Ciekawostki z Integracji Sensorycznej dla nauczycieli i rodziców.

**Naśladowanie ruchów**

Naśladowanie ruchów według określonej sekwencji to ćwiczenie koordynacji wzrokowo-ruchowej, planowania motorycznego i funkcji poznawczych oraz przedsionka, propriocepcji i dotyku.



**Czym dla Was jest przytulanie?**

Czy to tylko czynność obejmowania swoimi ramionami drugiej osoby?

To jedna z lepszych form relaksu i terapii 

W ostatnich latach naukowcy zaczęli się bacznie przyglądać przytulaniu. Wyniki przeprowadzonych badań wykazały, że przytulanie może zaoferować ogromne korzyści zarówno dla zdrowia fizycznego, jak i psychicznego przytulnej osoby.

I chociaż możemy brać to niemal za pewnik, to jednak przytulanie okazuje się być naprawdę potężną bronią w walce ze stresem i przezwyciężaniu negatywnych emocji.

Dlatego zadanie na dziś. Dwa w jednym- SI (Integracja Sensoryczna)- ćwiczymy zmysł propriocepcji i emocje, chociaż zawsze SI towarzyszą emocje.

Propriocepcja - to skomplikowanie brzmiące słowo, odnoszące się do procesu mającego olbrzymie znaczenie w codziennym funkcjonowaniu ludzkiego organizmu. Oznacza ono "czucie głębokie", czyli zmysł pozwalający na precyzyjne określenie położenia poszczególnych części ciała w przestrzeni.

,,Niedźwiedzi uścisk”

Mocno przytul swoje dziecko.

Niedźwiedzie uściski to dobre

ćwiczenia, aby poczuć swoje

ciało.

Zaproponuj dziecku, aby to ono

teraz Ciebie tak mocno

 przytuliło.

**Rysowanie obiema rękami**

To trening synchronizacji lewej i prawej półkuli mózgu, poprawia on kreatywność i zwiększa ilość połączeń międzypółkulowych.

Dzięki takim ćwiczeniom rozwijamy także:

· koordynację ręka – oko,

· umiejętność przekraczania środkowej linii ciała,

· orientację przestrzenną,

· umiejętność rozróżniania kierunków,

· umiejętność kodowania i dekodowania symboli pisanych,

· umiejętność pisania; literowania; liczenia.

