

SP1.

TERAPIA RUCHEM, SI- GRUPY REWALIDACYJNO-WYCHOWAWCZE

Proponowane ćwiczenia

1. Wałkowanie, masowanie, szczotkowanie ciała (można wykorzystać w tym celu małą piłkę, szorstki ręcznik, szczotkę do kąpielii).
2. Chodzenie do przodu, tyłu, bokiem z pomocą rodzica.
- 3 W siadzie skrzyżnym wprawianie tułowia w ruch wahadłowy i kolisty.
4. W siedzeniu na krześle- zrolowany ręcznik lub małą poduszkę umieścić między kolanami. Następnie delikatne dociskanie poduszki kolanami.
5. Robienie kul z papieru, gazety i próby rzucanie nimi do celu.
6. W siedzeniu na krześle- próby kopania piłki.

Potrzebne pomoce:

- stare gazety,
- ręcznik,
- nieduża piłka,
- szczotka.