

**Ćwiczenia wspierające integrację sensoryczną - układ dotykowy,
układ proprioceptywny (tzw. czucie głębokie, dostarcza wrażeń z mięśni i stawów).**

Układ dotykowy:

- opukiwanie dłoni klockiem,
- wkładanie rąk i nóg do pudełka wypełnionego grochem, ryżem, makaronem,
- rozpoznawanie umieszczonych w woreczku drobnych przedmiotów codziennego użytku,
- samodzielne smarowanie ciała kremem lub ścieranie miejsc, na które naniesino np.: piankę do golenia,
- robienie kul z papieru o różnej fakturze (papier gazetowy, folia aluminiowa) i rzucanie nimi do celu,
- rysowanie figur, liter na tackach wypełnionych materiałami o różnej strukturze, np.: piaskiem, kaszą, ryżem.

Układ proprioceptywny:

- w leżeniu na brzuchu: masaż pleców, rąk i nóg ucznia piłkami, drewnianymi masażerami, butelką wypełnioną wodą,
- zabawy w przepychanie i siłowanie się (uczeń i rodzic stykają się plecami, nogami, ramionami lub dłońmi),
- w leżeniu na plecach dociskanie kolan do klatki piersiowej,
- odbijanie stopami piłki plażowej,
- przeciąganie liny.