**Zabawy z zakresu Integracji Sensorycznej**

Zabawa z rodzicem z punktu widzenia rozwoju dziecka jest niezwykle ważnym elementem. Stanowi ona bazę wzajemnego zaufania rodzic-dziecko, wpływa na odczucia dziecka, jego samoocenę, poczucie, że jest kochane i ważne. Dziecko potrzebuje doświadczać i przeżywać emocje. Potrzebuje również stabilizacji emocjonalnej oraz właściwej stymulacji procesów Integracji Sensorycznej - a to właśnie oferuje mu zabawa.

Pamiętajmy o tym, aby dostosować zabawy do możliwości i potrzeb dziecka oraz uwzględnić szczególnie wszelkie nadwrażliwości i trudności w danym obszarze. Niektóre z zabaw możemy stosować w ciągu dnia, niektóre wieczorem. W ciągu dnia stymulacja powinna być bardziej aktywizująca czyli szybsza stymulacja przedsionkowa, szybszy ruch. Wieczorem postawmy raczej na zabawy stymulujące przedsionkowo, które będą mniej intensywne, łagodne wraz z dodatkowymi wrażeniami z czucia głębokiego np. Mocne objęcie dziecka siedzącego przed nami i delikatne kołysanie się z dzieckiem na boki. Starajmy się wybierać 3-4 zabawy w ciągu dnia uwzględniając preferencje dziecka, aby nie było ich nadmiaru.

Podczas zabawy możemy wykorzystywać piosenki, wierszyki, nazywać czynności. Używamy słownictwa dostosowanego do dziecka, prawidłowo nazywając czynności bez uproszczeń bądź zamiennych słów na daną czynność.

**Propozycje zabaw stymulujących przedsionkowo z wykorzystaniem wrażeń proprioceptywnych**

* Latawiec - podtrzymując dziecko w obrębie tułowia, unosimy dziecko do góry i obracamy w różne strony symulując lot latawca.
* Hamak - dwoje rodziców robi z koca „hamak”, dziecko kładzie się w środku, rodzice unoszą koc do góry kołyszą dziecko na boki, liniowo do przodu i do tyłu oraz lekko unoszą i opuszczają hamak.
* Zaprzęg - dziecko siada na kocu raz przodem raz tyłem do rodzica, rodzic trzyma koc za rogi i przesuwa nim po podłodze, ciągnąc dziecko. Zwracamy uwagę by dziecko miało prawidłową postawę i nie przewróciło się. Informujemy również dziecko czy będzie to ruch szybki czy wolny.
* Huśtawka - rodzic leży na podłodze/materacu z ugiętymi nogami w kolanach, dziecko ułożone jest klatką piersiową na nogach rodzica i trzymane za dłonie (ręce proste w łokciach). Rodzic huśta dziecko do góry, na dół, na boki, do przodu i do tyłu.
* Fikołki na rękach rodzica.
* Piłka - potrzebna jest duża piłka do ćwiczeń całego ciała, przenosimy ciężar dziecko trzymając je za dłonie, dziecko musi balansować na piłce. Kołysanie na piłce w leżeniu przodem i tyłem, trzymając dziecko za biodra. Skakanie rodzica na piłce z dzieckiem siedzącym pomiędzy udami. Samodzielne próby przetaczania się dziecka po piłce na brzuchu z wyciągniętymi rękoma do przodu - dziecko „idzie na rękach” do przodu przesuwając piłkę od brzucha do nóg.
* Walki kogutów - rodzic i dziecko kucają na materacu, wyciągając ręce próbują wspólnie się przepchnąć dłonie do dłoni tak aby drugie straciło równowagę.
* Przewracanie się rodzica z dzieckiem siedzącym na kolanach w różne strony na materacu.
* Trampolina z zabezpieczeniem na dworze - delikatne podskoki rodzica w momencie gdy dziecko siedzi z nogami wyciągniętymi do przodu, wprawianie trampoliny w „wibrację” przez rodzica kiedy dziecko leży przenosząc szybko ciężar z nogi na nogę - później dziecko może wykonać te same ćwiczenia na rodzicu. Wspólny berek na trampolinie lub łapanie balonika.
* Naleśnik - zawijamy dziecko w koc po czym rozwijamy raz powoli raz szybciej.
* Kula słomy - dziecko z rodzicem turlają się po podłodze w wyznaczonych przez rodzica kierunkach.

**Zabawy stymulujące wzrok, fiksację, śledzenie obiektu - wykonujemy po stymulacji przedsionkowej**

* Pokaz zdjęć - trzymamy obrazki lub zdjęcia drukowane przed oczami dziecka na wysokości głowy i prosimy dziecko o opisanie co jest na obrazku, w tym samym czasie przesuwamy obrazki po linii w lewo i w prawo, góra dół, na ukos i prosimy dziecko by głowa została w miejscu a obrazek śledziły tylko oczy.
* Teatrzyk cieni - robimy cienie z rąk na ścianie i obserwujemy w którą stronę się porusza i co przypomina cień, możemy dodać do tego element historyjki.
* Łapanie zajączków - latarką z wąskim strumieniem światła rzucamy światło w pomieszczeniu i prosimy dziecko aby złapało zajączka (światło).
* Odbijanie balona wiszącego na sznurku, wzajemnie rodzic-dziecko.

**Zabawy stymulujące propriocepcję (czucie głębokie)**

* Przepychanka - rodzic i dziecko siedzą plecami do siebie i wzajemnie próbują się przepchnąć, przylegamy do siebie całymi plecami. Możemy odpychać się również stopami - na leżąco stopami do siebie.
* Przesuwanie posągu - rodzic przyjmuje siedzącą pozycję posągu na panelach lub kocu, dziecko próbuje przesunąć rodzica.
* Budowanie zamku - klocki leżą w drugiej części pokoju bądź w innym pokoju niż będziemy budować, zadaniem dziecka z rodzicem jest przyniesienie klocków na różne sposoby np. nie używając rok, w poszewce na poduszkę, w garnku, w misce z wodą itp. Na końcu budujemy razem zamek.
* Masażyki - różnymi fakturami, przedmiotami. Dziecko leży na brzuchu, rodzic uciska ciało dziecka, całymi dłońmi, gumowymi piłeczkami, kawałkami materiału. Ruchy liniowe oraz koliste. Masaż możemy również wykonać dużą piłką uważając przy tym na nacisk rodzica na piłkę podczas gdy dziecko leży.

**Zabawy stymulujące czucie powierzchowne**

* Witamy zabawki - wybieramy wspólnie z dzieckiem zabawki, które będą witać się z rączkami dziecka. Dziecko dotyka delikatnie zabawek witając się. Następnie dziecko zamyka oczy a zabawki lądują po kolei w woreczku - dziecko stara się rozpoznać zabawkę schowaną w worku za pomocą samego dotyku.
* Nazywanie części ciała i czynności - moja ręka dotyka kołdry, moja noga czuje skarpetkę i but itp.
* Lustro - rodzic pokazuje czynności, które dziecko powtarza jak lustro. Następnie dziecko pokazuje czynności a rodzic je powtarza.