1. Wrzucanie przedmiotów stopami do pudełka

Dziecko siada na podłodze, w pobliżu nóg (stóp) rozłożone są małe woreczki (maskotki, papiloty, kulki ze zgniecionej kartki – coś co można stopami złapać i unieść więc musi być również lekkie). Dziecka zadaniem jest podnoszenie stopami woreczków i wrzucanie ich do ustawionego pojemnika lub na wyznaczony obszar, np. rozłożony mały ręcznik.

1. Zabawa w taczkę z wykorzystaniem dużej piłki duzej

Dziecko leżąc na brzuchu na piłce przesuwa się samodzielnie lub z pomocą rodzica do przodu tak, aby przyjąć pozycję „taczki” – ręce oparte o podłogę a nogi na piłce. Następnie przesuwa się do przodu idąc na rękach do momentu, aż zejdzie z piłki. Przed piłką można ułożyć fakturowy dywanik dla dodatkowych wrażeń sensorycznych.

1. Wrzucanie przedmiotów rękoma do pudełka

Do tego zadania potrzebna jest duża piłka bobath. Dziecko leży na brzuchu na piłce (może być wałek lub piłka w kształcie fasoli), rączkami opiera się na podłodze, nogi są w powietrzu. Na podłodze wokół dziecka przygotowane leżą woreczki (maskotki, lekkie małe zabawki), które dziecko ma za zadanie raz jedną raz drugą rączką powrzucać do pojemnika.

1. Przepychanie dużej piłki

Dziecko i rodzic leżą na plecach ze stopami skierowanymi w swoją stronę. Pomiędzy nimi znajduje się piłka (najlepiej większa) na znak start oboje starają się przepchnąć piłkę stopami na stronę drugiej osoby.

1. Dziecko siedzi na piłce (krześle / dysku sensomotorycznym / może być też w pozycji klęku jednonóż).
Zadanie: dziecko sięga po jeden spinacz i przypina go sobie do rękawka bluzki na wysokości ramienia (jak najbliżej barku – miejsce przypięcia spinacza wymusza na dziecku przekraczanie linii środka ciała). Następnie to samo na drugą stronę. Na każdym rękawku niech przypnie po 3 spinacze. Na koniec dziecko samodzielnie pojedynczo je odpina i wrzuca do pudełka który znajduje się przed nim – dokładnie na środku.
2. Slalom

Ustawiamy slalom wykorzystując pachołki (tu mogą nam posłużyć np. miski, garnki, itp.), odległości między pachołkami muszą być dość duże. Dziecko ma za zadanie przetoczyć piłkę między pachołkami w pozycji czworaczej lub idąc.

1. Wieszanie prania

Dziecko z wykorzystaniem spinaczy zawiesza na linkę „pranie” – czyli materiały o zróżnicowanej fakturze, ciężkości, wielkości. Ważne by linka nie znajdowała się zbyt wysoko, dziecko musi mieć możliwość swobodnego ruchu i pola widzenia – dobra wysokość to np. na wysokości klatki piersiowej.

1. Zabawa w kolory

Dziecko siedzi na dużej piłce/ stoi na dysku sensomotorycznym/ stoi na trampolinie / siedzi na stabilnym podłożu

Rodzic rzuca do dziecka piłkę (średniej wielkości) jednocześnie podając kolor. Dziecko ma za zadanie złapać piłkę i następnie odrzucić ją podając jakiś kolor. Na początku zabawy można ustalić na jakie kolory piłki nie łapiemy.

1. Zawijanie w naleśnik
2. Masaż piłką (z lekkim dociskiem, nogi, plecy, ręce)
3. Zabawa z ciastoliną

Przygotowanie ciastoliny:

- 2 szklanki mąki

- 1 szklanka soli

- 4 łyżeczki proszku do pieczenia

- 2 szklanki wody

- 4 łyżki oleju roślinnego

W dużym garnku zmieszaj mąkę, sól, proszek do pieczenia, wodę i olej. Gotuj cały czas mieszając, aż ciastolina zacznie odchodzić od dna i ścianek garnka i zrobi się z niej miękka kulka. Po ugotowaniu pozostawić do schłodzenia.

Aby zwiększyć doznania dotykowe można ciastolinę zmieszać z piaskiem i plastikowymi kostkami lodu.

Aby pobudzić zmysł węchu, do ciastoliny można dodać kilka kropel ekstraktu z wanilii, mięty pieprzowej lub inny (**olejki i ekstrakt cynamonowy mogą poparzyć skórę!**)

Zabawa:

- wałkowanie ciastoliny – oczywiście rączkami! Na chude/grube kiełbaski, chude wężyki

- urywać palcami po kawałku lub odcinać kawałki wężyka (drewnianym nożem dziecięcym lub dziecięcymi nożyczkami)

- zrobić ptasie gniazdo z jajkami w środku

- zrobić makaron lub włosy, wyciskając ciastolinę przez wyciskacz do czosnku

- zrobić figurki ludzi lub zwierząt.

W sytuacji gdy dziecko próbuje zjadać ciastolinę można zastąpić ją:

Kremowa polewa

- łyżki kremowej polewy w proszku lub mąki kukurdzianej

- 1 łyżka cukru

- parę kropli olejku waniliowego (aby nadać smak)

- 2 szklanki mleka, leka sojowego lub innego substytutu mleka)

- można dodać maleńkie kawałki czekolady lub papkę z bananów

Zmieszaj i ubij wszystkie składniki. Włóż do mikrofalówki na dwie minuty. Zamieszaj i ubij ponownie. Włóż do mikrofalówki na kolejne dwie minuty lub do czasu, aż mieszanka zgęstnieje.

Polewę wylej na tacę, dziecko może już się nią bezpiecznie bawić – np. narysować jakiś kształt (samo lub z pomocą rodzica), literki, liczby, itp.

Zamiast kremowej polewy można użyć:

- ugotowany budyń,

- nie do końca stężałej galaretki,

- zbóż (kaszy manny, kaszy kukurydzianej, grysiku, kiełków pszenicy) surowych lub ugotowanych (schłodzonych).