

PRZYKŁADOWE ĆWICZENIA ROZWIJAJĄCE SCHEMAT WŁASNEGO CIAŁA

- Poznanie własnego ciała (na bazie naśladownictwa):
 - a. dotykanie poszczególnych części swojego ciała – rąk, nóg, głowy, brzucha, twarzy,
 - b. oglądanie swojego odbicia w lustrze,
 - c. pokazywanie poszczególnych części ciała,
 - d. poruszanie poszczególnymi częściami ciała,
 - e. pokazywanie poszczególnych części ciała w połączeniu z rozumieniem określić: 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?",
 - f. 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",
 - g. zapoznanie ze znaczeniem wyrażenia przyimkowych: w, na, pod, obok poprzez prezentację i komentarz:
 - ułożenie rąk jedna na drugiej,
 - ułożenie rąk przed sobą, za sobą, obok siebie,
 - h. przemieszczanie się w przestrzeni względem zajmowanego miejsca:

"Idź do przodu. Idź do tyłu. Zrób krok w bok",
 - i. rysowanie postaci człowieka – dorosły rysuje pod dyktando dziecka, dziecko próbuje samo, wspólna próba rysowania i udoskonalania ilustracji.
- Kształtowanie relacji JA – przedmiot:
 - a. 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",
- b. 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).
- 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. Zabawy te pozwalają zamieniać się rolami.

- 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 ciebie 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.