



**GDZIE???** **KTÓRĘDY???**

**ORIENTACJA**

**PRZESTRZENNA**

**I KIERUNKOWA CZ.1**

Rozwijanie wyobraźni przestrzennej oraz kształtowanie umiejętności rozumienia stosunków przestrzennych i kierunkowych zachodzących pomiędzy obiektami czy osobami stanowi naturalny sposób poznawania otaczającego świata oraz reguł określających różnorodne zależności. Możemy te sprawności rozwijać u naszych dzieci poprzez świadome organizowanie dziecku zróżnicowanych sytuacji oraz aktywności w makroprzestrzeni i mikroprzestrzeni. Ćwiczenia rozwijające i usprawniające orientację przestrzenną przebiegać powinny etapami, według prawidłowości rozwojowych dziecka. Osiągnięcie przez dziecko kolejnego progu rozwojowego uwarunkowane jest właściwym opanowaniem przez niego umiejętności z etapu poprzedniego.

### ETAP I.



**Rozwijanie i utrwalanie orientacji  
w schemacie własnego ciała.**

Ważnym elementem tych ćwiczeń jest werbalizowanie – słowne określanie, opisywanie ruchów i ich kierunków. Ćwiczenia z tej grupy mają na celu kształtowanie świadomości własnego ciała, rozwijanie poczucia bezpieczeństwa, a także rozumienia relacji ja – przedmiot, umiejętności korzystania z określeń góra – dół, przód – tył, bok czy rozumienia stronności prawo – lewo.

- ✚ Zabawy przed lustrem, poruszanie wskazaną przez rodzica częścią ciała, np. poruszam głową, poruszam oczami, poruszam rękoma, poruszam nogą.
- ✚ Pokazywanie i naśladowanie min w lustrze (dowolne lub wskazujące wyraźne emocje)
- ✚ Pokazywanie wybranych części ciała z rozumieniem określeń góra, dół, przód, tył, bok, zabawy przy lustrze: np. - na górze mam głowę i włosy; pokaż co masz na górze/ - na dole mam nogi i stopy; pokaż co masz na dole/ - z przodu mam brzuch, oczy, kolana; pokaż co masz z przodu/ - z tyłu mam plecy; pokaż co masz z tyłu itp.
- ✚ Rysowanie części ciała według instrukcji dziecka - dziecko wskazuje co i gdzie ma narysować rodzic.
- ✚ Samodzielne dorysowywanie brakujących elementów w zarysie twarzy, postaci.
- ✚ Patrzenie przez „lornetkę” (rolkę po papierze) zgodnie z poleceniem: góra, dół, przód, bok, tył (ewentualnie prawo - lewo)
- ✚ Rzucanie woreczkami/piteczkami zgodnie z poleceniem rodzica oraz nazywanie kierunków: góra, dół, przód, bok, tył (ewentualnie prawo - lewo)
- ✚ Rodzic układa zabawkę w różnych miejscach względem dziecka, natomiast dziecko określa położenie tej zabawki, np. gdzie jest lalka? - za mną, przede mną itp.
- ✚ Dziecko układa zabawkę względem siebie, według polecenia rodzica, np. potóż auto za sobą, potóż klocek przed sobą, potóż piłkę obok siebie.
- ✚ Wspólny spacer - na polecenie rodzica dziecko styka się właściwymi częściami ciała z rodzicem i próbuje wspólnie zrobić kilka kroków, np. twoja ręka idzie na spacer z moim kolanem, twoja głowa idzie na spacer z moim brzuchem itp.
- ✚ Pokazywanie przez dziecko zagadek, kalamburów, czynności, stanów emocjonalnych poprzez ruch ciała.
- ✚ Odgadywanie czynności lub zagadek wyrażonych ruchem przez rodzica.

- ✚ Odtwarzanie rytmów rękoma i nogami według wzoru.
- ✚ Improwizacja ruchowa, naśladujemy chodzenie np.:
  - jakbyśmy przeskakiwali kałuże
  - jakbyśmy mieli na tacy śniadanie,
  - jakbyśmy mieli na plecach ciężki wór,
  - jakbyśmy zbierali grzyby,
  - jakbyśmy chodzili po linie z parasolką,
  - jakbyśmy zbierali wiśnie na wysokich drzewach itp.
- ✚ Zabawy rytmiczne z pokazywaniem i wskazywaniem części ciała przy muzyce <https://www.youtube.com/watch?v=Zg7pCZOtMXo>

## ETAP II.

### Rozwijanie orientacji w przestrzeni w stosunku do przedmiotów z otoczenia.



Na tym etapie trenujemy z dzieckiem wykonywanie kontrolowanych ruchów w stosunku do przedmiotów znajdujących się w otoczeniu dziecka. Są to zabawy wprowadzające odpowiednie reakcje na polecenia słowne. Dziecko wykonuje ruch całym ciałem i znajduje sobie miejsce w przestrzeni w stosunku do przedmiotów. Ważnym czynnikiem przed przystąpieniem do ćwiczeń jest wykształcenie znajomości pojęć określających położenia przedmiotów w przestrzeni: na, pod, za, wysoko, nisko, wyżej, niżej, między, w środku (określanie miejsca); w przód, w tył, do góry, na dół, przed siebie, za siebie, w bok, w prawo, w lewo (określanie kierunków); mały, duży, krótki, długi (określanie wielkości oraz przeciwieństw).

- ✚ Rozumienie i wykonywanie poleceń z przedmiotem, np. krzesłem. Położ we właściwym miejscu. Potrzebne będą: krzesło, kilka zabawek np. miś, klocki, piłka. Ustawiamy krzesło i prosimy dziecko, by położyło zabawki zgodnie z podaną przez rodzica instrukcją np.
  - stań przed krzesłem

- stań obok krzesła
- poturlaj piłkę pod krzestem
- rzuć piłkę do góry
- rzuć piłkę do mnie
- potóż misia na krześle
- potóż niebieski klocek pod krzestem
- potóż żółty klocek za krzestem itp.

✚ Uktadanie przedmiotów według instrukcji rodzica, np. potóż misia na półce, postaw klocek na stole, potóż auto obok łóżka itp.

✚ Chodzenie po wyznaczonym torze przeszkód (chodzenie z nazywaniem: na, pod, obok) – z dostępnych zabawek i mebli uktadamy w pokoju maty tor przeszkód, tak aby dziecko mogło przejść np. pod krzestem, po kilku poduszkach ułożonych jak kamienie, przecotgać się pomiędzy dwiema skrzyniami z zabawkami itp.

✚ Chodzenie po wyznaczonym labiryncie, ułożonym np. ze skakanek. Rodzic poprzez komunikaty słowne kieruje ruchem dziecka, np. idź prosto, skręć w prawo, skręć w lewo.

✚ Chodzenie do celu według instrukcji słownej.

W pokoju ustalamy jakiś punkt, do którego ma dotrzeć dziecko (np. półka z książkami). Dziecko nie wie jakie to miejsce. Podajemy krótkie polecenia ile kroków i w jakim kierunku dziecko ma się przesuwać, np. 3 kroki do przodu, 2 kroki w prawo, 5 kroków do tytu itp. Kiedy dziecko dojdzie do celu może odnaleźć tam jakąś niespodziankę ☺

✚ Wyodrębnianie przedmiotów według cechy wielkości, np. co dużego leży obok czerwonego auta; nazwij przedmiot leżący z przodu małego klocka itp.

✚ Uktadanie klocków według określonej zasady, np. z przodu leżą duże klocki, z tytu leżą małe klocki/ do pudełka włóż krótkie patyczki, na stole ułóż długie patyczki.

✚ Zabawa- taniec integracyjny „Ciasto”, naśladowanie pieczenia ciasta: wsypywania mąki, ucierania margaryny, wrzucania jajek, wyrabiania,

dosypywania dodatków, pieczenia, krojenia i częstowania gości..

<https://www.facebook.com/watch/?v=552650964898251>

Zaprezentowane powyżej aktywności stanowią tylko przykłady ćwiczeń z dzieckiem. Życzę miłej wspólnej zabawy! - pani Sylwia

Polecane strony i pozycje źródłowe:

<https://pl.m.wikipedia.org/>

<https://speakin.pl/>

<http://pppc.idsl.pl/>

<https://www.superkid.pl/>

Franczak A. Krajewska K. „Zabawy i ćwiczenia na cały rok”.