Ośrodek Rehabilitacyjno-Edukacyjno-Wychowawczy

Myślenice Zdrojowa119

**Konspekt- Doskonalenie koordynacji wzrokowo-ruchowej**

**Prowadzący: opiekun lub rodzic**

**Zajęcia: indywidualne rewalidacyjne dla osób leżących**

**Temat: Doskonalenie koordynacji wzrokowo-ruchowej**

**Cele ogólne:**

Poprawa koordynacji wzrokowo-ruchowej

**Cele szczegółowe:**

Doskonalenie płynności ruchu oko-ręka

Wypracowywanie sprawności manualnej

Kształtowanie precyzji ruchu

Poprawa funkcjonalności wzorców ruchowych

**Forma:** indywidualna

**Metoda:** praktyczne działanie

**Przybory:** piłki, klocki, pluszowe misie, kolorowa kartka papieru ,kręgle

**Przebieg zajęć:**

**Ć w . nr1**

P.w. Siad płaski na podłodze rodzica który obejmuje siedzące swoje dziecko(po prawej stronie dziecka rozsypujemy zabawki)

Ruch: przekładanie zabawek (pluszowych misiów, klocków) z prawej strony ciała na lewą i odwrotnie . W miarę potrzeb pomagamy dzieciom w chwytach zabawek i wspólnie wykonujemy zadanie.

**Ćw. nr2**

P.w. Siad płaski na podłodze rodzica, dziecko w objęciach.

Ruch: Turlanie piłką do wierzy ułożonej z klocków-(zamiast wieży mogą być kręgle) Pomagamy dziecku trafić piłką do celu.

**Ć w .nr3**

P.w. Siad płaski na podłodze jak wyżej

Ruch: Sięganie naprzemienne kończynami górnymi po przedmiot umieszczony na różnej wysokości(przedmioty podaje opiekun pod różnym kontem).Liczy się dotknięcie przedmiotu ,wystarczy oderwać dłoń od podłoża nie musi być chwytu zabawki. Jeżeli to za trudne polecamy by dziecko wodziło wzrokiem za przedmiotem.

**Ćw. nr4**

P.w. Leżenie tyłem dziecka( rodzic pomaga wykonać ruch przetaczania).

Ruch: Przetaczanie ciała w koło osi (turlanie po podłodze za kolorową piłką) raz w prawą raz w lewa stronę.

**Ćw. nr5**

P.w. Leżenie tyłem nakrywamy ciało dziecka kolorowa chustą(mówimy że się schowało).

Ruch: Polecamy by wyszło z kryjówki udając że go szukamy .Dziecko może to zrobić ściągając chustę dłonią , turlając się ,pełzając (każdy sposób dobry ).Gdy brak reakcji dziecka rodzic delikatnie odkrywa chustę mówiąc,, A-KUKU „

**Ćw. nr6**

P.w. Leżenie dziecka tyłem w kocu( potrzebne dwie dorosłe osoby).

Ruch: Dorośli chwytają brzegi koca i wykonują HAMAK –bujając dziecko na boki.

Ośrodek Rehabilitacyjno-Edukacyjno-Wychowawczy

Myślenice Zdrojowa119

**Konspekt: Ćwiczeń metodą Weronki Sherborne**

**Prowadzący: Opiekun lub rodzic**

**Zajęcia: indywidualne dla wychowania fizycznego dla osób chodzących**

**Temat: Usprawnianie ruchowe metodą Weroniki Sherborne**

**Cel główny:**

Usprawnianie psychoruchowe

**Cele szczegółowe:**

Poznawanie części ciała,

Kształtowanie poczucia ciała i przestrzeni,

Nawiązywanie kontaktu ,

**Forma:** indywidualna

**Metody:** praktyczne działanie

**Przybory:** mały kocyk, pluszowy miś,

**Przebieg zajęć:**

**Ćwiczenie 1**

Pozycja wyjściowa(P.w.) siad rozkroczny na dywanie twarzą do dziecka.

Witanie się częściami ciała (np. : stopami, dłońmi, głowami, łokciami)poprzez postukiwanie, pocieranie, głaskanie tymi częściami ciała.

**Ćwiczenie 2**

P.w. Leżenie na dywanie.

Przetaczanie się z boku na bok, pełzanie na brzuchu, (samodzielnie) ślizganie się po podłodze lub dziecko w pozycji leżenia na plecach ciągnięte przez dorosłego partnera za kończyny dolne ruch delikatny powolny.

**Ćwiczenie 3**

P.w. Leżenie na brzuchu.

Zabawa, („koncert”-gra na plecach).

Dorosły gra na plecach ćwiczącego, najpierw lekko uderzają opuszkami palców, potem coraz mocniej, a następnie całymi dłońmi. W trakcie wykonywania ćwiczenie należy zmienić siłę i rytm uderzeń. Zabawę można urozmaicić poprzez zmianę ról ( podopieczni grają na plecach rodzica).

**Ćwiczenie 4**

P.w. Klęk podparty.

Zabawa „tunel” dziecko przechodzi pod tunelem utworzonym przez dorosłego.

**Ćwiczenie 5**

P.w. Siad płaski okrakiem(rodzic obejmuje dziecko tworząc wagonik)

Zabawa „wagoniki” i „pociągi”

Osoby siedząc na podłodze łączą się w pary( poruszają się po pokoju, tworząc pociąg kołyszą się na boki przemieszczają się na pośladkach do przodu.

**Ćwiczenie 6**

Zabawa „fala” rodzic siada naprzeciwko twarzą do dziecka(ćwiczący trzymają w dłoniach mały kocyk na którym leży pluszowy miś

Zabawa ruch wachlowania kocykiem tak by miś podskakiwał do góry. Naśladowanie wiatru ( mocny, lekki ) uczestnicy zabawy poprzez zmienne tempo pracy kończyn górnych naśladują wiejący wiatr.