**Ćwiczenia kształtujące schemat i czucie własnego ciała**

1. **Poznawanie własnego ciała (na bazie naśladownictwa):**

* dotykanie poszczególnych części swojego ciała – rąk, nóg, głowy, brzucha, twarzy
* oglądanie swojego odbicia w lustrze,
* pokazywanie poszczególnych części ciała,
* poruszanie poszczególnymi częściami ciała,
* pokazywanie poszczególnych części ciała w połączeniu z rozumieniem określeń: góra – dół, przód – tył, bok,
* zabawom towarzyszą nieustannie odkrycia:   
  -"Pokaż co masz na górze? Na górze mam głowę.   
  -Pokaż co masz z przodu? O, masz brzuch! Oprzyj ręce na brzuchu.   
  -O! Na dole masz stopy – podskocz.   
  -Zobacz, oparłam się o ścianę. Z tyłu mam plecy. A Ty? Oprzyj się o ścianę. O, Ty też oparłeś/łaś się tyłem - plecami, brawo!   
  -Mamy dwa boki. To jeden, a to drugi (prezentacja każdej ze stron od czubka głowy aż po stopę). Teraz Ty pokaż swój bok. Brawo! A teraz drugi.   
  -Zobacz. Z boku głowy mam ucho. Mam też drugi bok i drugie ucho. Mam dwoje uszu po dwóch bokach głowy. A Ty? Co masz z boku?",
* zapoznanie z oznaczeniami stron ciała: prawa, lewa:  
  "To lewa strona ciała. Tu mam serce. A to prawa strona – tu nie ma serca.   
  To lewa ręka i lewa noga. A to prawa ręka i prawa noga.   
  Lewa ręka jest po lewej stronie ciała, tam gdzie mam serce",
* zapoznanie ze znaczeniem wyrażeń przyimkowych: w, na, pod, obok poprzez prezentację i komentarz:
  + - kładzenie rąk jedna na drugiej,
    - kładzenie rąk przed sobą, za sobą, obok siebie,
* przemieszczanie się w przestrzeni względem zajmowanego miejsca:   
  "Idź do przodu. Idź do tyłu. Zrób krok w bok",
* rysowanie postaci człowieka – dorosły rysuje pod dyktando dziecka, dziecko próbuje samo, wspólna próba rysowania i udoskonalania ilustracji.

1. **Kształtowanie relacji JA – przedmiot:**

* wyprowadzanie kierunków od osi własnego ciała:
  + - spoglądanie zgodnie z podanym kierunkiem:  
      "Spójrz w górę / dół / przód / bok / tył",
    - unoszenie i opuszczanie rąk:  
      "Unieś ręce – podnieś ręce do góry.   
      Opuść rękę – weź rękę w dół",
    - operowanie przedmiotem zgodnie z podanym kierunkiem:  
      "Podnieś misia do góry.   
      Przesuń lalkę w bok.   
      Połóż auto na dole",
    - rzucanie piłką zgodnie z podanym kierunkiem, nazywanie kierunku:  
      "Rzuć piłkę w przód / w tył / w bok",
* utrwalenie i stosowanie określeń przyimkowych odnoszących się do dziecka: na – pod, przed (przede mną) – za, obok,
  + - wykonywanie poleceń:   
      "Połóż piłkę przed sobą / za sobą / obok siebie.   
      Połóż misia na głowie / pod pupą" (jako żart, który w rzeczywistości utrudnia zadanie).

1. **Ćwiczenia w schemacie ciała drugiej osoby:**

Dzięki ćwiczeniom z tej grupy wzajemnie przekazujemy doświadczenia i relacje przestrzenne w stosunku do drugiej osoby.

Poza rozwojem orientacji przestrzennej ćwiczenia te rozwijają i pomagają dostrzec obecność drugiej osoby. Uczą współpracy i budują poczucie bezpieczeństwa (Metoda Ruchu Rozwijającego W. Sherborne). Zabawy te pozwalają zamieniać się rolami. Nauczyciel staje się uczniem, a uczeń – nauczycielem!

* zabawy przed lustrem - odtwarzanie min, wskazywanie odpowiednich części ciała, np. "Pokaż łokieć, ramiona",
* zabawa w Lustro - powtarzanie min i ruchów przy zachowaniu kontaktu wzrokowego, np. "Pokaż, że jesteś wesoły / zdziwiony tak jak ja",
* zabawa w Papugę – powtarzanie czynności wykonywanych przez drugą osobę, np. "Pokaż jak machasz ręką",
* zabawa w Potrafisz pokazać…? – wskazywanie części ciała, o które poprosi nauczyciel, np. "Pokaż czoło",
* Zabawa w Pokaż czy mam…? - nauczyciel pokazuje część ciała na dziecku a dziecko ma wskazać tę samą część ciała na ciele nauczyciela i nazwać ją, np. "Tu masz czoło",
* wspólna zabawa – łapanie się za ręce, kładzenie dłoni na kolanach, na ramionach, na głowach (i głaskanie po nich), na plecach (i klepanie po nich), itd.







