczny  
miś

## Gniotki, płyny, ciastoliny

*Tworzenie własnej ciastoliny – zabawy z mąką pszenną, ziemniaczaną, wodą i barwnikami oraz ziarnami, zabawa, przez którą nie lubią nas panie woźne 😊. Na folii malarskiej przygotowaliśmy najpierw ciecz nienewtonowską, następnie dzieci postanowiły do niej dodać barwnik i ziarna, a następnie ją zagęścić. Zabawy było co niemiara i tyle samo sprzątanina 😊. **(KATARZYNA WĘDROWSKA)***

**1.** *Ciecz nienewtonowska – zabawy z mąką ziemniaczaną i wodą, nie dla wszystkich substancja okazała się przyjemna w dotyku. **(ADRIANA ADAMCZYK)***



ZDJ. 10  
Ciecz  
nienewtonowska

**2.** Zabawa sensoryczna z tzw. cieczą nienewtonowską. Przygotowanie takiej masy polega na dodaniu do wody takiej ilości mąki ziemniaczanej, aby powstała po wymieszaniu gęsta ciecz. Gdy się ją ściska w rękę – zestala się, gdy się puści – wraca do postaci płynnej. Potrzebna jest mąka ziemniaczana, woda, miska i ew. łyżka do mieszania.

Jak już dziecko się nacieszy zwykłą cieczą, można ją podzielić na części i dodać jakichś kolorów (barwniki spożywcze, sok z buraka, farbki, tusz). Gdy się je łączy, powstają ciekawe wzory i można zaobserwować, jakie kolory dzięki temu powstają. Można też umieszczać w cieczy np. kuleczki lub małe przedmioty, obserwować jak się zachowują na różnych powierzchniach. Może też skakać po niej ludzik (przy uderzeniu twardnieje), a gdy stanie, to się zapada. Można także uderzać cieczą młotkiem, lepić kulki i tworzyć z nich obrazki. (JOANNA ODOLIŃSKA)

**3.** *Marchewkolina* – przygotowujemy gotowaną zblendowaną marchewkę oraz mąkę ziemniaczaną, musi być jej dość dużo. Mieszymy razem z dziećmi w dużym pojemniku. Dzieci za pomocą foremek do piasku formują babki, „nurkują” i grzebią. (BEATA LASKOWSKA)

4. Domowa masa plastyczna. Najlepsza zabawa jest, kiedy masę zrobimy wspólnie z dzieckiem. Jakie masy można przygotować w domu?
- masę solną (szklanka soli, szklanka mąki, woda),
  - piasek kinetyczny (piasek, skrobia kukurydziana, płyn do mycia naczyń i woda),
  - piasek księżycowy (piasek, soda oczyszczona i pianka do golenia),
  - ciecz nienewtonowską (mąka ziemniaczana i woda).
- Pozwólmy dziecku gnieść, ugniatać, dotykać i lepić to, co mu się podoba. (MAŁGORZATA BARANOWSKA)

5. *Dyniolina.* (KATARZYNA PEŁZAK)



ZDJ. 11-12  
Dyniolina

6. Ciastolina z cynamonem. Przepis na wspianiął masę do lepienia. Połączenie cynamonu oraz wanilii sprawia, że masa pachnie bardzo aromatycznie! Jak już działać na zmysły, to działać na ich wiele.

Potrzebne będą:

- 2 szklanki wody,
- 2 szklanki mąki,
- 2 łyżki oleju,
- 1 szklanka soli,
- 2 łyżki soku z cytryny/pomarańczy,
- cynamon i wanilia (lub inne barwniki),
- łyżka, garnek.

Wszystkie składniki mieszamy i gotujemy w garnku

na małym ogniu do momentu, kiedy masa nabierze odpowiedniej miękkości. Pamiętajcie, aby cały czas mieszać. Teraz tylko masa przypominająca ciastolinę musi ostygnąć i możemy się bawić! Oczywiście dzieci mogą zaangażować różne przedmioty i zabawki. Warto wiedzieć: masy plastyczne umożliwiają lepienie, gniecienie, wygniatanie, rwanie, ściskanie, odciskanie wzorów, czyli czynności doskonalące małą motorykę.

(KAROLINA GOŁOTA)

**7. Piaskowy glutek.** Do wykonania glutka dzieci potrzebują:

- klej introligatorski „Bambino” biały – 2 łyżki,
- jako aktywator do *slime’a* potrzebujemy żelu do prania np. 1 łyżka „Persilu”,
- 1 łyżka wody,
- 1 garść pianki do golenia.

Wszystko razem mieszamy i dodajemy 1 łyżkę suchego piasku. Za pomocą słomki możemy również wydmuchiwać balony z piaskowego glutka.

(KATARZYNA MARCINIAK)

**8. Masy sensoryczne – zabawy różnymi masami** to świetne ćwiczenie dla małych rączek. Dzieci z zaburzeniami SI często nie lubią się brudzić, ale ugniatanie, przelewanie i dotykanie różnych faktur jest bardzo ważne w rozwoju motoryki małej. (AGATA CYGAN)

**9. Robienie masy solnej i lepienie z niej.** (MATEUSZ ŁĄCZYK)



ZDJ. 13  
Lepienie z masy solnej

10. Tworzenie gniotka. (JOANNA PYZARA)



ZDJ. 14  
Tworzenie gniotka

11. *Żelatynowe gniotki* – super zabawa stymulująca zmysł dotyku, odstresowująca i przy wykonywaniu sprawiająca mnóstwo frajdy. Do wykonania żelowych gniotków potrzebny jest: przezroczysty balon, kolorowe cekiny lub brokat, żelatyna, gorąca woda, miseczka z łyżeczką, w której wymieszacie wodę z żelatyną, butelka do przelania żelatyny oraz lejek. (EWA URBAN)



ZDJ. 15  
Rękawiczka sensoryczna z kulkami hydrożelowymi oraz gniotek



ZDJ. 16  
Wyjątkowo szczęśliwy gniotek



12. *Ulepimy dziś bałwanka* – zawsze niezawodna plastelina. (ADRIANA ADAMCZYK)



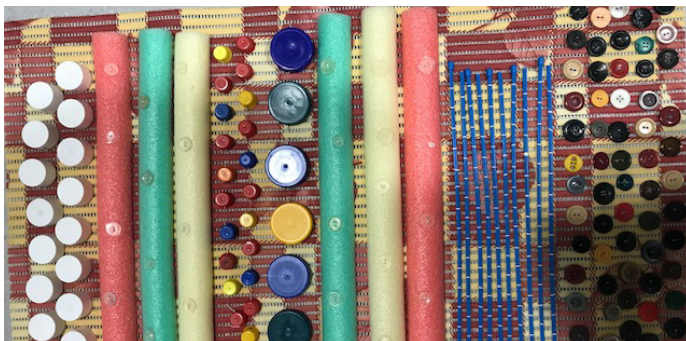
ZDJ. 17  
Ulepimy dziś  
bałwanka

## Mata sensoryczna

1. *Mata sensoryczna* – mnogość faktur zawsze daje dużo doznań sensorycznych. (ADRIANA ADAMCZYK)



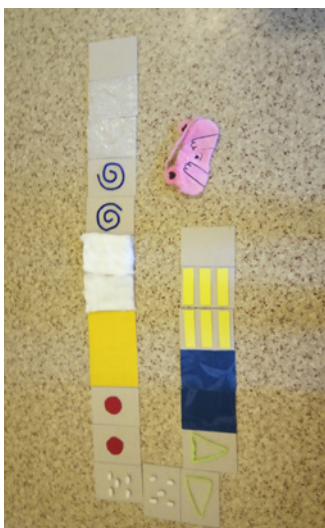
ZDJ. 18  
Mata sensoryczna



ZDJ. 19  
Chodnik  
sensoryczny

2. *Detektyw w akcji* – przygotujcie koc (ewentualnie inny materiał np. prześcieradło, chustę animacyjną). Pod kocem jedna osoba chowa różne przedmioty np. kredkę, klocek, książkę. Można wykorzystać również zabawki wydające dźwięk. Trudniejsza wersja to woreczki wypełnione różnymi produktami. Druga osoba chodząc na czworakach, stara się zgadnąć, na jaką zabawkę/ przedmiot nadepnęła. (MARTA TIERENTIEW)

3. *Dotykowe domino*.



ZDJ. 20  
Dotykowe domino

4. *Memo dotykowe* – plansze z różnymi fakturami są przymocowane do folii magnetycznej. Można zmieniać kolejność faktur. Faktury wykorzystane to: gumowa podkładka pod naczynia, papier ścierny, ściereczka kuchenna, przyklejone kryształki. Nie jest to z pewnością nic odkrywczego, tylko przykład, że ze zwykłych rzeczy codziennego użytku można coś takiego przygotować. Należy użyć jak najlepszego kleju, aby *memo* posłużyło na dłużej. Zadaniem dziecka jest oczywiście odnalezienie takich samych faktur za pomocą dotyku (bezwzrokowo) i przyczepienie ich jedna pod drugą. (DOROTA ALBERA)



ZDJ. 21-22  
Memo dotykowe

*Memo dotykowe z balonami* – umieszczam w balonach różne przedmioty posiadające fakturę, tj. piasek, kaszę, ryż, watę, fasolę. Baloniki są podwójne, czyli mają swoją parę, następnie zawiązuję baloniki, a dziecko ma za zadanie znaleźć parę dla balonika tylko po dotyku.

(MILENA CZUCHAJ)

Memo dotykowe z nieprzezroczystych woreczków sensorycznych - potrzebujemy około 10 par nieprzezroczystych woreczków z różną fakturą i ciężarem wewnątrz np. groch, fasola biała, fasola adzuki, kasza jaglana, kasza gryczana, ziele angielskie, makaron świderki, ryż, płatki owsiane górskie, mak, słonecznik. Dzieci podnoszą woreczki i szukają par, można też zagrać w formie gry w karty w *Piotrusia* (rozdzielenie woreczków na osoby, dzieci szukają par w swoich workach, następnie ciągną od kolegi zgodnie z ruchem wskazówek zegara, jeden z woreczków nie ma pary). Zamiast woreczków możemy użyć rękawic. (KINGA DĄBROWSKA)

## Zabawa ma sens



ZDJ. 23-24  
Memo rękawice  
sensoryczne

Dobieranie pary do danego przedmiotu za pomocą zmysłu dotyku bez udziału wzroku (dziecko z zamkniętymi oczami bierze jeden przedmiot wcześniej widziany i nazwany; trzyma go w jednej ręce, a drugą poszukuje w worku takiego samego przedmiotu spośród wielu innych). (KINGA DĄBROWSKA)



ZDJ. 25  
Dobieranie pary

*Memo sensoryczne* – do zabawy potrzebujemy rolki po papierze toaletowym, różne materiały, którymi

## Dotyk

oklejamy rolki (po dwie) określonym materiałem np. folią, sznurkiem, włóczką, kaszą itp. Zadaniem dzieci jest dobór rolek w pary. Dzieci rozwijają zmysł dotyku, koncentrację i logiczne myślenie. Dotykając różnych struktur, próbują nazwać materiał, którym została oklejona rolka. (DOMINIKA KOCON)

**5.** Dotykanie tkanin. Przygotowujemy 6 par tkanin w tym samym kolorze lub wzorze. Zabawa polega na odnalezieniu takiej samej tkaniny poprzez dotyk, mając zasłonięte oczy. (KATARZYNA WĄSAK)



ZDJ. 26  
Dotykanie tkanin

**6.** *Sensoryczne nakrętki* – dzieci dotykają paluszkami różnych faktur wklejonych do nakrętek. Wersja trudniejsza to *dotykowe memory* – za pomocą dotyku wyszukiwanie takich samych par nakrętek. Moje materiały to: kasza gryczana, kamień, ryż, kasza jaglana, futerko, ręcznik frotté. (ALICJA MAJEWSKA)



ZDJ. 27  
Sensoryczne  
nakrętki

**7.** Poduszeczki – potrzebne będą pary małych poduszek w poszewkach z materiałów o różnej fakturze (gładkie i śliskie, sztruks, jeans, z wyczuwalnymi pod palcami elementami np. kropeczki ażurowe, polarowe).

Można się bawić na 2 sposoby:

- Dziecko dotyka jednej poduszki z pary i ma za zadanie tylko po dotyku poszukać w woreczku lub w pudełku z otworami takiej samej.
- Dziecko wkłada ręce do woreczka / pudełka i odnajduje pary takich samych poduszek.

(ANNA SŁOMIŃSKA)



ZDJ. 28  
Poduszeczki  
sensoryczne

## Ciepło-zimno

**1.** *Ciepło-zimno* – dziecko dotyka częściami ciała (stopy, dłonie oraz policzki) plastikowych butelek wypełnionych zimną, ciepłą wodą. Dotyka raz zimną, raz ciepłą butelkę (naprzemiennie) dochodzi tu do stymulacji termicznej. (MAGDALENA KRAWCZYŃSKA)

**2.** *Rozmrażanie skarbów* – należy wlać do kubka wodę i umieścić w nim kilka „skarbów”, u mnie są to klocki lego, plastikowe literki z magnesem, plastikowe figurki.

Wkładam na jeden dzień do zamrażalnika, po wyjęciu bawimy się z dzieckiem odmrażanie za pomocą wody z solą i pipety, dziecko nabiera wodę z solą do pipety i polewa lód ze „skarbami” w środku. Najlepiej, aby

woda była ciepła, można pomagać dziecku, polewając czasami lód ciepłąszą wodą, aby szybciej się roztopił. Po roztopieniu lodu i wyjęciu z niego skarbow, wysypujemy do pojemnika z wodą mąkę, dosypujemy soli i lepimy ciasto na masę solną. (MILENA CZUCHAJ)

**3.** *Kąpiel dłoni* – mieszanie w miskach wypełnionych baziami, połamanymi patyczkami, żelowymi kulkami, suchymi, zimnymi kostkami lodu. (EWA DZIUBIŃSKA)

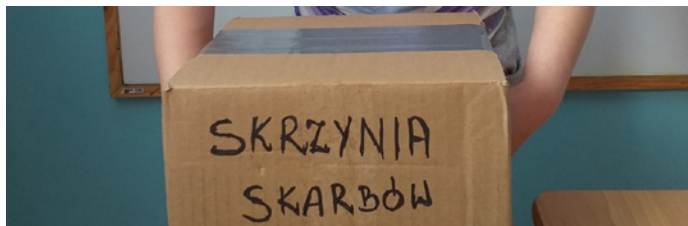
**4.** *Lodowe skarby* – do silikonowych lub plastikowych foremek do lodu wkładamy różnego rodzaju „skarby” (np. koraliki, klocki, groch, fasolę, kamyczki, patyczki, orzeszki itp.). Zalewamy wodą i zamrażamy. Można wodę zabarwić delikatnie barwnikami spożywczymi. Zadaniem dzieci jest rozpoznać ukryte skarby, wydobyć je roztopiając lub rozłupując kostkę lodu. (MALWINA SOBANTKA)



ZDJ. 29-32  
Lodowe skarby

## Skrzynie skarbów

ZDJ. 33  
Skrzynia skarbów



**1.** *Magiczne pudło* – w oklejonym kartonie robimy dwa otwory. Pudełka od zapalek oklejamy różnymi fakturami (po dwa pudełka mające taką samą fakturę), a do środka wkładamy karteczki z różnymi ćwiczeniami artykulacyjnymi. Do kartonu z dwoma otworami wrzucamy po jednym pudełku z każdej pary, a przed kartonem układamy drugie pudełeczka od pary. Zadaniem dziecka jest wybranie sobie jednego pudełeczka od zapalek i odnalezienie pudełka do pary, w kartonie z otworami, tylko za pomocą dotyku. Z wylosowanego pudełeczka wyjmujemy karteczkę i wykonuje ćwiczenie artykulacyjne. (MARZENA MADEJ)

**2.** Podczas zajęć z dziećmi stworzyliśmy magiczne pudełko (z kartonu i bluzki, rękawy włożyliśmy do środka), dzieci odgadywały, co kryje w sobie pudełko.

(MAŁGORZATA LAUDY)



ZDJ. 34  
Magiczne pudełko



**3.** *Pudełko ze skarbami* – do zabawy przyda się duże pudełko kartonowe, w którym należy wyciąć otwory na ręczki. Następnie umieścić w środku przedmioty, które mają różne faktury (coś twardego, coś miękkiego, rozmaite tkaniny, zabawki i przedmioty codziennego użytku). Dziecko wkłada ręce do kartonu i próbuje za pomocą zmysłu dotyku opisać, co znajduje się w kartonie (miękki, twardy, okrągły, gładki, chropowaty itp.), a następnie próbuje odgadnąć, co to jest. (DOMINIKA BOJANOWSKA)

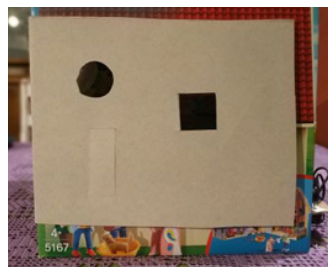
**4.** *Zabawa w poszukiwaczy skarbów*. Pomoce: 5 pudełek po butach dziecięcych, ścinki materiałów, styropianowe kuleczki, piasek, fasola, gąbka pocięta na kawałki, zabawki z jajek niespodzianek, kamienie, nakrętki od napojów. Pudełka wypełniamy różnymi wypełniaczami i chowamy w nich zabawki z jajek niespodzianek, nakrętki i kamienie. Dziecko szuka ukrytych skarbów za pomocą dotyku. (URSZULA MIROWSKA)

**5.** *Pudełko przygód* – może służyć do stymulacji wzroku, dotyku, węchu.

- Wzrok: wewnątrz pudełka na ścianach umieściłam ilustrację z dużą ilością szczegółów. Dodatkowo na spodzie pudełka zaaranżowałam małą scenkę z niewielkich zabawek. Wewnątrz pudełka jest ciemno. Dopływ światła jest kontrolowany. Zrobiłam kilka otworów, przez które wpada światło z lampek choinkowych. W zależności od potrzeb światła może być więcej lub mniej. Zadaniem dziecka jest odnaleźć jak najwięcej szczegółów. Można zaaranżować zabawę w detektywa, odnajdywać zagadki, przeliczać, snuć opowieści. Świat zamknięty w pudełku można też oglądać przez lupę. Można zrobić różnej wielkości otwory od bardzo małych dziurek po nieco większe.
- Dotyk: pudełko posiada jeden większy otwór zamykany na rzep, który pozwala włożyć do środka rękę. Wewnątrz umieszczamy przedmioty o różnej fakturze. Dziecko odgaduje dotykiem.

- Węch: wewnątrz umieszczamy zapachy (nasączone olejkiem waciki, pomarańcze, mandarynki itp.), dziecko odgaduje zapachy. Na jednej ze ścian pudełka jest okrągły otwór, który pozwala włożyć do wewnątrz nos. (MAGDALENA KRAWCZYŃSKA)

ZDJ. 35-36  
Poszukiwacze  
skarbów



## Pudełka sensoryczne

*Dotykowe pudełko – dzieci ogólnie były zainteresowane zabawą. W większości nie mogły się doczekać i poganiały swoich kolegów, stojących w kolejce przed nimi. Były głodne wrażeń dotykowych. Wiele przedszkolaków chciało powtórzyć zabawę. Niektóre szkraby jednak niechętnie dały sobie zasłonić oczy. Jedna osoba bała się włożyć rękę do pudełka.* (BARBARA TUREK)

Z okazji pogadanki nt. integracji i osób niepełnosprawnych – dzieci miały zakryte oczy i tylko dotykiem miały określić przedmioty. Dzieci zareagowały zdziwieniem i zdumieniem, ponieważ nie wszystkie przedmioty udało im się zidentyfikować. Dotykanie niektórych przedmiotów budziło również lęk. (KATARZYNA WĘDROWSKA)

**1.** *Pudło sensoryczne* – wykonanie i stopień trudności zależy wyłącznie od naszych chęci i umiejętności. W wersji podstawowej mogą to być kasztany, fasola, groch albo ryż wsypane do dużego plastikowego pojemnika. Można też do plastikowego pudełka nasypać np. ryżu albo kaszy manny i wrzucić drewniane puzzle. Zadaniem malucha będzie wyłowienie ukrytych elementów. Można także pokusić się o przygotowanie małego dzieła sztuki. W tym wypadku bazą będzie ryż

zafarbowany na zielono (np. barwnikiem spożywczym), do którego wystarczy wrzucić różne zabawki tematyczne, np. biedronki, motylki. (AGATA CYGAN)

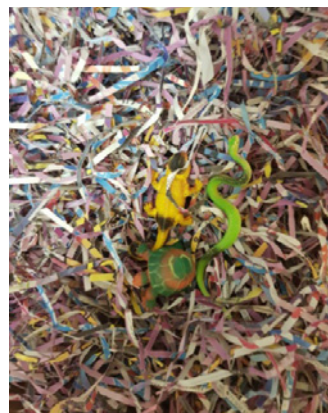


ZDJ. 37  
Pudło sensoryczne

### 2. Poszukiwacze skarbów:

- Wariant I – szukanie małych przedmiotów ukrytych w pojemniku z piaskiem sensorycznym.
- Wariant II – szukanie konkretnych przedmiotów np. fasolek wśród wielu przedmiotów ukrytych w piasku sensorycznym. (KATARZYNA KŁOSOWSKA)

3. Kolorowe gazety z niszczarki włożone do pudła a w nim ukryte skarby. Ćwiczenia stymulacji wzrokowej, różnicowania dotykowego, planowania, ćwiczenia pamięci wzrokowej.



ZDJ. 38-39  
Papier z niszczarki

4. *Pudełka wrażeń* – do pudełek po chusteczkach higienicznych wkładamy różnorodne materiały: sypkie (kasza, żwirek, mąka, ryż itp.), miękkie (wata, masy plastyczne, które łatwo się ugniatają, miękkie materiały, futerka), suche liście, igiełki iglaków, kora, metalowe nakrętki, folia bąbelkowa. Stymulowanie układu dotykowego. (MAGDALENA KRAWCZYŃSKA)



ZDJ. 40-41  
Pudełka wrażeń

5. W misce umieść: ryż, makaron, kaszę, płatki kukurydziane, piasek itp. (możesz wymieszać wszystko lub użyć jednego rodzaju w oddzielnych miskach). W zawartości miski ukryj różne przedmioty i pozwól maluchowi szukać skarbów rączkami lub nóżkami.

(DOMINIKA BOJANOWSKA)

6. *Skarby na mokro.*



ZDJ. 42  
Skarby na mokro

**7.** Zabawa sensoryczna *Co to za figura*. Rodzic wkłada np. do kartonowego pudełka / woreczka przedmioty o różnych kształtach przypominających koło, prostokąt, kwadrat czy trójkąt (np. piłeczki, pudełeczka, klocki o różnych kształtach). Dziecko z zamkniętymi oczami kolejno losuje po jednym przedmiocie i stara się rozpoznać, z jakiego materiału jest on zrobiony i jaki ma kształt. (ALEKSANDRA RUTKOWSKA)

**8.** *Pudełko ze skarbami* – duże plastikowe pudło wypełniam fasolą i grochem, umieszczam w nim kolorowe szklane kule (małe i duże) szklane kwadraciki takie z jakich układa się mozaikę w kuchni, puchate pomponiki, kolorowe kamyki i wszystko, to co może być atrakcyjnym skarbem do wydobycia z fasoli i grochu. Dziecko wyjmuje przedmioty dużą lub małą pęsetą, wkłada znalezisko do oddzielnego pudełka umieszczonego obok. (MILENA CZUCHAJ)



ZDJ. 43  
Pudełko ze skarbami

**9.** *Ciuciubabka inaczej* – to gra, którą możemy kupić albo zrobić samemu. Do woreczka wkładamy przedmioty, z którymi najpierw zapoznajemy dziecko. Następnie zasłaniamy dziecku oczy opaską lub maską. Dziecko losuje dany przedmiot, dotyka go i stara się rozpoznać i podać jego nazwę.

*Tę grę również przeprowadzałam na wybranych dzieciach. Tutaj występuje trudność, gdyż jest to raczej gra indywidualna, lub dla dwóch osób. Przy licznej grupie dzieci zaczynają się nudzić.* (JOANNA KAMIŃSKA)

*Od początku kariery pedagogicznej bawię się w dotykowe pudełko – sprawdza się z własną grupą i na zastępstwach,*

często przy pomocy tej zabawy robię wprowadzenie w temat (rozpoczęliśmy październikowy tydzień w sadzie) – dotykane owoców tj. jabłko, gruszka, śliwka, w spiżarni – dotykając różnorodnych warzyw m.in. cebula, ziemniak, marchew, burak. Podobnie mówiąc o literce „E” jak ekran – dzieci poznawały zmysłem dotyku ekran, padały hasła tj. zimny, twardy, gładki. Ogólna zasada jest następująca: woreczek ze schowanym przedmiotem wędruje po okręgu, dzieci poznają dotykiem przedmiot, spostrzeżenia zachowują dla siebie, jak woreczek do mnie wróci, dzieci dzielą się odczuciami, czasem są one sprzeczne, choć bywa to zasadne np. ekran telefonu, na początku był zimny, wymacany pod koniec mógł być już ciepły 😊. Czasem dotykowe pudełko zamienia się w zapachowy słoik – dzieci z zasłoniętymi oczami wąchają dany owoc, warzywo czy przyprawę (RITA KOSIEWICZ-BUDNICKA)

Dzieci do zabawy podeszły z bardzo dużym zaciekawieniem i entuzjazmem, cieszyły się do momentu, kiedy nie musiały same włożyć rączki do środka. W tym momencie grupa bardzo się zróżnicowała. Część dzieciaków ochoczo podchodziła i bez problemu wkładała rączkę, próbując odgadnąć jaki przedmiot ukryty jest pod kocem, druga część dzieci podchodziła z dużą ostrożnością i niepewnością. Kolejna część próbowała podglądać, co jest ukryte, zanim włożyły rączkę pod koc. Znalazły się też takie dzieci, które bały się i nie chciały włożyć ręki pod koc. (PAULINA STĘPIEŃ)

## Zwinne paluszki

Usprawnianie małej motoryki i grafomotoryki:

- gniecie gąbki, piankowych piłeczek,
- ugniatanie papieru, masy papierowej lub solnej, gliny, plasteliny,
- ugniatanie małych kuleczek z krepiny trzema palcami,
- przeciąganie liny,
- nakładanie makaronu, koralików na patyk, sznurek.

(SYLWIA ŁASKA)

1. *Jaś Fasola* – zbieranie rozrzuconych fasolek do kubeczków za pomocą plastikowej pęsetki lub kolorowych, różnej wielkości pomponów.

(KATARZYNA KŁOSOWSKA)



ZDJ. 44-45  
Jaś Fasola

2. *Jesienne połowy*. Wyławianie jesiennych skarbów z miski za pomocą szczypców. (DARIA MARKINA)



ZDJ. 46  
Jesienne połowy

3. *Jeż* – do zabawy potrzebne będą spinacze do bielizny. Dzieci biorące udział w zabawie siadają w kręgu. Każdy otrzymuje 5-10 klamerek, które przypina do koszuli lub bluzki osoby siedzącej przed nią. (MARTA TIERENTIEW)
4. *Podaj dalej* – przygotowujemy spinacze do bielizny i pomoce o różnych strukturach, np. kawałki krepiny, klocki, zgnieciony papier, liście itp. Zadaniem dzieci jest branie elementu za pomocą spinacza i przekazywanie go kolejnej osobie. (IWONA WAWRENIUK)

**5.** *Wieszanie prania* – na rozwieszonym sznurku dzieci przy pomocy klamerek przypinają kawałki materiałów. Warto użyć różnego rodzaju klamerek, gdzie trzeba użyć różnej siły, żeby ją otworzyć. (BEATA ŁYSIAK)



ZDJ. 47  
Wieszanie prania

**6.** Zabawa aktywizująca zmysł dotyku, wzroku oraz kształtująca i usprawniająca motorykę małą: lepienie wiosennych ślimaczków z masy porcelanowej. (MARTA GOEYŚ)

**7.** *Zabawy z ryżem* – przesypywanie ryżu przez lejek, słomki, rolkę po papierze toaletowym. Tworzenie napisów, figur geometrycznych, cyfr, postaci. (MAJA GÓRKA)

**8.** Figurki z masy solnej – z gotowej masy dzieci mogą lepić płaskie lub przestrzenne figurki. (NATALIA SZMIDT)

**9.** Dużymi szczypcami dziecko wyjmuje koraliki drewniane i oddziela od innego materiału. Można bawić się również rączkami. Stymulacja wzrokowa, ćwiczenie różnicowania dotykowego, planowania, podnoszenie umiejętności manewrowania szczypcami, regulacja napięcia mięśniowego centralnego oraz w obrębie karku, obręczy barkowej, przedramienia, dłoni. (EWA MICHALSKA)



## Dotyk

ZDJ. 48-49  
Zabawy z fasolą



**10.** Nawlekanie kolorowych koralików na drucik kreatywny; dziecko nawleka kolorowe koraliki na drucik według swojego pomysłu lub według narzuconego przez terapeutę wzoru. (MILENA CZUCHAJ)

ZDJ. 50  
Nawlekanie koralików



**11.** Ćwiczenia stymulacji wzrokowej, słuchowej, różnicowania dotykowego, zwiększające mobilność nadgarstka, zręczność i siłę paliczków, ćwiczenie planowania. Ćwiczymy prawidłowość chwytu pisarskiego. Pudełko po chipsach ma np. 6-10 dziurek i wkładamy druciki kreatywne pojedynczo, ale w każdej dziurce muszą być włożone po dwa druciki tego samego koloru, przy wkładaniu druciki wydają dźwięki. (EWA MICHALSKA)

ZDJ. 51-52  
Stymulacja wzrokowa



**12.** Ćwiczenia stymulacji wzrokowej, pamięci wzrokowej, różnicowania dotykowego, manipulacji, zwiększenie umiejętności zakręcania, segregowania, planowania motorycznego. Do deski przyłączone lub przyszyte są końcówki różnych butelek, a w nich ukryte są kolorami różne przedmioty. Dziecko wkłada lub wyjmuje, a następnie zakręca lub odkręca nakrętki. Segreguje wg kolorów lub kształtów. (EWA MICHALSKA)

ZDJ. 53-54  
Stymulacja  
wzrokowa



**13.** W swoich zasobach zdjęciowych miałam tylko te dwie pomoce, ale sznurek uważam za rewelacyjny i możliwy do wykorzystania na 1000 różnych sposobów:

- *na długim sznurku, wiążę w odległościach od 50 do 100 cm supełki (najlepiej podwójne, aby były dość grube) i zawiązuję sznurek, tak by tworzył koło. Gdy siadamy w kole, dzieci chwytają sznurek oburącz i jedną ręką przesuwają sznurek w stronę lewą lub prawą – zgodnie z poleceniem. Gdy wyczują supełek, muszą coś zrobić: np. wykrzyknąć wyraz na literę..., samogłoskę..., nazwę ptaka..., cokolwiek potrzebujemy utrwalić;*
- *supełki można przeliczać z zamkniętymi oczami, odliczać co 2 lub 3 itp. Ze sznurka można układać figury, a supełki mogą być kątami itd.*
- *sznurek pocięty na kawałki można układać jeden na drugim i zdejmować jak bierki (tak, aby pozostałe się nie poruszyły), można go związywać z określonej ilości małych w duży, układać figury, litery (np. zgodnie z zasadą ich kreślenia) itp. (MARCELINA JACHIMEK)*

**14.** *Przeplatanki* – wyplatanki za pomocą sznureczków.

(ANNA JAWORSKA)

**15.** Wszelkie zabawy z masami plastycznymi, w tym z kinetycznym piaskiem, oraz różnymi materiałami np. kaszą, ryżem, to zabawy, które dzieci uwielbiają. Starsze dzieci mogą wykorzystywać masy do np. wyklejania liter, cyfr. Samodzielnie tworzyć różne figury.

*Do zabaw wykorzystuję również masy plastyczne i piasek do zabawy dla dzieci w przedszkolu. W młodszych grupach dzieci miały piasek kinetyczny, który jest miękki i przyjemny w dotyku. Starsze dzieci lepią z plasteliny, masy solnej, ozdoby świąteczne z masy porcelanowej. Materiały sypkie wykorzystujemy do kreślenia różnych wzorów graficznych, a także w różnych pracach plastycznych np. wyklejanie misia kaszą gryczaną.* (JOANNA KAMIŃSKA)

**16.** *Plastelinowy labirynt* – na stole wylepiamy razem z dzieckiem labirynt z plasteliny, zadaniem dziecka jest przeprowadzenie szklanej kulki z miejsca startu do mety za pomocą:

- dmuchania przez słomkę na kulkę;
- popychania kulki pędzelkiem trzymany w ręce.

(AGATA KOCHANOWSKA)

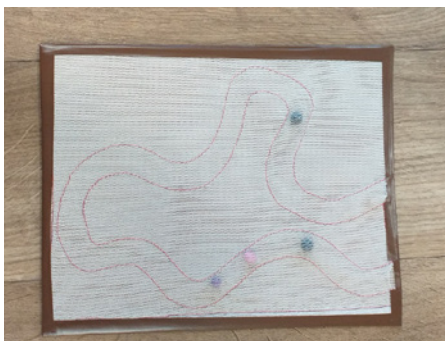


ZDJ. 55

Plastelinowy labirynt

**17.** *Labirynt dotykowy* – do wykonania zabawy potrzebujemy: kawałków kartonu, tektury, kleju na gorąco, różnych przedmiotów o wyczuwalnej strukturze np. sznurek, kamyki, patyczki, watę itp. Na tekturce dzieci układają trasę labiryntu, nauczycielka lub

nauczyciel doklejają wybrane przez dziecko przedmioty klejem na gorąco. Na koniec dzieci próbują pokonać trasę labiryntu z zamkniętymi oczami, dotykając palcem jego struktury. Dziecko w trakcie pokonywania trasy stara się zgadywać, z czego jest wykonany labirynt na danej planszy. (DOMINIKA KOCOŃ)



ZDJ. 56  
Labirynt dotykowy

**18.** Makaron w różnych kształtach i w wielu kolorach jest znakomity do przesypywania i segregowania. Wypełniony makaronem pojemnik to świetny grzechoczący instrument. Starsze dzieci mogą spróbować nawlekać makaron na sznurek i zrobić naszyjnik. (JOLANTA KOZŁOWSKA)



ZDJ. 57  
Nawlekanie  
makaronowych  
koralek

**19.** Do miski z wodą wkładamy różne przedmioty o różnej fakturze np. guziki, pompony, nakrętki. Zadaniem dziecka jest wyłowienie ich za pomocą łyżki lub szczypców kuchennych. (JOLANTA WARZECHA)

**20.** Do rękawiczki jednorazowej wrzucamy różne guziki. Wlewamy wodę do środka. Dziecko dotyka i przesuwa przedmioty znajdujące się w środku. Może np. przesuwać je z jednego palca do kolejnego palca.

(JOLANTA WARZECHA)

**21.** Wkręcanie i wykręcanie śrub ze styropianu.



ZDJ. 58  
Wkręcanie  
i wykręcanie śrub ze  
styropianu

**22.** Rozrzucamy na podłodze kolorowe pomponiki. Dziecko za pomocą spinacza do ubrań zbiera pompony do pojemnika. Można poprosić, aby dziecko wrzucało kolejno konkretne kolory. (JOLANTA WARZECHA)



ZDJ. 59  
Chwytnie  
pomponów

**23.** Stymulowanie dotykowe, wzrokowe, planowanie motoryczne. Zaplatanie warkoczyka z drucików kreatywnych lub z grubej wełny. (EWA MICHALSKA)

ZDJ. 60  
Zaplatanie  
warkoczyka



**24.** Ugniatanie, formułowanie kulek dwoma rękoma równocześnie. Rolowanie wałeczków z kulek, które podzielimy na kuleczki. Uformowane kulki czekają, żeby coś z nich zrobić. Może zwierzątko? Stymulacja wzrokowa, różnicowanie dotykowe, planowanie, poprawa czucia własnego ciała, wzmocnienie paliczków i siły kciuka. Zwiększenie mobilności nadgarstka.

(EWA MICHALSKA)

ZDJ. 61-62  
Ugniatanie  
wałeczków z kulek



**25.** *Leniwe ósemki* – kreślenie ręką leniwych ósemek w powietrzu. Taką zabawę można uatrakcyjnić, zakładając na palce kolorowe latarki, które dodatkowo mogą być w różnych kształtach. Zamiast ósemek można kreślić różne figury. (NATALIA ORZECZOWSKA)

## Dotyk

ZDJ. 63  
Kolorowe latarki,  
zdjęcie poglądowe  
z Internetu



**26.** Zabawka została przygotowana z gąbki i ponacinana w kilku miejscach, w środek otworów wkładamy guziki różnej wielkości. Guziki dziecko może wkładać i wyjmować za pomocą palców, spinacza lub pęsety.

(ANETA STOSIO)

ZDJ. 64  
Gąbka  
z pochowanymi  
guzikami



**27.** Zabawka – dopasuj dziurki do guziczków tak, aby powstał wąż. (KINGA DĄBROWSKA)

ZDJ. 65-66  
Wąż z guzikami



# Układ przedstonkowy

**Pajęcze sieci  
i inne  
zasadki**

**Ścieżki  
sensoryczne  
i nie tylko**

**Masażyki,  
ugniatanki  
i inne przy-  
jemności**



## **Pajęcze sieci i inne zasady (stymulacja układu proprioceptywnego i przedsionkowego).**

**1.** Leżenie na ręczniku, ciało oparte na dłoniach, ręce zgięte w łokciach (reszta ciała bezwładna w każdej skarpecie woreczek sensoryczny) odpychanie się rękami (łokcie na zewnątrz) do określonego celu (wyspa) i „wypinanie” swoich skarbów (worków ze stóp, lewą ręką z lewej stopy, prawą ręką z prawej). (KINGA DĄBROWSKA)

**2.** *Staw z żabkami* – potrzebujecie długiej liny lub taśmy malarskiej, którą wyznaczacie staw. W stawie układacie krążki, (kółka z gumy) będą one imitowały liście. Dzieci zamieniają się w żabki – skaczą z liścia na liść do przodu, do tyłu, w bok. (ANNA CHOLERZYŃSKA-WRONA)

**3.** *Pajęczna sieć (I).*

Materiały: krzeselka, włóczka, piłka.

Zabawa: do zabawy w pajęcze sieci potrzebujemy kilku krzesłek i dużo sznurka / włóczki. Pomiędzy stołkami, krzeselkami, ławkami tworzymy w dowolny sposób pajęczą sieć (minimum 30 cm od ziemi). Dzieci podczas zabawy uczą się koordynacji ruchowej, równowagi i cierpliwości. Zadaniem dzieci jest, w jedną stronę pokonać trasę, czołgając się pod pajęczą siecią wraz z piłką (tocząc ją).

Druga wersja to pokonanie trasy na stojąco, tak manewrując między sznurkami, aby nie zawadzić o sznurek i nie przewrócić krzesła, o który sznurek jest zaczepiony.

*Zabawa podobała się dzieciom. Większość pokonała zadanie bardzo sprawnie, choć niektórzy ci bardziej energiczni i żywiołowi mieli trochę trudności z koordynacją. Szybkie przejście po pajęczym torze było dużym wyzwaniem.* (SYLWIA GÓRKA-OLCZAK)

ZDJ. 67-70  
Sieć pająka



#### 4. Pajęczna sieć (II).

Do zabawy potrzebujemy: kilku krzeseł, sznurka, kolorowych piłek / zabawek, nakrętek. Pomiedzy krzesłami przy użyciu sznurka tworzymy pajęczną sieć, w odległości około 30-40 cm od ziemi. Rozsypujemy po sali kolorowe piłki, zabawki, nakrętki. Zadaniem dzieci jest przemieszczanie się pod/między pajęczną siecią i zdobycie określonego przedmiotu. Zabawa ta uczy dzieci koordynacji ruchowej, równowagi i cierpliwości. (DOMINIKA KOCON)

#### 5. Pajęczna sieć (III).

Dajemy dzieciom motek włóczki i prosimy, aby rozwinęły go w pomieszczeniu, zaczepiając o różne przedmioty (dla młodszych możemy sami to przygotować). Zadaniem dziecka jest „zamienić się” w muchę i przejść pod/między lub nad nitkami, tak aby ich nie dotknąć. Ciekawe jest też nawijanie jej z powrotem na motek. (MARCELINA JACHIMEK)

6. *Muchy latają – pająk* – pobawcie się w popularną zabawę ruchową, która polega na reagowaniu na sygnał. „Muchy” (uczestnicy) latają, czyli poruszają się w przestrzeni pomieszczenia, w którym się znajdujecie. Osoba kierująca zabawą podaje hasło – pająk, wówczas wszystkie „muchy” muszą zastygnąć. „Pająk” obserwuje „muchy”, a ta „mucha”, która się poruszy, odpada z gry. Możecie zamieniać się rolami. (ANNA CHOLERZYŃSKA-WRONA)

**7.** *Pływanie slalomem* – potrzebujemy dwóch deskorolek i pachołków, butelek, czegokolwiek do ustawienia slalomu. Ustawiamy dzieci w dwóch rzędach, pierwsze dzieci kładą się na deskach i zaczynają płynąć slalomem – odpychają się rękoma jak do kraula. Zadanie nie jest na szybkość tylko na precyzję, kto dokładnie przejedzie slalom bez dotknięcia/strącenia pachołka.

(ANNA CHOLERZYŃSKA-WRONA)

**8.** Ćwiczenia stymulacji przedsionka, orientacji w przestrzeni, obustronnej koordynacji, ćwiczenia funkcji oka, stymulacji słuchowej. Dziecko siada na małym kocyku lub jaśku w pozycji skrzyżnej, kolana podciągnięte pod brodę, stopy na kocyku, dziecko kręci się wokół własnej osi, odpychając rękoma. Najpierw w prawo, na komendę – stop – zatrzymuje się. Prosimy dziecko o wskazanie np. *Gdzie jest okno?, Gdzie są drzwi?, Gdzie jest lampa?* Pada odpowiedź, wydajemy komendę – *A teraz w lewo* lub w stronę przeciwną. Ćwiczenie powtarzamy kilkakrotnie. Jeżeli dziecko nie potrafi samo się odpychać lub nie potrafi wprowadzić ciała w ruch, rodzic mu pomaga, kręcąc za rożek kocyka lub poduszki.

(EWA MICHALSKA)

**9.** Zabawa z obracaniem dziecka na fotelu obrotowym wokół własnej osi. Zabawa nie wymaga specjalnych przygotowań, jednakże mimo to dla dzieci w wieku przedszkolnym jest bardzo atrakcyjna. Dziecko siedzące na fotelu uspokaja się, wyczekuje spokojnie momentu zmiany kierunku, czasem opiera się o oparcie innym razem przechyla głowę w prawo lub w lewo. Ta prosta zabawa rozwija układ przedsionkowy, a jednocześnie daje dziecku dużo radości. (KATARZYNA SUSKA)

**10.** Przeniesienie woreczek. Dzieci przenoszą woreczek z punktu A do punktu B na różne sposoby:

- na głowie,
- na głowie, ale w połowie drogi wykonują przysiad,
- na plecach (poruszają się na czworakach),
- chwytają woreczek palcami stóp i skaczą na drugiej nodze,

- idąc, przekładają woreczek na zmianę raz pod prawą nogą, raz pod lewą. (ANNA SŁOMIŃSKA)

**11.** Zabawa w *Powódź*. Na ziemi układamy kartki z gazety. Dzieci biegają i gdy słyszą hasło – *powódź* (może mówić je dorosły), wskakują na kartki. Na zdanie *woda opadła*, znowu biegają. Z gry odpadają osoby, którym nie udało się uciec przed powodzią.

(NATALIA ORZECHOWSKA)



ZDJ. 71  
Zabawa w powódź

**12.** Ćwiczenie polecam dołączyć na zakończenie ćwiczeń do toru przeszkód lub w trakcie zabawy np. do omijania pufów albo innych przeszkód. Prosimy dziecko, żeby położyło się na złożony w prostokąt kocyk na brzuchu (kocyk powinien znajdować się pod pachami i kończyć się na początku ud), nogi złączone, ugięte w kolanach, stopy oparte o pośladki. Pokazujemy dziecku, jak mają być ugięte ręce w łokciach, a dłonie muszą opierać się o podłogę. Następnie dziecko odpycha się rękoma od podłogi, unosi brodę ku górze – wykonuje ślizg na kocyku, jednocześnie przesuając się w wyznaczonym kierunku. Można w trakcie zabawy wydawać komendy: do przodu, do tyłu, w prawo, w lewo. Dobrze, żeby był jakiś cel np. przenoszenie na plecach jakiegoś przedmiotu czy też zabawki. Ćwiczenie reguluje siłę mięśni centralnych, obręczy barkowej, przedramienia, usprawnia obustronną koordynację, funkcję oka, stymuluje przedsionek i propriocepcję. (EWA MICHALSKA)

**13.** *Slalom ze skarpetą* – pokonujcie slalom w pozycji na kolanach, przenosząc na plecach kulkę skarpety. Slalom można wyznaczyć za pomocą dowolnych przedmiotów (poduszek, rolek papieru toaletowego, zabawek czy pachołków). To ćwiczenie pomaga nam stymulować układ przedsionkowy i proprioceptywny.

(ANNA CHOLERZYŃSKA-WRONA)

**14.** *Berek z ogonami* (każde dziecko poza berkiem otrzymuje szarfę i mocuje ją jako ogon przy spodenkach z tyłu, następnie zadaniem berka jest zdobyć wszystkie ogony). (KINGA DĄBROWSKA)

**15.** *Zwierzaki* – dziecko dostaje kocyk od nauczycielki lub nauczyciela. Na hasło – „wąż” kładzie się na brzuchu na kocu i odpychając się rękoma, musi się przemieścić od początku sali do końca. Na hasło *ślimak* – siada na kocu i odpychając się rękoma, przemieszcza się od początku sali do końca, a na hasło *bączek* kręci się w koło na kocu jak bączek. (MARZENA MADEJ)

**16.** *Jakie to zwierzę?* Dzieci siedzą w kole. Wybrane dziecko losuje karteczkę z kolorem (czarny, czerwony, żółty, pomarańczowy, szary, brązowy, zielony) nie pokazuje innym, jaki ma kolor. Zadaniem dziecka jest pokazanie zwierzątka, które jest w wylosowanym kolorze (np. zielony: żaba, konik polny, jaszczurka) nie używając głosu. Zadaniem pozostałych uczestników jest odgadnięcie, co to za zwierzę oraz jaki kolor wylosował kolega/koleżanka. (ANNA SŁOMIŃSKA)

**17.** Dzieci mają zawieszony koszyczki na plecach, jakie figury zbierają (np. duże kwadraty, zielone trójkąty) oraz zestaw 10 figur, które mają wrzucić, chodzą za dziećmi i próbują wrzucić figury do odpowiednich koszyczków innych dzieci. (KINGA DĄBROWSKA)

**18.** Zabawa z gumą do grania:

a) *Omijam przeszkodę* – podczas zabawy recytujemy wierszyk: *Myszka Miki gra w guziki, Kaczor Donald pije sok, a my gramy w smik, smak, smok*. Dwoje dzieci stoi

naprzeciwko siebie trzymając gumę, tworzą różne figury z gumy, tak aby powstała pajęczyna, reszta dzieci próbuje przejść przez przeszkodę, tak by nie dotknąć gumy (czołganie, skakanie, chodzenie na czworakach, turlanie się, unoszenie wysoko kolan).

b) Klasyczna gra w gumę – skakanie wg pokazanego wcześniej sposobu, przeliczanie skoków.

c) Zabawa w kole całą grupą. Wszyscy trzymają obiema rękami gumę tak, żeby utworzyć krąg. Dzieci wykonują polecenia nauczycielki lub nauczyciela: *chwyć gumę prawą ręką, następnie lewą, unieś gumę nad głowę, stań tyłem do gumy, przodem, usiądź na gumie, stań nogami, wejdź do środka gumy, Ania zamieni się miejscem z Jankiem itp.*

(AGATA KOCHANOWSKA)

**19.** Regularnie bawimy się w dobrze znaną *ciuciubabkę* – dzieci niemal bezbłędnie po wzroście, masie i włosach rozpoznają swoich kolegów. Uważam, że jest to świetna zabawa integracyjna. Ulubioną zabawą ruchową mojej grupy pięcioletków jest *muchy latają – pająk*, tylko trzeba mieć na nią czas, ponieważ nie można zagrać tylko jednej tury, dzieci dopominają się o więcej 😊. Bawimy się też w podobną grę *marmurki-figurki* – dzieci tańczą lub ruszają się w rytm granej muzyki, a w momencie pauzy zastygają bez ruchu. (RITA KOSIEWICZ-BUDNICKA)

**20.** *Znajdź drogę do domu* – spacer w labiryncie. Miejsce: ogród przedszkolny. Pomoce: patyki różnej wielkości, liście, kasztany, piach, kamienie, kontur domu. Z patyków układamy labirynt, po którym porusza się dziecko, szukając drogi do domu. Po odnalezieniu właściwej drogi, dzieci wypełniają kontur domu wybranym przez siebie materiałem np. piaskiem, kamykami. (URSZULA MIROWSKA)

## Ścieżki sensoryczne i nie tylko

*Wszelkie zabawy z przechodzeniem po ścieżkach sensorycznych (ścieżce o urozmaiconym i zmieniającym się podłożu), z próbą utrzymywania równowagi podczas przechodzenia np. po kamieniach i innych wystających*

przedmiotach lub też po miękkim podłożu. Wymaga to od dzieci skupienia, mimo to, one same bardzo chętnie podejmują się jej wykonania. Nierzadko same tworzą sobie ścieżkę w odpowiedniej dla siebie kolejności, zmieniając kolejność ustawienia pojemników. (KATARZYNA SUSKA)

**1.** Ścieżka sensoryczna to pewnego rodzaju tor przeszkód dla dziecka, którego funkcją jest stymulowanie zmysłu dotyku. Tor wpływa korzystnie na rozwijanie innych umiejętności, a co najważniejsze – jest świetną zabawą dla malucha. (MAŁGORZATA BARANOWSKA)

**2.** Chodzenie po ścieżce z „sensorycznymi kamieniami” np. twarda poduszka, gruba książka, miękka poduszka, duża maskotka, miska z kaszą/ryżem, piaskiem, koc, mała kolczasta mata, dwie złączone gąbki do mycia (szorstką stroną), duży garnek (odwrócony do góry dnem) albo kilka, mokra szmatka, siano ze sklepu zoologicznego.

(KINGA DĄBROWSKA)

**3.** Ścieżka sensoryczna – zabawa przeznaczona jest dla bosych stóp dziecka. Na podłodze nauczycielka lub nauczyciel czy też rodzic przygotowują trasę składającą się z powierzchni o różnych fakturach. Mogą to być kawałki różnych tkanin, np. futerko, papiery/gazety, puzzle piankowe o różnych fakturach, tacki wypełnione kaszą, makiem, piaskiem kinetycznym albo ryżem. Dziecko spacerując taką ścieżką, rozwija zmysł dotyku, ale nie tylko, gdyż dzięki kolorom stymulowany jest również jego wzrok, a wydające różne dźwięki faktury pobudzają słuch. (ALEKSANDRA RUTKOWSKA)

**4.** Klasyczna ścieżka sensoryczna z zabawami stacyjnymi mającymi na względzie usprawniać układy bazowe, np.:

- przejście po miękkim materacu,
- położenie się na brzuchu i wykonanie 3 obrotów,
- odcisnięcie stóp w masie solnej,
- przejście po kamieniach,
- przemieszczenie się od punktu „a” do punktu „b” przy ścianie ruchem obrotowym,
- przeniesienie na czworaka czegoś na plecach itp.

(KATARZYNA SUSKA)

**5.** Zabawa aktywizująca układ przedsionkowy, orientację w przestrzeni, a także układ dotykowy – podnoszenie woreczka o określonym kolorze położonego na podłodze. Dzieci swobodnie chodzą po sali w rytm muzyki, na znak nauczycielki lub nauczyciela, którzy pokazują np. czerwoną sylwetę kwiatka, dzieci mają podnieść czerwone woreczki, które są rozsypane po sali. Ważne, aby zastosować co najmniej 3 kolory woreczków. Zabawę można urozmaicić, np. dzieci podnoszą woreczek stopą. (MARTA GOŁYŚ)

**6.** *Ścieżka sensoryczna na placu zabaw:* ułożenie ścieżki, na którą składają się: kuwety z piaskiem suchym, korą, szyszkami, żołądziami, kamieniami, muszlami, gałązkami, trawą, piaskiem mokrym, mchem. Pokonanie trasy z oczami otwartymi lub zamkniętymi. (MAJA GÓRKA)

**7.** *Sensoryczna ścieżka* – dziecko bosą stopą chodzi po różnych fakturach. Moje materiały to: świece, zwinięta gruba lina, mata do sushi, kasztany, plansza *Lego duplo*, groch. (ALICJA MAJEWSKA)



ZDJ. 72  
Sensoryczna ścieżka

**8.** Przejście po ścieżce z: folii bąbelkowej, zgniecionych gazet, zgniecionych torebek foliowych, w tunelu wypełnionym piłeczkami, pod folią malarską. (EWA DZIUBIŃSKA)

**9.** Obrazek przedstawia fragment toru sensorycznego własnej produkcji. Na kawałkach wycieraczek przyczepiam, co tylko mogę: frędzle od mopa, zmywaczki, słomki, korki, szaliki, kawałki papieru ściernego, folię bąbelkową, sztuczną trawę, podstawki pod szklanki



z różnych materiałów wykorzystujemy je do przeróżnych zabaw z użyciem dłoni i stóp.

(MARCELINA JACHIMEK)



ZDJ. 73

Tor sensoryczny

**10.** Na podłodze przygotowujemy trasę składającą się z powierzchni o różnych właściwościach. Mogą to być kawałki tkanin – wełna, jedwab, futerko, płótno, papiery – ścinki gazet, grubszy karton, bibuła, tacki wypełnione cienką warstwą kaszy albo ryżu. Spacerowanie taką ścieżką, rozwija nie tylko zmysł dotyku. Dzięki kolorom stymulowany jest też wzrok, a wydające różne dźwięki faktury pobudzają słuch. (NATALIA SZMIDT)

**11.** Spacer po parku – chodzenie po liściach, szuranie, podrzucanie liści, robienie „orła”, szukanie w liściach szyszek, żołądździ, kasztanów. (EWA DZIUBIŃSKA)

**12.** *Namioty sensoryczne* – w namiotach przeznaczonych do użytku domowego lub gdy pogoda na to pozwoli, można takie namioty umieścić na terenie ogrodu. W namiotach należy pogrupować przedmioty o określonych cechach. W jednym same ciężkie (kamyki, cegły, rury metalowe), w innym tylko lekkie

(wata, puch, piórko, płatki kwiatów), jeszcze w kolejnym tylko miękkie (poduszka, koc, masa plastyczna itp.), tylko pachnące np. świętami Bożego Narodzenia (goździki, cynamon, pomarańcze), jeszcze w innym namiocie same ostre przedmioty (igiełki z drzew, gwoździe, łądygę od róży). Dzieci przechodziły z jednego namiotu do drugiego, wraz z przejściem pobudzając różne zmysły. (KATARZYNA SUSKA)

### **Masażyki, ugniatanki i inne przyjemności**

- 1.** *Masażyki – ugniatanki z opowieścią.* Dziecko kładzie się wygodnie na brzuchu. Siadamy obok i opowiadamy/wymyślamy jakieś opowiadanie/historyjkę. Lubię bawić się z dziećmi w „robienie pierogów”:
  - Wysypujemy na stolnicę mąkę (delikatnie i szybko uderzamy opuszkami palców w plecy dziecka).
  - Wbijamy jajko i dolewamy wodę (klepiemy delikatnie dziecko).
  - Zagniatamy ciasto na pierogi (ugniatamy plecy, ramiona, ręce, pośladki, nogi).
  - Wałkujemy ciasto (otwartą dłońią albo jakimś wałeczkiem gładzimy plecy dziecka).
  - Wycinamy/wykrawamy kółeczka (zgiętymi palcami dłoni robimy ruch wycinania kółek na plecach dziecka).
  - Nakładamy na kółeczka farsz (punktowo dotykamy pleców dziecka palcem).
  - Lepimy pierogi (szczypimy skórę na plecach dziecka).
- 2.** Zabawy w rysowanie na plecach różnych kształtów lub zabawę *pisze pani na maszynie A, B, C*. To są właśnie dziecięce masażyki. Są bardzo ważne dla rozwoju układu dotykowego, schematu własnego ciała, utrwalania części ciała. Większość dzieci je uwielbia. Możemy bawić się w ten sposób na siedząco, na leżąco. Rysujemy palcem rzeczkę, słoneczko, padający deszcz – im dziecko młodsze, tym prostsze i mniej skomplikowane

wierszyki. Można je wykonywać u dzieci od ok. 3-4 miesiąca życia. (KAROLINA GOŁOTA)

**3.** Używaj podczas kąpieli różnych gąbek, ręczników i szczotek. Zachęcaj dziecko do używania mydeł o różnych zapachach, kształtach i konsystencji.

(JOLANTA KOZŁOWSKA)

**4.** Zabawa sensoryczna *rysowanie po ciele*. Dziecko siada tyłem do rodzica, który rysuje palcami wzdłuż kręgosłupa dziecka, z góry na dół, linię falistą: tu jest kręta dróżka, po plecach szybko kroczymy opuszkami palców, udając kroki: tędy idzie pani z pieszkiem, powoli i z wyczuciem stukamy dłońmi zwiniętymi w pięści: tu spadały piłeczki, szybko kroczymy wszystkimi palcami po plecach: *i turlały się kamyczki*, delikatnie szczypiemy plecki dziecka: *wtem przemknęła szczypraweczka*, powoli zataczamy na plecach obiema dłońmi koła: *zataczyła dwa kółeczka*, leciutko stukamy opuszkami palców w plecy dziecka: *spadł drobniutki śnieg*, niespodziewanie, delikatnie szczypiemy w kark: *przeszedł zimny dreszcz?* (to tylko przykład można opowiedzieć swoją historijkę).

(ALEKSANDRA RUTKOWSKA)

**5.** *Dotykanie piórkami* na patyku (palma z piórek) części ciała, przy otwartych i zamkniętych oczach. (EWA DZIUBIŃSKA)

**6.** Huśtanie/bujanie na kocyku lub chuście animacyjnej: w zabawie może uczestniczyć cała grupa, wybrane dziecko siada lub kładzie się na kocu, reszta dzieci z nauczycielem podnoszą je do góry i bujają/huśtają/kręcą w obie strony. (AGATA KOCHANOWSKA)

**7.** Ćwiczenia dostarczające wrażeń proprioceptywnych: wałkowanie piłką, rolowanie w matę (nie koc) i ugniatanie, wałkowanie ciepłem, skoki na batucie, zabawy w przyciąganie lub pchanie czegoś przez dziecko, rozpoznawanie przez dotyk różnych przedmiotów, masaż dłoni i ramion różnymi materiałami (wyboru dokonuje dziecko). (ANETA STOSIO)

8. Zabawa *naleśniki* – zabawa aktywizująca układ proprioceptywny/czucie głębokie. Zadaniem dzieci jest przyrządzenie naleśników, dzieci łączą się w pary, każda para dostaje koc. Jedno z dzieci kładzie się na podłodze, drugie przy nim klęka. Dzieci przyrządzają naleśniki – nauczycielka opowiada krótką historię, np. *na naleśnika kładziemy maliny* – dzieci udają, że układają maliny na plecach kolegi/koleżanki, *następnie smarujemy naleśnika serem... a potem zawijamy* – dziecko zawija kolegę w koc. Oczywiście potem następuje zamiana. (MARTA GOŁEYS)



ZDJ. 74  
Zabawa naleśniki

9. Inne masażyki. (JUSTYNA ZIÓŁKOWSKA-CZAJKA)



ZDJ. 75  
Masażyki

10. *Szczególny masażyk – bardzo pomaga wyciszyć się mojemu 3-letniemu podopiecznemu w przedszkolu. Chłopczyk ma bardzo wysoki poziom aktywności, potrzebuje bardzo dużo czasu na wyciszenie, wyhamowanie. Ma też bardzo duże trudności w zasypianiu. Ja mam bardzo szorstkie ręce. W czasie zasypiania zaczynam go delikatnie masować w obrębie dłoni i śpiewać cichutko kołysankę*

## Układ przedsionkowy

*(ulubiona to – Dorotka). Gdy przestaje on sam „wciera się” w moje dłonie. Choć zasypianie trwa dość długo, jednak udaje się dziecku zasnąć. (BEATA LASKOWSKA)*

# Układ pro- prioceptywny

**Mamy moc**

**Nogi w ruch**

## Nogi w ruchu

Usprawnianie układu przedsionkowo-proprioceptywnego:

- skoki obunóż w miejscu, do tyłu do przodu, do tyłu, na boki,
- przeskakiwanie z nogi na nogę. (SYLWIA ŁASKA)

**1.** *Krocz, jak...* Do zabawy potrzebne są obrazki różnych zwierząt np. bocian, królik, myszka, słoń, lew, a także kostka do gry (najlepiej duża piankowa). Dziecko losuje obrazek zwierzęcia i rzuca kostką. Jego zadaniem jest, pokonanie wyznaczonej wcześniej trasy krokami, których liczba musi zgadzać się z liczbą oczek wyrzuconych na kostce. Kroki te muszą być krokami zwierzęcia, którego obrazek dziecko wylosowało (np. powolne i ciche skradanie się jak lew, głośne ciężkie kroki słonia itp.). (MARTA DROZD)

*Dzieci w mojej grupie przedszkolnej – 5-latki bardzo entuzjastycznie przyjęły zabawę – dzieciaki naśladują zwierzaki, jest to zabawa, która obowiązkowo musi odbyć się co najmniej 1-2 razy w tygodniu, cała grupa – bez wyjątku, wciela się w różnorodne zwierzaki. Mam wydrukowane, zalaminowane i osadzone na patyczkach do lodów karty opisujące czynność wraz z rysunkiem zwierzaka np. biegaj jak – obrazek pieska, pływaj jak – obrazek rybki, rozłóż ręce i nogi jak – rysunek rozgwiazdy itp.* (RITA KOSIEWICZ-BUDNICKA)

**2.** Zabawy chodnikowe z użyciem kolorowej kredy: tory przeszkód (np.: przeskakiwanie nad przerywaną linią czerwoną, chodzenie po linii niebieskiej, skoki do zielonych pętli itp.). (ALEKSANDRA JANUCHOWSKA-PIKUŁA)

**3.** *Gra w chłopka* – potrzebna jest taśma malarska lub kreda oraz plastikowy krążek. Można zagrać w sali lub na boisku (w sali na podłodze naklejamy pola do gry w chłopka, na boisku możemy narysować je kredą). Dzieci stają przed grą na jednej nodze. Kładziemy przed nimi krążek. Ich zadaniem jest skacząc, jednocześnie kopać krążek. W jedną stronę skaczą np. na prawej nodze, a wracają skacząc na lewej. (ANNA CHOLERZYŃSKA-WRONA)

4. Zabawa w bycie piłką z wykorzystaniem wierszyka:  
*Jestem małą piłką,  
nisko podskakuję, (niskie podskoki)  
gdy trochę urosnę,  
w niebo poszybuję (wysokie podskoki).*

(ALEKSANDRA JANUCHOWSKA-PIKUŁA)

5. Ćwiczenia równoważne, obustronnej koordynacji, stymulacja czucia własnego ciała, stymulacja wzrokowa lub orientacji w przestrzeni (zależy czy ćwiczenie wykonujemy z oczami otwartymi, czy zamkniętymi) są to ćwiczenia praktyki. Ćwiczenia równoważne, stopa za stopą przemieszczamy się do przodu, do tyłu oraz bokiem po linii. (EWA MICHALSKA)



ZDJ. 76-77  
Ćwiczenia  
równoważne

6. Przechodzenie i przeskakiwanie przez linię/skakankę: dziecko przechodzi lub przeskakuje przez linię/skakankę nisko zwieszoną pomiędzy dwoma krzesłami. Zaczynamy od skakanki położonej na ziemi. Potem stopniowo ją podnosimy. (ALEKSANDRA JANUCHOWSKA-PIKUŁA)

7. Zabawa ruchowa pobudzająco-hamująca stop/start z wykorzystaniem bębienka – pobudzanie zmysłu słuchu oraz układu przedsionkowego. Dzieci np. truchtają po sali, na dźwięk bębienka mają zadanie zatrzymać się w miejscu i się nie ruszać. (MARTA GOŁYŚ)



**8.** Skakanie obunóż według wzoru odbitych stóp.

(KINGA DĄBROWSKA)

**9.** *Wyprawa na szczyt* (do zabawy można wykorzystać dostępne pomoce, przybory gimnastyczne). Przejście do celu wyznaczoną trasą, na której dziecko napotyka różne zadania:

- skoki przez przeszkody;
- tunele;
- wyłowienie kamyka z wody (miska z kamykami lub innymi małymi przedmiotami);
- rozpoznawanie za pomocą dotyku przedmiotów ukrytych pod chustą, kocem itp. (KATARZYNA KŁOSOWSKA)

**10.** *Po kamieniach* – na podłodze rozmieszczamy gazety, są to kamienie w wodzie. Dzieci skaczą z jednego kamienia na drugi tak, aby nie wpaść do wody. (MARTA TIERENTIEW)

**11.** *Skoki przez przeszkody* – w sali szkolnej przygotowałam tor przeszkód z ławeczki gimnastycznej, piłki nożnej, stosu książek, pufa. Dzieci zostały podzielone na dwie grupy, pokonywały przeszkody, skacząc nad nimi obunóż, a nauczycielka lub nauczyciel mierzyli czas wykonania zadania przez poszczególne grupy. Zabawa stymulująca układ proprioceptywny i przedsionkowy.

(TERESA SOLIWODA)

**12.** *Zabawa ze skakanką*: nauczycielka lub nauczyciel trzymają za jeden koniec skakanki i kręcą nią, zadaniem dzieci jest przeskoczyć przez luźny koniec zabawki.

(AGATA KOCHANOWSKA)

**13.** *Zmysł równowagi i dotyk* – zrobienie nart z tektury i szarf. Chodzenie we własnych nartach. (HANNA KOSTYRA)

**14.** *Tor przeszkód*. Biegi z torem przeszkód, a w nim m.in.: pełzanie, skakanie, turlanie, wspinanie, celowanie. Stymulowanie układu przedsionkowego. (MAGDALENA

KRAWCZYŃSKA)

Tor przeszkód pomoże dziecku rozwinąć pamięć, procesy poznawcze i umiejętności motoryczne.

Do jego zbudowania nie potrzeba zbyt wiele – wystarczy prowizoryczna trasa z poduszek czy pudełek. To wielka frajda nie tylko dla dzieci niezależnie od wieku nabierają pewności siebie w czasie poruszania się. (EWA URBAN)



ZDJ. 78  
Tor przeszkód

*Skoki przez przeszkody – dzieci z dużym zaangażowaniem podeszły do wykonywania ćwiczenia. Zauważyłam, że podczas wykonywania ćwiczenia niektóre dzieci nie przeskakiwały obunóż, odbijały się z jednej nogi i próbowały przeskakiwać ruchem naprzemiennym, nie miały złączonych stóp. Po przypomnieniu sposobu pokonywania przeszkód próbowały przeskakiwać ze złączonymi stopami, ale nie zawsze się to udawało. Jedno z dzieci podczas lądowania czuło się niepewnie, wyglądało, jakby się bało.* (BEATA ŁYSIAK)

## Mamy moc

- 1.** Przepychanie ciężkich rzeczy nogami, leżąc na plecach. (ALEKSANDRA JANUCHOWSKA-PIKUŁA)
- 2.** Zabawa w spychacz – dwie osoby siedzą na podłodze odwrócone do siebie plecami. Starają się przepychać w przeciwnym kierunku stronę. (ALEKSANDRA JANUCHOWSKA-PIKUŁA)
- 3.** Zabawa w powiększanie domu. Zabawę można rozpocząć od zabawnej historyjki np. że musimy powiększyć dom, przedszkole, bo mają zamieszkać z nami np. krasnoludki, mamy za mało miejsca na

kolejne zabawki. Dziecko napiera na ścianę. Próbuje ją „przesunąć”. Stymulowanie układu proprioceptywnego.

(MAGDALENA KRAWCZYŃSKA)

4. *Sanie mikołaja* – jedno dziecko siada na kocu (przy krótszym brzegu), drugie łapie końcówki koca (po przeciwnej stronie) i ciągnie kolegę. (ALICJA MAJEWSKA)



ZDJ. 79

Sanie mikołaja

5. *Zabawa – rydwany*. Dzieci szybko dobrały się w pary. Wszystkie chętnie uczestniczyły w zabawie. Starają się utrzymywać prawidłową postawę, choć niektórym sprawiało to trochę trudności, by utrzymać się na kocu. Na początku zabawy wszystkie były bardzo skupione, ale już w trakcie można było dostrzec, że część dzieciaków zaczęła rywalizację – pojawiło się wyprzedzanie oraz niezwracanie uwagi na to, że inne dzieci są obok nich. Rolami chętnie się zamieniały, każde dziecko chciało siedzieć na kocu i być ciągniętym przez kolegę/koleżankę. Zabawa trwała dość długo, dzieci prosiły, by mogły się jeszcze pobawić. Po skończonej zabawie można było dostrzec u dzieci, że się trochę zmęczyły, ale przy tym były bardzo szczęśliwe. (ANNA SZKUTNIK)



ZDJ. 80

Rydwany

- 6.** Zabawa – *marchewki*. Dzieci kładą się na brzuchach, łąpiąc za ręce, tworzą koło. Wybrane dziecko (zając) chodzi dookoła „marchewek”, na pauzę w muzyce próbuje wyrwać „marchewkę” – inne dziecko, ciągnie je za kostki. Gdy uda się wyciągnąć dziecko z koła, staje się drugim zającem itd. (MONIK REKUS)
- 7.** *Szturm na zamek* – siłowanie się. Zbudujcie ścianę/mur z dużych klocków waflowych. Następnie ustawcie się po dwóch stronach muru (dwie drużyny), stykając się np. plecami, nogami, ramionami lub dłońmi. Zadanie polega na napieraniu na zamkowy mur z dwóch stron określonymi częściami ciała. (MARTA TIERENTIEW)
- 8.** *Prezent* – jedna osoba leży na plecach, przyciąga ręce i nogi do klatki piersiowej, a zadaniem drugiej osoby jest, rozciągnięcie *prezentu*. (MARTA TIERENTIEW)
- 9.** *Balonowy zbijak* – spróbujcie odbijać balon w pozycji leżenia na brzuchu. Zadaniem drugiej osoby jest utrzymanie balonu na tasiemce na wysokości oczu leżącej osoby. (MARTA TIERENTIEW)



# Zmysł słuchu

**W krainie  
dźwięków**

**Dźwięk  
i ruch**

## W krainie dźwięków

**1.** *Zabawa rurkami bum-bum* rozwija w dziecku wycucie rytmu i rozbudza wrażliwość na różne dźwięki:

- dziecko podczas różnych zabaw muzycznych nabywa umiejętności w zakresie koordynacji słuchowo-ruchowej,
- wzmacniamy w dziecku spostrzegawczość i rozwijamy orientację przestrzenną,
- dziecko uczy się odpowiednio i szybko reagować na różne dźwięki i tony,
- maluch nabywa umiejętności intonacji własnym głosem cicho, głośniej, głośno, wolno, szybciej, bardzo szybko,
- poznajemy różne rytmy i staramy się odtwarzać je, wystukując dźwięki na przykład drewnianymi patyczkami. (DOMINIKA BOJANOWSKA)

**2.** *Trzaski w słuchawce.* Dziecko wybiera z najbliższego otoczenia dwa przedmioty, które będą udawały słuchawki telefonu oraz kilka dowolnych małych zabawek. Bawimy się w dzwonienie do siebie. Prosimy dziecko, by nas uważnie słuchało, ponieważ mamy do przekazania ważną opowieść. W czasie mówienia stoimy do siebie tyłem. Podczas rozmowy stukamy w małe zabawki, uderzając nimi o siebie. Gdy skończymy mówić (wypowiedź nie powinna być dłuższa niż trzy, cztery zdania) prosimy dziecko, żeby opowiedziało, czego się dowiedziało w czasie rozmowy telefonicznej. Pytania, które możemy zadać dziecku w podsumowaniu zabawy: Jakie słowa było Ci najtrudniej usłyszeć? Co czułeś lub czułaś, gdy coś przeszkadzało Ci w słuchaniu? Jak można ułatwić sobie słuchanie, by zrozumieć to, co ktoś do nas mówi? Które dźwięki słyszałeś/słyszałaś lepiej: moje słowa czy stukanie, szmery, trzaski w słuchawce? (ANETA STOSIO)

**3.** *Co to za dźwięk?* – rozpoznawanie przedmiotów, które wydają określony dźwięk. Za kotarą nauczycielka lub nauczyciel wydobywają dźwięki z: grzechotki, bębenka, piłki, napompowanego balonu. Dziecko

ma wskazać, przedmiot, którego używała lub używał w zabawie nauczyciel lub nauczycielka. (MAJA GÓRKA)

**4.** *Kto miauczy?* W zabawie chodzi o to by odgadnąć, które dziecko jest kotem. Dzieci siedzą w kole, jedno z nich idzie do łazienki. W międzyczasie nauczyciel wybiera „kota”, który będzie miauczał, gdy przyjdzie nieobecne dziecko. Dla utrudnienia wszystkie dzieci leżą zwinęte w kulkę chowając głowy. (PAULINA WÓJCIK)

**5.** *Zagubiony instrument* – dziecko otrzymuje 3-4 obrazki przedstawiające instrumenty muzyczne. Osoba prowadząca zabawę prezentuje dźwięki różnych instrumentów muzycznych, w tym tych, które dziecko ma na obrazkach. Zadaniem dziecka jest rozpoznanie wśród innych swojego instrumentu. Kwestią umowy jest, w jaki sposób dziecko reaguje, gdy usłyszy swój instrument, np. podnosi obrazek, wstaje lub coś mówi.

(KATARZYNA KŁOSOWSKA)

**6.** Zabawa słuchowa przetestowana na grupie 3-latków: *Oto jest zagadka. Zgadnie, kto posłucha. Trzeba zamknąć oczy i nadstawić ucha. Co tak gra? Schowałam się za krzeselkiem, które nakryłam kocykiem, następnie grałam na różnych instrumentach, zadaniem dzieci było odgadnięcie, na czym gram, następnie prosiłam ochotników, aby oni grali, zadając zagadki reszcie grupy.*

(RITA KOSIEWICZ-BUDNICKA)

**7.** Zabawa – *dyrygent*. Dziecko otrzymuje do zabawy dwa patyczki lub dwa pędzle, kartkę papieru, farby. Nauczycielka lub nauczyciel włączają muzykę, a dziecko stara się namalować na kartce usłyszane dźwięki. Jest to bardzo twórcza zabawa. (DOMINIKA KOCOŃ)

**8.** *Kartonowe pudło* – *Kasia siedzi w pudle, bo ma wszystkich dość, a tu znowu przyszedł gość. Czy to krówka muuu, czy to kotek przyszedł tu?* Dzieci wydają odgłosy zwierząt. Dzieci mogą mówić imię dziecka siedzącego w środku pudła, a dziecko próbuje odgadnąć, kto powiedział jego imię. (HANNA KOSTYRA)



**9.** Potrzebujemy do tej zabawy grzechotek o różnych dźwiękach. Zadaniem dziecka jest znaleźć pasujące dźwiękiem do siebie grzechotki. W jednych jest np. ryż, w innym groch, w jeszcze innych fasola, piasek itp. Dziecko słysząc sam dźwięk, ma za zadanie dopasować grzechotki w pary. Można do wykonania takich grzechotek użyć pudełeczek z *Kinder niespodzianki*. (ALEKSANDRA MALICKA)



ZDJ. 81  
Gra memory  
- dźwięki

**10.** Jak zrobić grzechotkę?



ZDJ. 82-83  
Wykonanie  
grzechotki

**11.** *Dźwiękowa zabawa w chowanego.* Dziecko chowa w pokoju przedmiot i klaszcząc, udziela wskazówek, gdzie szukać. Im bliżej dorosły jest tej rzeczy, tym dziecko głośniej klaszcze. Im dalej od przedmiotu, tym delikatniejsze staje się klaskanie. Zabawę można zmodyfikować i zamiast klaskania, można wymyślić inne dźwięki. (MAGDALENA MIŚ)

**12.** *Zabawa z dźwiękami.* Poniżej link do strony z różnymi odgłosami – natury, zwierząt, ludzi i maszyn. Najpierw dziecko powinno zgadywać/rozpoznać co to za

dźwięk, następnie próbować go powtórzyć głosem lub odtworzyć przy pomocy przedmiotów/sprzętów, które są w domu czy przedszkolu. Warto przy tym porozmawiać o tym, kiedy możemy usłyszeć takie dźwięki, w jakich okolicznościach się pojawiają, które są przyjemne, a które niepokojące lub nawet groźne, z czym się kojarzą. Co się z nami dzieje, gdy słyszymy dany dźwięk, co wtedy czujemy itd. <http://xn--odgosy-5db.pl/>

(JOANNA ODOLIŃSKA)

**13. Łańcuszek dźwięków.** Potrzebujemy: dowolnych instrumentów muzycznych lub innych przedmiotów, takich jak: słoik, miska ceramiczna, kartonowe pudło, monety, folia spożywcza, butelka z wodą, drewniana łyżka. Ustawiamy na stole kilka instrumentów muzycznych albo kilka dostępnych przedmiotów. Prosimy dziecko, aby uważnie słuchało dźwięków, które zagramy. Zadaniem pociechy jest powtórzenie ich dokładnie w tej samej kolejności. Można przeprowadzić zabawę, stopniując trudność przez zwiększanie liczby dźwięków, a także zaproponować, aby dziecko się odwróciło lub zamknęło oczy i w taki sposób nasłuchiwało i zapamiętało dźwięki. Pamiętajmy o zamianie ról. (ANETA STOSIO)

## Dźwięk i ruch

**1.** Wspólne *tańce-hulańce*. Zwyczajne spontaniczne tańczenie z dzieckiem to świetna rozrywka ruchowa, która ćwiczy słuch. Można tańczyć delikatnie niczym motylek do delikatnej, spokojnej muzyki i ciężko człapać w takt ciężkiej muzyki niczym niedźwiedzie. Do szybkiej – skocznie skakać jak żabka, do wolnej – powoli się poruszać niczym żółw. (MAŁGORZATA BARANOWSKA)

**2.** *Taniec z kołem* – obręcz z koła jest zawieszona ponad głowami dzieci. Do koła przywiązane są zwisające swobodnie paski z krepiny, dzieci tańczą do muzyki spokojnej i skocznej, w trakcie muzyki dotykają pasków zawieszonych nad głową. (EWA DZIUBIŃSKA)

### 3. Zegarowe zabawy:

- ćwiczenie słuchowe: słuchanie dźwięków wydawanych przez zegary. Na początku zapoznajemy dziecko z dźwiękami i nazwami zegarów, a następnie przechodzimy do zgadywanek.
- ćwiczenie ruchowe – naśladowanie ruchów zegarów:
  - zegarek na rękę cyk-cyk-cyk – ruchy głową do przodu i do tyłu;
  - budzik – trrrrryyy-trrrrryyy-trrrrryyy – obroty dookoła własnej osi;
  - zegarek na ścianę – tik-tak-tik-tak – naprzemienne wymachy rąk;
  - zegarek z kukułką kuku-kuku-kuku – podskoki obunóż;
  - zegar na wieży bim-bam-bim – bam – przysiad i wyprost z wyskokiem. (MAGDALENA MIŚ)

4. *Dźwiękowa uliczka* – dzieci otrzymują instrumenty muzyczne, np. bębny, marakasy, cymbały, tamburyny i siadają parami naprzeciwko siebie. Jedno z dzieci przechodzi między dziećmi, które grają na instrumencie, który mają w momencie, kiedy dziecko jest koło nich. Dziecko słucha dźwięku i próbuje odgadnąć nazwę instrumentu, który usłyszało.

*Tę zabawę prowadziłam w grupie dzieci 5-letnich. Jest to zabawa, która angażuje wszystkie dzieci jednocześnie, jedno dziecko odgaduje, a reszta po kolei gra na instrumentach i słucha, czy dziecko poprawnie odgaduje. Może dlatego według mojej obserwacji, bardzo się ona dzieciom podoba.* (JOANNA KAMIŃSKA)

5. *Złap mnie, jeśli mnie słyszysz* – zabawa dla około 6 dzieci. Dzieci tworzą koło. Jedno dziecko wchodzi do koła, a nauczycielka lub nauczyciel zakładają mu opaskę na oczy. Pozostałe dzieci dostają po jednym instrumencie i rozchodzą się po sali. Nauczycielka lub nauczyciel wskazują, które dziecko w jakim momencie, wydaje dźwięk swoim instrumencie. Dziecko z zasłoniętymi oczami musi podążać za wybranym dźwiękiem i dotknąć dziecko wydające dany dźwięk. Ćwiczenie to można modyfikować w różny sposób. (MARZENA MADEJ)

# Zmysł wzroku

**Kolorowy  
świat**

**Inne dzieła  
sztuki  
wizualnej**

**Sokole oko**

## Kolorowy świat

- 1.** *Kolorowy świat.* Przy pomocy kolorowych folii wprowadzić magię do codzienności. Patrzymy na wszystko dookoła przez kolorowe filtry na spacerze i w domu. Potem dzieci zamykają oczy i mają za zadanie opowiedzieć, jak wyglądał ten kolorowy świat. Czy inaczej go odbierają? Czy czerwony śnieg wygląda jak śnieg? Czy mama wygląda tak samo z niebieską twarzą? (MAŁGORZATA BARANOWSKA)
- 2.** Malowanie dłońmi, stopami farbami o różnorodnej strukturze. Farbę przeznaczoną do malowania palcami można mieszać z kaszą, piaskiem, ryżem. Dodatkowo zabawę można wzbogacić, używając do malowania kisiel, galaretkę, piankę do golenia. (MAGDALENA KRAWCZYŃSKA)
- 3.** Malowanie nogami, stopami, łokciami, rękoma to niezwykle odkrywcze doświadczenie, które pozwala poznać lepiej swoje ciało, dotyk i doskonale poprawia nastrój. (DOMINIKA BOJANOWSKA)
- 4.** Malowanie palcami. Za pomocą przeznaczonych do tego farb, stwórz z dzieckiem obrazek, malując palcami. Do farb można dosypać, np. ryż, piasek lub ziarna, aby uzyskać różnice w strukturze. Dodatkowo można pomalować dłoń dziecka i odciskać ją na papierze. (JOLANTA KOZŁOWSKA)
- 5.** Malowanie rękami i stopami – dotykanie farb, malowanie paluszkami, odbijanie całych rączek i stópek – to wszystko, podobnie jak pudełka sensoryczne, uwrażliwia receptory. Malowanie rękami spodoba się także dzieciom, które nie lubią malować w tradycyjny sposób ze względu na słabe napięcie mięśniowe – używanie paluszków jest trudniejsze niż trzymanie kredki czy pędzla i dociskanie ich do kartki. (AGATA CYGAN)
- 6.** Moczenie swoich stóp w farbie i chodzenie/odbijanie ich na folii rozłożonej na podłodze lub na gazecie, następnie samodzielne mycie w brodziku. (KINGA DĄBROWSKA)

**7.** Przyklejam folię kuchenną na blat stołu, na nią kładę kartkę z bloku, kartkę przykrywam folią, przyklejam wszystko taśmą (szeroką) ze wszystkich stron po bokach, następnie nakładam farbę (3-4 kolory wybrane przez dziecko), skraplamy wraz z dzieckiem farby niewielką ilością wody, nakrywamy folią i ponownie przyklejamy po bokach taśmą przezroczystą. Najpierw dziecko może bez brudzenia rąk łączyć ze sobą kolory farb znajdujących się pod folią, farba dobrze łączy się z wodą i innymi kolorami, gdy wody jest za mało, możemy zrobić małą dziurkę po boku folii i wpuścić długą pipetką trochę więcej wody, gdy widzimy, że dziecko znużyło się łączeniem kolorów, rozdieramy jedną warstwę folii, dostajemy się do farb, ale nie do białej kartki, tym sposobem dziecko może ubrudzić rączki, łączyć nadal farby i tworzyć wzory widoczne na tle białej kartki. Świetna zabawa na dłuższy czas. (MILENA CZUCHAJ)

**8.** *Kolorowe lody* – zabawy z użyciem wody są dla dzieci zawsze fascynujące – mogą moczyc w niej czubki palców, całe dłonie, przesuwać wodę na boki, sprawdzać jak kapie itp. Jeśli mamy im kubeczki, lejki, miarki, buteleczki będą mogły przelewać wodę, porównywać gdzie jest więcej/mniej. Po jakimś czasie warto dodać barwniki spożywcze lub odrobinę farby i zachęcić dzieci do nabierania wody pipetą i wlewania jej np. na kawałki waty. Gdy kolorową wodę na talerzu zaczną dotykać patyczkiem nasączonym płynem do naczyń, zaobserwują ciekawe zjawiska optyczne, a gdy w pojemniczkach włożą ją do zamrażalki, zrobią się z niej kolorowe kostki, które można dotykać, przesuwać, rozbijać itp. (MARCELINA JACHIMEK)

**9.** *Kolorowe woreczki* – do zabawy potrzebnych będzie kilka plastikowych woreczków z zamknięciem strunowym i farby w kolorach podstawowych: żółtym, niebieskim i czerwonym. Do każdego woreczka wlewamy po odrobinie farby w dwóch kolorach w taki sposób, żeby kleksy znajdowały się w przeciwległych rogach, i szczelnie zamykamy. Dziecko ugniatając woreczek, miesza barwy i na jego oczach dzieją się prawdziwe czary-mary. (JOLANTA KOZŁOWSKA)

## Inne dzieła sztuki wizualnej

1. *Sensoryczne butelki* – do przezroczystych plastikowych butelek wsypujemy, wrzucamy różnego rodzaju kasze, ryż, makaron, soczewicę, groch itp. Takie butelki mogą posłużyć również jako grzechotki. (MALWINA SOBANTKA)



ZDJ. 84  
Butelka sensoryczna

Jeśli użyjemy materiałów trwałych, jak np. koraliki, muszelki, małe kolorowe klocki plus dodatek brokatu, możemy zalać je wodą z dodatkiem gliceryny (jedna, dwie krople). Wtedy elementy umieszczone w butelce będą swobodnie się przemieszczać, jak w śnieżnej kuli.

(MALWINA SOBANTKA)



ZDJ. 85  
Butelka sensoryczna z gliceryną

2. Na deseczce naklejamy klejem na gorąco rzepy. Z różnych kolorowych sznurowadeł dziecko wykonuje obrazek. Ćwiczenie planowania motorycznego, rozwijający wyobraźnię, stymuluje wzrok, różnicuje dotyk, reguluje napięcie centralne. Dbamy o prawidłową pozycję ciała, gdy dziecko siedzi przy stolyczku.

(EWA MICHALSKA)



ZDJ. 86  
Obrazek ze sznurowadeł

3. *Obraz ze sznurka (string art)*. Zabawa techniką *string art* polega na wyplataniu różnych obrazków z kolorowej włóczki na ramkach lub deskach. Do wykonania obrazka potrzeba: kawałek drewnianej płyty lub deski, kolorowe nici, niewielkie gwoźdźce, młotek. Na wybranym kawałku drewna rysujemy wybrany wzór lub gotowy szablon. Kartkę z gotowym szablonem kładziemy na drewnie, a następnie wbijamy w kontur gwoźdźce, tak aby stworzyć stelaż naszego dzieła. Przeplatamy nić wokół wbitych gwoździ. (NATALIA ORZECZOWSKA)



ZDJ. 87  
Praca wykonana techniką – string art



**4.** Rysowanie flamastrem za pomocą stopy (dziecko leży na plecach, stopą rysuje po papierze naklejonym na ścianie/szafie), ewentualnie w określonym torze lub łączy punkty. (KINGA DĄBROWSKA)

**5.** *Pisanie palcem* – pisanie literek lub rysowanie różnych kształtów w rozsypanej na stole mące/kaszy mannie/piasku, również pomaga uwrażliwiać receptory w małych rączkach. (AGATA CYGAN)

Na talerzyku umieszczamy niewielką ilość pianki do golenia. W taki sposób dziecko ćwiczy pisanie literek, rysowanie szlaczków lub tworzy obraz. (DARIA MARKINA)



ZDJ. 88  
Pisanie pianką  
do golenia

## Sokole oko

**1.** *Co to za przedmiot?* W zaciemnionym pomieszczeniu dziecko i nauczycielka lub nauczyciel siadają na środku sali. Używając dziecięcego projektora, nauczycielka lub nauczyciel świecą na różne przedmioty, a dzieci odgadują, co to za przedmiot/zabawka. Następnie robimy zmianę, dziecko świeci na przedmioty, zaś nauczycielka lub nauczyciel odgadują. (MARZENA MADEJ)

**2.** Potrzebna jest latarka i kolorowe, sztywne folie (np. takie do laminowania) z wyciętymi wzorami. W zaciemnionym pomieszczeniu włączamy latarkę i nakładamy na nią folię. Zadaniem dzieci jest wodzić wzrokiem za ruszającym się światłem i zgadnąć co przedstawia obrazek. Dodatkowo możemy opowiadać dzieciom historyjkę, do tego, co pokazujemy.

(ALEKSANDRA MALICKA)

**3.** Ustaw kubeczki tak jak na obrazku.



ZDJ. 89  
Kubeczki

Układ kubeczków oraz ich kolory mogą być dowolne. Czym dzieci są starsze, to kubeczków może być więcej. Warto sobie przygotować kilka wydrukowanych układów kubeczków, jak to zostało pokazane na fotografii. (BOŻENA DRĄG)



# Smak i węch

**Zabawy  
w kuchni  
(i nie tylko)**

**Co tak  
pachnie?**

## Zabawy w kuchni (i nie tylko)

- 1.** Wspólne gotowanie – mieszanie, przelewanie, odmierzenie, ugniatanie – wszystkie te czynności doskonale stymulują receptory dłoni. Dodatkowo zaangażowanie malca w przygotowywanie posiłków może zapoczątkować także na innym polu – dzieci chętniej próbują dań, w których przyrządzaniu aktywnie uczestniczyły. (AGATA CYGAN)
- 2.** Ćwiczenia rozwijające zmysł wzroku, dotyku, smaku oraz mowę. Przygotowanie pokarmów, które mają różną fakturę, zapach, smak, temperaturę i kolor. Dziecko bierze do ręki dany produkt, bada jego właściwości różnymi zmysłami i opisuje słowami, to co dostrzeża. Można to ćwiczenie podzielić tematycznie, na rozwijanie poszczególnych zmysłów lub łączyć np. poznawanie dwóch zmysłów. (JOANNA ODOLIŃSKA)
- 3.** Zabawa aktywizująca zmysł smaku. Co jest bardziej kwaśne? Kwaśny cukierek czy cytrynowa lemoniada. Dzieci siedzą w kole, zabawa polega na opisywaniu smaku lemoniady i kwaśnych cukierków, dzieci podejmują próbę określenia, co jest bardziej kwaśne. (MARTA GOŁYŚ)
- 4.** Zabawy z makaronem. Malowanie makaronów barwnikami naturalnymi: z wykorzystaniem buraka, curry, brokułu. Wsypanie do kuwet, zabawy kolorowym makaronem wg pomysłu dzieci. (MAJA GÓRKA)
- 5.** *Magiczne spaghetti* – do makaronu spaghetti dodajemy podczas gotowania różne barwniki, aby uatrakcyjnić doznania wzrokowe, (zwykły też może być). Gdy jest *al dente* – odcedzamy i studzimy – w ten sposób mamy materiał gotowy do zabawy. Mogą być one przeróżne – przede wszystkim możemy go mieszać, przekręcać, unosić, ale też przeliczać, porównywać długości, układać litery, cyfry, znaki, obrazki, kształty liści, krople, figury, co tylko przyda nam się do zajęć i realizowanego tematu – spokojnie

wystarczy na 5 dni zabawy, gdy zacznie wysychać lub się kruszyć, można zamoczyć go na chwilę w wodzie. Do jedzenia – tylko pierwszego dnia i gdy użyjemy barwników spożywczych. (MARCELINA JACHIMEK)

**6.** *Salátka owocowa* – zabawa kulinarna. Zaczynamy od dotykania, oglądania, wężania i smakowania różnych owoców (kiwi, jabłko, banan, malina, truskawka, borówka, mandarynka, granat, porzeczeki itd.). Dziecko nazywa, opisuje poszczególne owoce. Następnie wybiera te, z których przyrządzi sałatkę owocową. Jego zadaniem jest w miarę możliwości samodzielne umycie, obranie, pokrojenie i wymieszanie owoców. (MARTA DROZD)



ZDJ. 90  
Zabawa w sałatkę  
owocową

**7.** *Stempelki z owoców i warzyw*. Dotykanie, poznawanie zapachów, smaków, kształtów. (MAJA GÓRKA)

**8.** *Rozpoznajemy smak*. Pomoce: owoce, jabłko, mango, truskawka, wiśnia, dżemy o takich samych smakach. Dziecko próbuje dżemu, rozpoznaje jego smak i dopasowuje do owocu, z którego jest zrobiony. (URSZULA MIROWSKA)

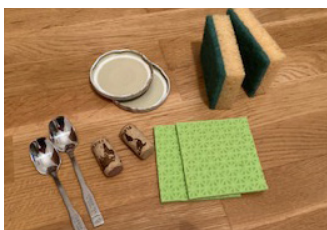
**9.** *Laboratorium smaku* – kubki z wodą (cukier, sok jabłkowy, sól, piołun) – próbowanie różnych smaków nazywanie ich:

- kwaśny,
- słodki,

- gorzki,
- słony. (HANNA KOSTYRA)

**10.** W tygodniu o owocach i warzywach mieliśmy temat dotyczący ogórków, dzieci z zakrytymi oczami próbowały ogórków: kiszonych, małosolnych, konserwowych i zwyczajnego ogórka gruntowego. (MAŁGORZATA LAUDY)

**11.** *Memo w kuchni.*



ZDJ. 91  
Memo w kuchni

**12.** *Smakowe kubeczki* – w kubeczkach umieszczamy różnorodne produkty np.: banana, pomarańczę, cytrynę, wszystko, co nadaje się do zjedzenia. Zadaniem dziecka jest odgadnięcie smaku przy zasłoniętych oczach. To dobry moment na samą naukę i rozróżnianie dostępnych smaków – słodki, słony, kwaśny, gorzki. Jeżeli jest taka możliwość, pozwalamy dziecku również pomacać produkty. Zanim posmakuje i spróbuje zgadnąć. (KATARZYNA MARCINIAK)

**13.** *Kiszenie kapusty.*



ZDJ. 92  
Kiszenie kapusty

**14.** Do miski pełnej np. pestek dyni wrzucamy kilka rodzynek, dzieci muszą sobie same oddzielić rodzynek od dyni. Można to robić rączką, ale również można używać różnych przedmiotów do przenoszenia (łyżek, pęsety itp.). To pobudza dotyk, ale i smak, koncentrację i precyzję oraz determinację. (EWA URBAN)

### Co tak pachnie?

- 1.** *Zapachowe memory* – dziecko za pomocą węchu dobiera w pary pojemniki zawierające takie same substancje czy produkty np. kawa, mydło, przyprawy kuchenne, cytryna, mięta. (KATARZYNA KŁOSOWSKA)
- 2.** *Memo zapachowe* – do małych plastikowych pojemniczków zakręcanych dodajemy olejki zapachowe (kilka kropli). Na przykład mając 8 pojemniczków, wybieramy 4 różne zapachy. Zadaniem dziecka jest odkręcenie pojemniczka, powąchanie i znalezienie drugiego takiego samego zapachu. Aby dziecko mogło samodzielnie sprawdzić, czy dobrze wykonało zadanie, na spodzie pojemniczków z takim samym zapachem mogą być dwa takie same znaczki, np. dwa serduszka, kółeczka itp. (JOANNA KAMIŃSKA)
- 3.** W dwóch słoiczkach ukryte są zapachy. Jest ich kilka par. Dziecko wącha i przyporządkowuje. Gdy dobrze dopasuje, na parze kładzie obrazek. Oddzielne obrazki przyklejone są do spodu słoiczków tak, żeby dziecko nie mogło podejrzeć. Ćwiczenie stymulacji węchu zapachami, wzroku, ćwiczenia planowania, obustronnej koordynacji, różnicowania dotykowego. (EWA MICHALSKA)



ZDJ. 93-94  
Zapachowe memory



4. Stymulacja zmysłu węchowego, wzrokowego, obustronnej koordynacji oko-ręka, pamięci wzrokowej, planowanie. Ćwiczymy umiejętność zakręcania i odkręcania nakrętek na słoiczkach – czucie głębokie. Zapachy dla dzieci młodszych. Dziecko węża zawartość w jednym pudełeczku i dopasowuje, szuka takiego samego. (EWA MICHALSKA)

ZDJ. 95-96  
Zagadki zapachowe



5. *Zagadki zapachowe* – do kilku (nieprzezroczystych) pojemników wsypujemy np.: liście mięty, kakao, ziarna kawy, skórkę pomarańczy. Dzieci w trakcie zabawy mogą podzielić pojemniki na zapachy dla nich ładne i brzydkie. Jeśli w dwa pojemniki wsypujemy ten sam produkt, dzieci mogą wyszukać pary tych samych zapachów. (DOMINIKA KOCON)

6. *Pachnące obrazy* – zrobienie wspólnie z dziećmi farb z olejkami eterycznymi. Nazywanie zapachów lub skropienie powstałego obrazka olejkiem zapachowym.

(HANNA KOSTYRA)

**7.** *Jesienny obraz zapachowy* – na papierze kolorowym dziecko rysuje kontury drzewa. Następnie wykleja je kawą i herbatą. (MATEUSZ ŁĄCZYK)

**8.** Lniane zapachowe woreczki łączone w pary. Wspólnie z dziećmi napełniamy lniane woreczki suszem lawendy, rozmarynu, mięty, rumianku itp. W trakcie wypełniania poznajemy zapachy wybranych suszy. Po wykonaniu zapachowych woreczków zadaniem dzieci jest łączenie w pary woreczków o takim samym zapachu.

(KATARZYNA MARCINIAK)

**9.** Do przygotowania pomocy użyłam olejków zapachowych i drewnianych krążków. Nalałam olejek na talerzyk i włożyłam krążek, by nim nasiąknął.



ZDJ. 97-68  
Zagadki zapachowe

Każdy krążek oznakowałam emblematem danego zapachu. W ten sposób powstała kolekcja 8 krążków zapachowych. Powstałe w ten sposób pomoce wykorzystam do różnorodnych zajęć dydaktycznych.

(IWONA WAWRENIUK)



# Praksja

**Od planu  
do realizacji**

**Poznajemy  
litery**

**Matema-  
tyczne zag-  
wozdki**

**Zabawy  
z oddechem**

## Od planu do realizacji

### 1. Dekorator wnętrz.

Wariant I – każde dziecko otrzymuje do obręczy zestaw wyciętych elementów wystroju mieszkania (mogą być zalaminowane, po to, żeby były sztywniejsze lub mogą być wycięte z kartonu) oraz sylwetę/obrazek konturowy domu. Zadanie dziecka polega na uzupełnieniu domu wyciętymi elementami, przenoszonymi z obręczy na obrazek konturowy za pomocą klamerek do bielizny.

Wariant II – dzieci podzielone są na zespoły. Każda grupa otrzymuje do obręczy zestaw wyciętych elementów wystroju mieszkania (mogą być zalaminowane, po to, żeby były sztywniejsze lub mogą być wycięte z kartonu) oraz sylwetę/obrazek konturowy domu. Dzieci ustawiają się w rzędach, na których początku na podłodze leży sylweta domu a na końcu obręcz z wyciętymi elementami. Dzieci mają za zadanie umeblować domy, podając sobie po kolei elementy za pomocą klamerek do bielizny. W starszych grupach można wprowadzić element rywalizacji, gdzie kryterium może być szybkość lub dokładność. (KATARZYNA KŁOSOWSKA)

2. Zwierzęta gospodarskie – przygotowanie postaci, wystawienie krótkich przedstawień w grupach, do wykorzystania papier oraz spinacze. (ADRIANA ADAMCZYK)



ZDJ. 99  
Przedstawienie  
– zwierzęta  
gospodarskie

**3.** Planujemy naciągnąć gumki wg wzoru, np.: kwadrat, trójkąt czy prostokąt. Gumki muszą być naciągnięte w taki sposób, by dawały różne dźwięki. Ćwiczenia stymulowania wzrokowego, słuchowego, koncentracji uwagi, praktyki, różnicowania dotykowego. (EWA MICHALSKA)



ZDJ. 100-101  
Różne formy  
stymulowania

**4.** *Zwierzęta i ich domy* – dzieci z materiału dostępnego w ogrodzie przedszkolnym próbowały zbudować gniazdo. (ADRIANA ADAMCZYK)

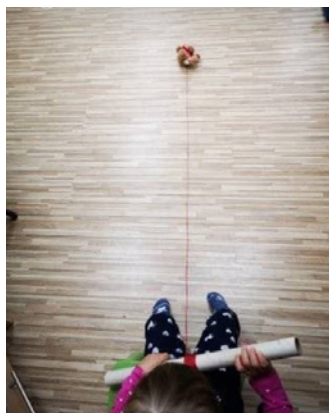


ZDJ. 102  
*Zwierzęta i ich domy*

**5.** Ćwiczenia stymulacji wzrokowej, obustronnej koordynacji oko-ręce, nogi, normalizuje napięcie mięśni centralnych, obręczy barkowej, karku, przedramienia, zwiększa mobilność nadgarstka, rąk, siłę łydek, stóp, planowanie motorycznie, różnicowanie dotykowe. Dziecko siedzi i nawija nić na wałek. Na końcu nici przyczepiona jest ciężka, kolorowa zabawka, której

zadaniem jest dotrzeć do domku – pojemnika, który stoi pod krzesłem, na którym siedzi dziecko. (EWA MICHALSKA)

ZDJ. 103  
Stymulacja  
wzrokowa  
i obustronna  
koordynacja



### 6. Wykonywanie przez dzieci zabawki ekologiczno-sensorycznej – grzechotki z butelek po jogurtach.

Pomoce:

- pojemniczki po jogurcie,
- kolorowy papier samoprzylepny,
- ścinki materiału,
- pojemniczki z ziarenka,
- płyta z melodią piosenki.

Dzieci:

- 1) oglądają wysypane ziarna wyłożone w pojemniczkach, próbują ustalić ich nazwy, określają ich wielkość, kolor,
- 2) dotykają ziaren, przy pomocy palca rozgarniają ziarna i odczytują nazwy ziaren (kartka z nazwą jest przysypana ziarnami), sprawdzają fakturę ziaren,
- 3) ozdabiają pojemniczki po jogurcie kolorowym samoprzylepnym papierem,
- 4) wsypują do pojemników ziarna, zabezpieczają materiałem grzechotkę, by ziarna się nie wysypały.

Prezentacja grzechotek i wspólne granie na wykonanych przez dzieci instrumentach.

## Zabawa ma sens

*Już sama zabawa ziarnami przyniosła dzieciom dużo radości. Z chęcią i zaciekawieniem dotykały je, pocierały, wąchały, niektórzy chcieli nawet sprawdzić ich smak. Trudną pracą okazało się dla wielu dzieci wycinanie i ozdabianie kolorowym papierem (poprosiłam o wycinanie małych elementów). Zabawy przy muzyce dały dzieciom upust w emocjach i możliwość odreagowania swego rodzaju skupienia podczas wcześniejszej pracy. Dopiero po kilku minutach mogliśmy stworzyć orkiestrę i zagrać utwór.*

(SYLWIA GÓRKA-OLCZAK)



ZDJ. 104-107  
Zabawki  
ekologiczno-  
sensoryczne



**7.** *Zabawy piaskiem kinetycznym* – dzieci bardzo chętnie bawią się piaskiem, budują różne budowle z wykorzystaniem np.: kasztanów, patyczków po lodach lub kolorowych, okrągłych, foremek. Uwielbiają zanurzać dłonie i przyglądać się piaskowi, który lepi się inaczej niż piasek w piaskownicy. Uwielbiają lepić pączki i różne ciasteczka. (ANNA JAWORSKA)

**8.** *Powiewające flagi* – dzieci przygotowały flagi Polski z kartek A4. Do krzeseł przywiązano sznurek, a następnie do niego, za pomocą spinaczy do bielizny, dzieci przyczepiały uprzednio przygotowane flagi. W ten sposób rozwijały planowanie motoryczne, a ich układ proprioceptywny oraz dotykowy był stymulowany.

(TERESA SOLIWODA)

**9.** *Laleczki wykonane z drucików kreatywnych*. Każda inna. Robię je z dziećmi i wspólnie się bawimy. Zabawa stymuluje percepcję wzrokową, ćwiczy różnicowanie dotykowe, usprawnia czucie głębokie, obustronną koordynację: oko-ręce, planowanie motoryczne, usprawnia pracę rąk, dłoni, zwiększa mobilność nadgarstka, zwiększa siłę kciuka wobec opozycji palca wskazującego, doskonali używanie nożyczek. Rozwija kreatywność i wyobraźnię u dziecka. (EWA MICHALSKA)



10. Las w słoiku (KATARZYNA PEŁZAK)



ZDJ. 109-112  
Las w słoiku

11. Koszulka dla misia – zabawa w projektantów i krawców, różne faktury, różna grubość materiałów, różne kolory – dużo zabawy i pracy. (ADRIANA ADAMCZYK)



ZDJ. 113  
Koszulka dla misia

## Poznajemy litery

1. Wprowadzanie liter. Wyklejanie kształtu za pomocą makaronu, fasoli, liśćmi, żołądziami itp. (DARIA MARKINA)



ZDJ. 114-115  
Wprowadzanie liter

2. *Co to za litera?* Zabawa głównie dla dzieci, które poznają i utrwalają kształt liter. Potrzebne są etykiety z pisanymi literami np. podobnymi: *K, R, B, P, F* (każda litera na osobnej kartce). Dziecko siada przed dorosłym. Ma przed sobą czystą kartkę i coś do pisania. Dorosły losuje etykietę z literą. Kładzie ją obok dziecka napisem do dołu i kreśli wylosowany kształt na plecach dziecka. Zadaniem dziecka jest poczuć kształt litery i zapisać go na swojej kartce. Na koniec dziecko sprawdza, czy jego zapis zgadza się z zapisem na wylosowanej przez dorosłego etykiecie. Po serii zadań następuje zamiana ról. (MARTA DROZD)

3. *Sensoryczne litery.* Tworzenie dużych plansz z kształtami liter, które w formie ścieżek sensorycznych ułożone są z różnych materiałów. Zadaniem dziecka jest kroczenie po takiej ścieżce zgodnie z kierunkiem pisania litery. Kolejnym wariantem zabawy może być zamknięcie oczu dziecka/zawiązanie chustą i zabawa polegająca na odgadnięciu, co to za litera na podstawie materiału, jaki dziecko czuje (np. litera „K” ułożona była z szyszek, a litera „R” z kasztanów. Dziecko dotyka materiału i przypomina sobie literę, która była z tego materiału ułożona). (MARTA DROZD)



ZDJ. 116-119  
Sensoryczne litery

**4. Woreczki z pestkami.** Materiały: woreczki strunowe, żel do włosów, brokat sypki, barwnik spożywczy, pestki dyni, zalaminowane litery, pisak wodoodporny. Zabawa stymulująca małą motorykę, rozwijająca wyobraźnię, zmysł dotyku i wzroku. Na woreczku strunowym rysujemy dynię oraz zapisujemy literę „D” i „d”. Zadaniem dzieci jest wykonanie swojego woreczka. Do woreczka dziecko wsypuje brokat, dolewa barwnik, dokłada żel do włosów. Dzieci zamykają woreczek i mieszają go oraz ugniatają. Do woreczka dokładają pestki dyni i literki. Zadanie polega na zabawie pestkami dyni oraz literkami. Dziecko może doprowadzać pestki do dyni, dopasowywać kształt litery do litery włożonej do woreczka. Dziecko poznaje, dotyka, czuje, utrwala poznaną literę.

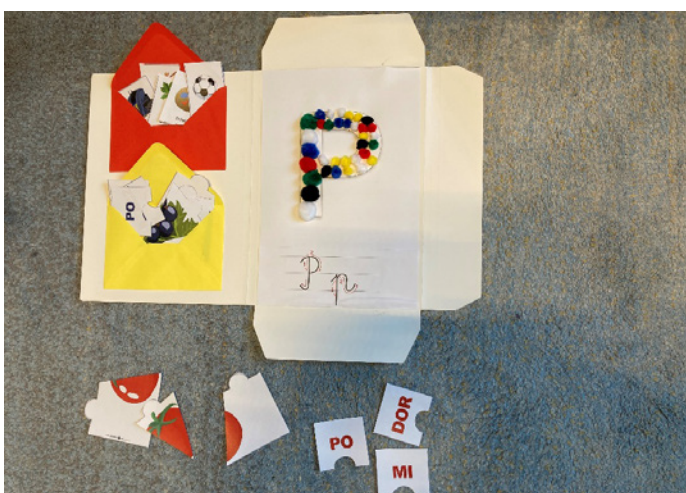
*Większości dzieci zabawa przyniosła wiele radości. Bardzo spodobał im się pomysł samodzielnego przygotowania woreczków. Sypanie brokatu, dodawanie żelu okazało się czymś nowym i ciekawym. Większość*

dzieci z chęcią bawiła się swoimi woreczkami, były jednak i takie dzieci, które jak najszybciej chciały zmyć żel z rąk i odłożyć przygotowany woreczek. (SYLWIA GÓRKA-OLCZAK)



ZDJ. 120-121  
Woreczki z pestkami

### 5. Sensoryczne lapbooki.



ZDJ. 122  
Sensoryczne  
lapbooki

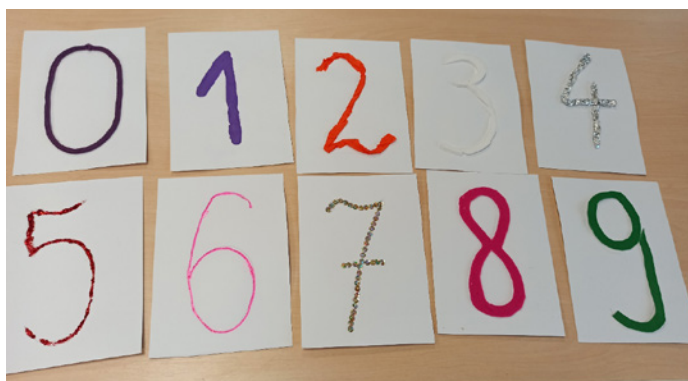
## Matematyczne zagwozдки

**1.** *Symetryczna zabawa* – do zabawy wystarczy kartka przedzielona na pół oraz różne przedmioty, które są w przedszkolu w parach (po 2 szt. np. łyżeczki, klocki, autka itp.). Zabawa polega na układaniu przedmiotów wzdłuż osi symetrii. Warto dziecku przy okazji takiej zabawy pokazać jak ułożone przedmioty wyglądają w lustrzanym odbiciu. Stopniowo zwiększamy liczbę przedmiotów lub wykorzystujemy do zabawy kolorowe figury geometryczne. (MAGDALENA MIŚ)

**2.** *Zabawy ze spinkami do włosów.* Przygotowanie spinek różnego koloru, różnej wielkości, kartonkowe paseczki z cyframi 1-10.

- zadaniem dzieci jest przypięcie odpowiedniej ilości spinek na wylosowanym paseczku z cyfrą;
- utworzenie zbiorów (duże, małe);
- kontynuacja rozpoczętego rytmu. (AGATA KOCHANOWSKA)

**3.** *Sensoryczne cyfry.*



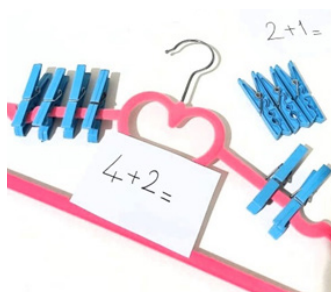
ZDJ. 123  
Sensoryczne cyfry

**4.** *Liczymy za pomocą klamerek.* Dodawanie i odejmowanie na konkretach oraz ustalenie, gdzie jest więcej, a gdzie mniej, dodatkowo ćwiczenie motoryki małej. (DARIA MARKINA)

## Praksja

ZDJ. 124

Liczenie klamerek



### 5. Jak to figura? (BEATA ŁYSIAK)

ZDJ. 125

Jaka to figura?



### 6. Sensoryczne figury geometryczne. (NATALIA ORZECZOWSKA)

ZDJ. 126-127

Sensoryczne figury geometryczne



### 7. Pomoc dydaktyczna do polisensorycznej aktywności w przedszkolu – wąż matematyczny. Nawlekanie płatków na sznurek. Pomoc dydaktyczna do nauki dodawania i odejmowania oraz poprawienie sprawności manualnej. (DARIA MARKINA)

ZDJ. 128-129  
Wąż matematyczny



### 8. Jaka to figura? (MARTA TIERENTIEW)

ZDJ. 130-131  
Jaka to figura



## Zabawy z oddechem

Zabawy z oddechem 1-7. (JOANNA ODOLIŃSKA)

1. Dmuchiwanie ciągłym strumieniem na różne lekkie przedmioty i wprawianie ich w ruch np.: wiatraczek, piłeczka pingpongowa, wata, piórko itp.
2. Dmuchiwanie na szybę, lustro i pisanie po zaparowanej powierzchni (doświadczenie pokazuje, że wydychamy nie tylko powietrze, ale również parę).
3. Ćwiczenie siły i długości wydechu: gaszenie świecy z bliska i z większej odległości, lekkie dmuchiwanie powodujące drganie płomienia świecy (oczywiście pod kontrolą dorosłych).



4. Naśladowanie odgłosów: wiatru – www...; szumu liści – szszsz...; warkotu silnika – wrr...; lokomotywy – puf, puf (tym razem przy tej zabawie warto zwrócić uwagę, że powietrze jest nam potrzebne do wydawania dźwięków i mówienia).
5. Wymawianie: samogłosek na długim wydechu (aaaa...; ooo...; iii...; uuu...; yyy...; eee...), ciągu samogłoskowego na jednym wydechu (np. aeiouy), sylab na długim wydechu (mamamama, babababa, tatatata itd.).
6. Ćwiczenia oddechu podczas mówienia, np. wyliczanie wron (jedna wrona bez ogona, wdech; druga wrona bez ogona; wdech – trzecia itd.) Obserwacja, że podczas mówienia wydychamy powietrze i musimy zrobić przerwę na wdech. Można też to pokazać podczas śpiewania lub deklamowania wierszyka, np. *Na straganie* ma odpowiedni rytm do oddychania między wersami.
7. Podnoszenie przy pomocy rurki (może być zwykła plastikowa do napojów) różnych lekkich przedmiotów np. papierków, piórek, guzików, piłeczek pingpongowych itp. (oczywiście to nie mogą być małe rzeczy, które można wciągnąć do środka rurki i się zakrzusić). Można zrobić zawody – rywalizacja kto szybciej przeniesie przedmioty w inne miejsce.
8. Na rolkach po papierze toaletowym lub po ręcznikach kuchennych układamy piłeczki pingpongowe (lub np. baloniki). Zadaniem dziecka jest albo zdmuchnąć przedmioty albo np. zrzucić je psikając wodą. Można do psikania wykorzystać spryskiwacz do roślin lub butelkę po płynie do mycia szyb. (JOLANTA WARZECHA)
9. Wyścigi w dmuchaniu. Zamieniamy stół w tor wyścigowy. Układamy bawełniane kule, piłki do ping-ponga oraz inne rekwizyty, które wpadną do głowy lub mamy pod ręką. Pokazujemy dziecku jak dmuchać przez słomkę, by przesunęły się one po stole (niektóre dzieci mogą mieć z tym problem, dlatego warto jest, trochę poćwiczyć). Wykorzystujemy słomki różnej wielkości. (KATARZYNA MARCINIĄK)

## Spis fotografii:

- Zdjęcia nr 1-2: Kostki sensoryczne, fot. Paulina Wójcik  
Zdjęcie nr 3: Woreczki sensoryczne, fot. Małgorzata Laudy.  
Zdjęcie nr 4: Wąż u lekarza, fot. Rita Kosiewicz-Budnicka.  
Zdjęcia nr 5-7: Rękawice sensoryczne i ich wykorzystanie, fot. Daria Markina  
Zdjęcia nr 8-9: Miś polisensoryczny, fot. Paulina Stępień  
Zdjęcie nr 10: Ciecz nienewtonowska, fot. Adriana Adamczyk  
Zdjęcia nr 11-12: Dyniolina, fot. Katarzyna Pełzak  
Zdjęcie nr 13: Lepienie z masy solnej, fot. Mateusz Łaczyk  
Zdjęcie nr 14: Tworzenie gniotka, fot. Joanna Pyzara  
Zdjęcie nr 15: Rękawiczka sensoryczna z kulkami hydrożelowymi oraz gniotek, fot. Dagmara Byszewska  
Zdjęcie nr 16: Wyjątkowo szczęśliwy gniotek, fot. Natalia Szmidt  
Zdjęcie nr 17: Ulepimy dziś bałwanka, fot. Adriana Adamczk  
Zdjęcie nr 18: Mata sensoryczna, fot. Adriana Adamczyk  
Zdjęcie nr 19: Chodnik sensoryczny, fot. Katarzyna Kłosowska  
Zdjęcie nr 20: Dotykowe domino, fot. Ilona Jankowska  
Zdjęcie nr 21: Memo dotykowe, fot. Dorota Albera  
Zdjęcie nr 22: Memo dotykowe, fot. Justyna Ziółkowska-Czajka  
Zdjęcie nr 23: Memo rękawice sensoryczne, fot. Beata Łysiak  
Zdjęcie nr 24: Memo rękawice sensoryczne, fot. Dominika Kocoń  
Zdjęcie nr 25: Dobieranie pary, fot. Justyna Ziółkowska-Czajka  
Zdjęcie nr 26: Dotykanie tkanin, fot. Katarzyna Wąsak  
Zdjęcie nr 27: Sensoryczne nakrętki, fot. Alicja Majewska  
Zdjęcie nr 28: Poduszeczki sensoryczne, fot. Anna Słomińska  
Zdjęcia nr 29-32: Lodowe skarby, fot. Malwina Sobantka  
Zdjęcie nr 33: Skrzynia skarbów, fot. Mateusz Łaczyk  
Zdjęcie nr 34: Magiczne pudełko, fot. Justyna Ziółkowska-Czajka  
Zdjęcie nr 35-36: Poszukiwacze skarbów, fot. Magdalena Kostyra  
Zdjęcie nr 37: Pudło sensoryczne, fot. Renata Borowska  
Zdjęcia nr 38-39: Papier z niszcarki, fot. Ewa Michalska  
Zdjęcia nr 40-41: Pudełka wrażeń, fot. Ewa Michalska  
Zdjęcie nr 42: Skarby na mokro, fot. Sylwia Łaska  
Zdjęcie nr 43: Pudełko ze skarbami, fot. Bożena Drąg  
Zdjęcia nr 44-45: Jaś Fasola, fot. Milena Czuchaj  
Zdjęcie nr 46: Jesienne połowy, fot. Daria Markina  
Zdjęcie nr 47: Wieszanie prania, fot. Agata Kochanowska

## Spis fotografii

- Zdjęcia nr 48-49: Zabawy z fasolą, fot. Ewa Michalska  
Zdjęcie nr 50: Nawlekanie koralików, fot. Ewa Michalska  
Zdjęcia nr 51-52: Stymulacja wzrokowa, fot. Ewa Michalska  
Zdjęcia nr 53-54: Stymulacja wzrokowa, fot. Ewa Michalska  
Zdjęcie nr 55: Plastelinowy labirynt, fot. Agata Kochanowska  
Zdjęcie nr 56: Labirynt dotykowy, fot. Renata Bębenek  
Zdjęcie nr 57: Nawlekanie makaronowych koralików, fot. Mateusz Łączyk  
Zdjęcie nr 58: Wkręcanie i wykręcanie śrub ze styropianu, fot. Mateusz Łączyk  
Zdjęcie nr 59: Chwytywanie pomponów, fot. Mateusz Łączyk  
Zdjęcie nr 60: Zaplatanie warkoczyka, fot. Ewa Michalska  
Zdjęcia nr 61-62: Ugniatanie wałeczków z kulek, fot. Ewa Michalska  
Zdjęcie nr 63: Kolorowe latarki. fot. poglądowa z Internetu.  
Zdjęcie nr 64: Gąbka z pochowanymi guzikami, fot. Aneta Stosio  
Zdjęcie nr 65-66: Wąż z guzikami, fot. Kinga Dąbrowska  
Zdjęcia nr 67-70: Sieć pająka, fot. Sylwia Górka-Olczak  
Zdjęcie nr 71: Zabawa w powódź, fot. Natalia Orzechowska  
Zdjęcie nr 72: Sensoryczna ścieżka, fot. Alicja Majewska  
Zdjęcie nr 73: Tor sensoryczny, fot. Marcelina Jachimek  
Zdjęcie nr 74: Zabawa w naleśniki, fot. Alicja Majewska  
Zdjęcie nr 75: Masażyk, fot. Justyna-Ziółkowska-Czajka  
Zdjęcia nr 76-77: Ćwiczenia równoważne, fot. Ewa Michalska  
Zdjęcie nr 78: Tor przeszkód, fot. Renata Borowska  
Zdjęcie nr 79: Sanie mikołaja, fot. Alicja Majewska  
Zdjęcie nr 80: Rydwany, fot. Renata Borowska  
Zdjęcie nr 81: Gra memory – dźwięki, fot. Monika Chaberek  
Zdjęcia nr 82-83: Wykonanie grzechotki, fot. Alicja Majewska  
Zdjęcie nr 84: Butelka sensoryczna, fot. Mateusz Łączyk  
Zdjęcie nr 85: Butelka sensoryczna z gliceryną, fot. Barbara Turek  
Zdjęcie nr 86: Obrazek ze sznurowadeł, fot. Ewa Michalska  
Zdjęcie nr 87: Praca wykonana techniką – string art. Natalia Orzechowska  
Zdjęcie nr 88: Pisanie pianką do golenia, fot. Daria Markina  
Zdjęcie nr 89: Kubeczki, fot. Bożena Drąg  
Zdjęcie nr 90: Zabawa w sałatkę owocową, fot. Katarzyna Pełzak  
Zdjęcie nr 91: Memo w kuchni, fot. Anna Jaśkiewicz  
Zdjęcie nr 92: Kiszzenie kapusty, fot. Katarzyna Pełzak  
Zdjęcia nr 93-94: Zapachowe memory, fot. Ewa Michalska  
Zdjęcia nr 95-96: Zagadki zapachowe, fot. Ewa Michalska  
Zdjęcia nr 97-98: Zagadki zapachowe, fot. Iwona Wawreniuk  
Zdjęcie nr 99: Przedstawienie – zwierzęta gospodarskie, fot. Adriana Adamczyk  
Zdjęcie nr 100-101: Różne formy stymulowania, fot. Ewa Michalska  
Zdjęcie nr 102: Zwierzęta i ich domy, fot. Adriana Adamczyk

## Zabawa ma sens

Zdjęcie nr 103: Stymulacja wzrokowa i obustronna koordynacja,  
fot. Ewa Michalska

Zdjęcia nr 104-107: Zabawki ekologiczno-sensoryczne, fot. Sylwia  
Górka-Olczak

Zdjęcie nr 108: Laleczki, fot. Ewa Michalska

Zdjęcia nr 109-112: Las w słoiku, fot. Katarzyna Pełzak

Zdjęcie nr 113: Koszulka dla misia, fot. Adriana Adamczyk

Zdjęcie nr 114-115: Wprowadzanie liter, fot. Daria Markina

Zdjęcia nr 116-119: Sensoryczne litery, fot. Irmina Kamionek

Zdjęcia nr 120-121: Woreczki z pestkami, fot. Sylwia Górka-Olczak

Zdjęcia nr 122: Sensoryczne lapbooki, fot. Katarzyna Marciniak

Zdjęcie nr 123: Sensoryczne cyfry, fot. Monika Rekus

Zdjęcie nr 124: Liczenie klamerek, fot. Daria Markina

Zdjęcie nr 125: Jaka to figura, fot. Beata Łysiak

Zdjęcia nr 126-127: Sensoryczne figury geometryczne, fot. Natalia  
Orzechowska

Zdjęcia nr 128-129: Wąż matematyczny, fot. Daria Markina

Zdjęcia nr 130-131: Jaka to figura, fot. Marta Tierentiew



Książka jest efektem niezwyklego pomysłu niezwyklej kobiety – naszej koleżanki Ewy Pauliny Wawer zajmującej się kompleksowym wspomaganie pracy szkół i placówek oraz programami adresowanymi do rodziców. Wykształcenie, doświadczenie zawodowe, ale przede wszystkim osobowość czyniły z Ewy Pauliny Wawer osobę bardzo skuteczną i oddaną pracy z ludźmi potrzebującymi wsparcia oraz niekiedy inspiracji. Odnosiła ona niezliczone sukcesy jako edukatorka, trenerka, wykładowczyni, animatorka wspomagania, redaktorka, doradczyni, badaczka, czy też poetka i pisarka. Ewa Paulina Wawer odeszła nagle, we wrześniu 2019 roku. Pozostawiła puste biurko, rozpoczęte projekty, notatki, publikacje, programy... Uznaliśmy, że hołdem i podziękowaniem dla Pauliny będzie kontynuacja jej działań, a także ich upowszechnianie.

**Arkadiusz Walczak**, fragment Słowa od Wydawcy, Dyrektora WCIES

Zebrane w tej książce propozycje zabaw to wynik pracy uczestniczek dwóch edycji kursu *Dotknij, poczuj, zobacz, usłysz, czyli jak łączyć rozwój wielozmysłowy z edukacją medialną*. Inicjatywa ta zrealizowana została w Warszawskim Centrum Innowacji Edukacyjno-Społecznych i Szkoleń wiosną i jesienią 2020 roku. Sugerowane w książce ćwiczenia i zabawy angażują najważniejsze układy zmysłowe, które są podstawą prawidłowego rozwoju dziecka.

**Ewa Borgosz i Elżbieta Konopacka**, ze Wstępu Redaktorek

