**Tarnobrzeg 08.05.2020**

**Materiały do zdalnego nauczania, grupa I rewalidacyjno – wychowawcza**

nauczyciel – mgr Krystyna Barszcz

pomoc terapeutyczna – Ewa Sobiło, Maria Ogorzałek

Bardzo proszę rodziców o częste powtarzanie z dzieckiem w ciągu dnia wcześniejszych zaleceń.

Proponuję zajęcia w formie **masażu dziecięcego,** to forma ćwiczeń relacyjnych, technika masażu delikatnego głaskania wychowanka , gdzie najważniejszy jest kontakt rodzica z dzieckiem. Poniżej umieszczam przykłady kilku dziecięcych masażyków.

**Zajęcia z instruktażem** - [**http://fundacjaskrzaty.pl/index.php/2010/02/01/wierszyki-masazyki/**](http://fundacjaskrzaty.pl/index.php/2010/02/01/wierszyki-masazyki/).



**Mówimy lub czytamy wierszyki a dłonią ,palcami wykonujemy zalecenia – co jest w nawiasie.**

**Drzewom we włosy dmucha wiatr**, *[dziecko jest odwrócone do nas plecami, dmuchamy w jego włosy],*  
**A deszczyk kropi: kap, kap, kap**. *[leciutko stukamy po plecach dziecka]*  
**Krople kapią równiuteńko**, *[głaszczemy je po włosach i ramionach]*  
**Szepczą cicho: „mój maleńki**, *[wodzimy opuszkami po plecach dziecka]*  
**Śpij już, śpij, śpij, już śpij, już śpij…”**  
  
**Leci listek, leci przez świat** *[wędrujemy opuszkami palców dwa razy]*  
**Gdzieś tam na ziemię cicho spadł**. *[lekko naciskamy je w jednym miejscu]*  
**Leci drugi, leci trzeci**, *[szybko, z wyczuciem stukamy wszystkimi palcami,,]*  
**Biegną zbierać listki dzieci**. *[jak wyżej]*  
**No, a potem wszystkie liście** *[głaszczemy dziecko po plecach],***Układają w piękne kiście**. *[jak wyżej].*  
  
**Po pleckach płynie rzeczka** [*rysujemy palcem wężyki wzdłuż plecków*]  
**I przeszła pani na szpileczkach** *["idziemy" palcami jak w butach na obcasach]***A potem przeszły słonie** *[ugniatamy powoli całymi dłońmi]*  
**I przejechały konie** [„*galopujemy" pięściami - oczywiście lekko!]*  
**A potem spadł deszczyk**  [*robimy deszczyk opuszkami palców po całych pleckach]***Czy czujesz już dreszczyk?** *[szybkie tup-tup-tup palcami wzdłuż kręgosłupa].*  
  
**Idzie kominiarz po drabinie** [*wędrujemy palcami po plecach dziecka]*   
**Tu zadzwoni** [*„dzwonimy” łapiąc dziecko za uszko]*  
**Tu zapuka** [*stukamy leciutko w czoło dziecka]*  
**A dzień dobry pani kluka** [*łapiemy za nosek].*  
  
**Płynęła sobie rzeczka** *[palcem rysujemy na plecach krętą rzeczkę]*  
**Świeciły dwa słoneczka** *[rysujemy dwa kółka]*  
**Idą konie** [*palcami udajemy kroki konia]*  
**Przeszły słonie** [*palcami udajemy ciężkie słoniowe kroki]*  
**Spadł deszczyk** [*palcami naśladujemy spadające krople]*  
**Przeszedł dreszczyk?** *[łaskoczemy dziecko w boczki].*

**Tu podkóweczka tu, tu, tu** *[rysujemy palcem na stopie dziecka kształt podkowy*]  
**Tu gwoździczek tu, tu, tu** *[delikatnie kłujemy palcem dziecko w stopę]*  
**I młoteczkiem: puk, puk, puk** [*delikatnie pukamy w stopę dziecka*

**I pilniczkiem: pitu pitu, pitu** *[jeździmy dziecku po stopie palcem. Dziecko ten ruch łaskocze, więc się śmieje.*



List do babci.

**[Dziecko siedzi zwrócone do nas plecami, masujemy jego plecy- „wygładzamy papier listowy”]**

**Kochana babciu.** *[Piszemy palcem na plecach dziecka]*

**KROPKA.** *[z wyczuciem naciskamy plecy w jednym miejscu]*

**Piszę Ci, że** *[kontynuujemy pisanie]* **mamy w domu kotka**.

**KROPKA**. *[znów stawiamy kropkę]*

**Kotek chodzi**, *[kroczymy palcami]*

**kotek skacze,** *[„skaczemy”, opierając dłoń na przemian na przegubie i palcach]*

**kotek drapie,** *[delikatnie drapiemy dziecko po plecach]*

**kotek chrapie.** *[opieramy na nich głowę i udajemy chrapanie]*

**Składamy list** *[krzyżujemy ręce dziecka]*

**Naklejamy znaczek** *[dotykamy jego czoła wewnętrzną stroną dłoni]*

**I zanosimy na pocztę** *[bierzemy dziecko na ręce i spacerujemy z nim].*



RAK **[Dziecko zwrócone do nas twarzą]**

**Idzie, idzie rak** *[Spacerujemy palcami: kciukiem i wskazującym po ręce dziecka]*

**Czasem naprzód, czasem wspak** *[odpowiednio zmieniając kierunek ruchu]*

**Idzie rak nieborak** *[Spacerujemy jak na początku]*

**Jak uszczypnie będzie znak** *[delikatnie i z humorem naśladujemy szczypanie].*

PIZZA **[Dziecko leży na brzuchu]**

**Najpierw sypiemy mąkę** *[Przebieramy po jego plecach opuszkami palców obu dłoni]*

**zgarniamy ją** *[brzegami obu dłoni wykonujemy ruchy zagarniające]*

**lejemy oliwę** *[rysujemy palcem falistą linię, począwszy od karku aż do dolnej części pleców]*

**dodajemy szczyptę soli** *[lekko je szczypiemy]*

**Wyrabiamy ciasto** *[z wyczuciem ugniatamy boki dziecka]*

**wałkujemy** *[wodzimy dłońmi zwiniętymi w pięści po jego plecach w górę i w dół]*

**wygładzamy placek** *[gładzimy je]*

**i na wierzchu kładziemy:**

**pomidory**, *[delikatnie stukamy dłońmi zwiniętymi w miseczki]*

**krążki cebuli**, *[rysujemy koła]*

**oliwki,** *[naciskamy palcem w kilku miejscach]*

**posypujemy serem** *[szybko muskamy dziecko po plecach opuszkami palców obu dłoni]*

**i... buch! do pieca.** *[Przykrywamy pieluszką dziecko i na chwilę pozostajemy w tej pozycji-dopóki dziecko ma na to ochotę]*

**Wyjmujemy i kroimy:** *[Kroimy plecy brzegiem dłoni]*

**dla mamusi, dla tatusia,** **dla babci i brata**

**polewamy keczupem**, *[kreślimy palcem na plecach linię z pętelkami]*

**i... zjadamy... mniam, mniam, mniam.** *[Gdy rodzice bawią się z dzieckiem, w tym momencie następuje zwykle cała gama połączonych z całowaniem dziecka]*.

**Bibliografia**

- opracowane na podstawie: M**.**Bogdanowicz **‘** Przytulanki, czyli wierszyki do masażu’.

- opracowanie na podstawie strony internetowej.