

A colorful illustration of a baby in a blue bathtub. A showerhead at the top right is spraying water, represented by dashed lines and blue circles. The baby is smiling and has a swirl on their forehead. The water is filled with white foam and blue bubbles. A yellow rubber duck is on the left side of the tub.

**INTEGRACJA  
SENSORYCZNA  
W ŁAZIENCE**

NIKOLA MAZUR  
MGR FIZJOTERAPII  
TERAPEUTA INTEGRACJI  
SENSORYCZNEJ

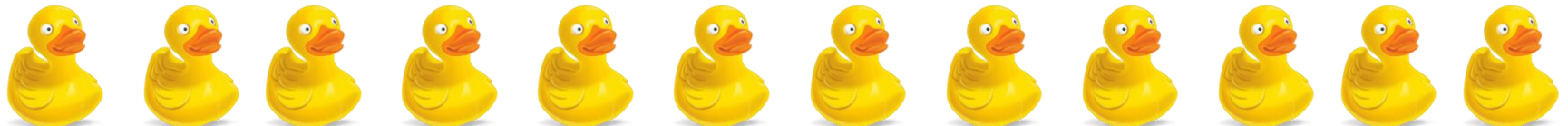
# Tęczowa piana

Stymuluje zmysły i pobudza do działania. Dzieci uczą się najskuteczniej, gdy wszystkie zmysły są angażowane do wykonania danej czynności. I tak będzie i tym razem. Zapraszam do łazienki. Dużą miskę a nawet wannę napełniamy wodą. Dolewamy sporo płynu do kąpieli i robimy duuużo piany. Teraz wystarczy dodać kilka kropel barwników spożywczych, a w trakcie zabawy powstanie piękna tęczowa piana, której nie oprze się nawet największy „niedotykalski”.

Nie pozostaje nic innego, jak dołączyć do tego zabawki, gumową kaczkę, gąbki i mamy sporo wolnego czasu dla siebie oraz doskonałą stymulację zmysłów dla dziecka, ponieważ:

- piana jest kolorowa – stymuluje **wzrok**,
- piana pachnie – uwrażliwia **węch**,
- piana jest delikatna i miła w dotyku – pobudza zmysł **dotyku**.

A dzięki dodanym zabawkom jest również doskonałym **ćwiczeniem rozwijającym koordynację wzrokowo-ruchową**.



# Zabawa w wannie

Pozwól swojemu dziecku samemu utworzyć pianę. Dzięki temu poprawisz jego **motorykę małą**, dostymulujesz je **dotykowo** (piana jest bardzo delikatna), **wzrokowo** (bąbelki pięknie się mieniają) i oczywiście **węchowo**. Zadbaj o to, aby pod ręką był pachnący płyn do kąpieli. Zanurz dziecko w samej wodzie i wręcz dziecku kuchenną trzepaczkę do ubijania piany z białek. Stopniowo dolewaj płynu, a maluch niech tak długo ubija, aż ilość piany będzie zadowalająca. A teraz możecie po niej rysować palcami i formować sobie nawzajem wspaniałe peruki.

# ŻELOWE PODUSZKI

Do torebki strunowej wyciskamy żel do włosów (przezroczysty lub kolorowy), wrzucamy barwne cekiny lub gwiazdki aluminiowe. Zaklejamy srebrną taśmą izolacyjną brzeg torebki na wysokości struny.

W ten sposób powstaje żelowa poduszka/woreczek, którą możemy później wykorzystać podczas zajęć ruchowych z dzieckiem.

# Matematyka pływająco

**1.** Ta propozycja sprawdzi się w przypadku dzieci, które stawiają pierwsze kroki w świecie liczb. Nie chodzi nam bowiem o ścisłe doskonalenie umiejętności rachunkowych, ale o unaocznienie dziecku tego, na czym polegają procesy dodawania i odejmowania. Dzięki temu staną się one mniej abstrakcyjne.

**3.** Z **dodawaniem** wystarczy zadziałać odwrotnie. **Odczytajcie**, ile wody jest w pojemniku na początku zadania, a następnie powoli **dolewajcie** więcej. Gdy dziecko wróci do łazienki, ponownie **odczytajcie poziom wody**.

**2.** **Napełnijcie** wodą pojemnik lub dzbanek z zaznaczoną miarką. Następnie umówcie się z dzieckiem, że będziecie mu zlecać **proste zadanie do wykonania** (np. pójść do pokoju, włączyć radio i wrócić do łazienki), a czas potrzebny na jego wykonanie będziecie **mierzyć** wylewając powoli wodę z pojemnika. **Odczytajcie wspólnie**, ile wody jest na początku zadania, a ile zostanie po jego zakończeniu. Dziecko nie musi biegłe posługiwać się jednostkami, którymi operujecie (możecie nawet w miarę możliwości upraszczać lub zaokrąglać liczby). Chodzi głównie o **rozumienie procesu odejmowania**.

# Szczotkami malowane

W tej zabawie możemy wykorzystać stare szczoteczki do zębów i farby plakatowe. Z grubego kartonu wycinamy sylwety zwierząt (lub inne dowolne kształty). Układamy na kartonie i przyciskamy słoikami lub butelkami z wodą, żeby sylwety się nie przesunęły. Szczoteczki do zębów moczymy w kolorowych farbach i kciukiem pocierając szczoteczkę, nakrapiamy na obrazek, starając się pokryć farbami jak największą powierzchnię. Zdejmujemy sylwetki i powstają nam kolorowe obrazki ze zwierzętami.





# CZEKOLADOWE BŁOTKO

## POTRZEBNE:

- mąka,
- kakao ciemne do pieczenia,
- opcjonalnie-olej

## *Sposób zabawy:*

Podwiń dziecku rękawki, zamknij odpływ, nalej trochę wody, trochę oleju, kakao i mąkę w takiej ilości, aby uzyskać pożądaną konsystencję. Czekoladowe błotko może być lejące lub mieć bardziej zwartą konsystencję. Ważne, żeby rozrzedzić go po skończonej zabawie i przed otwarciem odpływu



# Wodna terapia



Najpierw delikatnie polewamy prysznicem dłoń dziecka. Raz ciepłą, raz zimną wodą. Następnie zmieniamy strumień wody na nieco większy i nadal różnicujemy temperaturę. Przekonajcie się sami, jaki to fantastyczny masaż terapeutyczny. Zamieńcie się rolami.

## **Druga forma zabawy:**

Położ na podłodze dwie większe miski – jedna napełniona wodą, druga pusta. Następnie wręcz dziecku gąbkę. Zadaniem jest przelanie wody z miski do miski za pomocą gąbki.

## **Zalety:**

- rozluźnimy napięcie mięśniowe rąk
- usprawnimy chwyt
- poprawimy krążenie i kondycję skóry
- rozluźnimy ścięgna

Możemy również dodać do zabawy płyn do kąpieli, przez co zafundujemy dziecku doznań wzrokowych i węchowych, a przede wszystkim czuciowych.



# WIELKIE ŁOWY!

Za jezioro posłużymy nam duża miska z ciepłą wodą, za rybki – nakrętki, guziki, pionki do gry, fasola..., a wędką będzie sitko. Wystarczy tylko umieścić miskę tak, by dziecko miało do niej swobodny dostęp. A teraz najważniejszy punkt! Pozwól dziecku przejąć dowodzenie podczas zabawy! Czas na wielkie łowy!

Doskonali **precyzję i docelowość ruchu,** rozwijają **koordynację wzrokowo-ruchową,** ale również ma świetny wpływ na zmysły, bowiem bodźce czuciowe rozwijają **zmysł dotyku.**

# Lustreczko powiedz przecie...

Dobrym ćwiczeniem jest układanie warg w różne kształty, dlatego proponujemy narysować na lustrze kredką lub szminką taki kształt, który przypomina nieco usta. Rysujemy jego kontur tak, aby dziecko mogło wpasować się w niego swoją buzią. Niech będą to uniesione lub opuszczone kąciaki, przeróżne esy floresy, spłaszczenia lub zaokrąglenia ust



# TRATWA

Butelki po wodzie mineralnej wypełniamy wodą. Związujemy po kilka butelek tak, aby powstała tratwa. Przykrywamy ją grubym kocem. Dziecko siedzi na tratwie i łapie „latające ryby” czyli piłki rzucone przez rodzica. W celu stopniowania trudności zadania można w butelkach odciąć dno i łapać w nie piłeczki, trzymając je za szyjkę.



# Zamek – tort z mydlin

Do miski lub głębokiej tacki wlewamy płyn do baniek mydlanych lub wodę z dodatkiem mydła. Dajemy dziecku plastikową rurkę/słomkę do picia i najpierw wspólnie pokazujemy, jak dmuchając przez rurkę, tworzy się zamek z mydlin. Do zabawy włącza się dziecko. Bawimy się na zasadzie kto zbuduje większy lub szerszy zamek. Potem możemy go wspólnie zburzyć i budować na nowo. Można na pianę nasypać farbki do barwienia jajek w celu uzyskania dodatkowego efektu wizualnego.



# Kolorowe pianki

Przed rozpoczęciem zabawy należy zabezpieczyć przestrzeń przed zabrudzeniem. Na ceracie lub grubej folii ustawiamy plastikowe tace, do każdej z nich wyciskamy piankę do golenia. Do pianki możemy dolać kilka kropel farb. Tak przygotowanymi piankami możemy malować po folii.



**BAWCIE SIĘ DOBRZE!**