

Opracował Zespół Oddziału Przedszkola Specjalnego „Biedroneczki”:

Justyna Kujawa, Karolina Kurapiewicz, Gabriela Partyka

ZABAWY W KUCHNI:

ĆWICZENIA STYMULACJI SENSORYCZNEJ

Dzieci uwielbiają buszowanie w kuchni. Jeśli im na to pozwolimy, to nasza kuchnia nie stanie się po pięciu minutach pobojowiskiem, a nasi mali współpracownicy będą zachwyceni swoją pracą, która jest dla nich najlepszą terapią.

Kuchnia bowiem to prawdziwa skarbnica doznań sensorycznych – smaki, zapachy, dźwięki oraz rozmaite „materiały badawcze” zachęcają do przygody, która jest zarazem terapią dla dzieci z problemami sensorycznymi.

Oto kilka pomysłów jak wykorzystać kuchnię

do celów terapeutycznych:

- kasza, ryż, cukier, mąka pszenna i ziemniaczana, groch, fasola, herbata liściasta i granulowana, bułka tarta – przesypywanie z pojemnika produktów, dotykanie ich, rozniatanie, próbowanie, przesypywanie przez sitko – **zmysł dotyku, wzroku, smaku, ćwiczenie koordynacji wzrokowo-słuchowej;**
- ciasto z mąki i wody – dotykanie, ugniatanie, wałkowanie, formowanie różnych kształtów, wałkowanie, robienie placków – **zmysł wzroku, dotyku;**
- aromaty do ciast, olejki zapachowe – próbowanie i wąchanie – **zmysł węchu, smaku;**
- lód – dotykanie lodu, pocieranie kawałkiem lodu wybranych części ciała oraz okolicy ust – **zmysł dotyku;**
- garnki, patelnie, słoiki, puszki, butelki, muzykowanie, wydobywanie dźwięków różnej wysokości i siły, wkładanie naczyń jedno w drugie – **zmysł słuchu, ćwiczenie koordynacji wzrokowo-ruchowej;**
- kisiel, galaretka, budyni – dotykanie, wąchanie, próbowanie substancji w różnych kolorach i o różnej temperaturze – **zmysł dotyku, wzroku, smaku, węchu;**
- tarka – ścieranie bułki tartej, słuchanie towarzyszącego tej czynności dźwięku, wykorzystanie tarki w połączeniu z np. widelcem i słuchanie powstających odgłosów – **zmysł słuchu;**
- produkty spożywcze – próbowanie, dotykanie, wąchanie np.: ser żółty, biały, musztarda, ocet, chrzan, gorzka herbata – **zmysł smaku, węchu, dotyku;**

- torebki foliowe, papierowe w różnych kolorach – dotykanie, gniecenie, strzelanie, gniecenie przy uchu – **zmysł wzroku, słuchu, dotyku;**
- jako – ugotowane ciepłe i zimne, odczuwanie ciężaru temperatury, można wykorzystać barwniki do jaj (lub farby plakatowe), które zabarwią jajka na wybrane kolory – **zmysł wzroku, dotyku;**
- napoje gazowane – próbowanie, wąchanie napojów o różnych barwach i smakach, odczuwanie np.: na twarzy „bąbelków” – **zmysł smaku, węchu;**
- warzywa i owoce – dotykanie, wąchanie, próbowanie (wybranych) warzyw i owoców, zwrócenie uwagi na różnorodną kolorystykę warzyw i owoców – **zmysł dotyku, smaku, węchu;**
- pestki z owoców – wydłubywanie pestek z owoców np.: mandarynki, grejpfruta, odczuwanie miąższu, lepkości rąk – **zmysł dotyku, wzroku, ćwiczenie chwytu;**
- surówki – przygotowanie warzyw, owoców, obieranie, ścieranie, krojenie, próbowanie, wąchanie – **zmysł węchu, smaku, dotyku;**
- zmywanie naczyń – odczuwanie temperatury, natężenie wody, dotykanie piany, wycieranie naczyń, czucie oporu naczyń, do których wkładamy rękę, chcąc je wytrzeć, wylawianie naczyń – **zmysł dotyku;**
- rozpakowywanie zakupów – stosowanie przyniesionych produktów: do lodówki, do szafki itp. – **czynności poznawcze;**
- wysypywanie materiałów nieustrukturalizowanych (ryż, groch, kukurydza itp.) na różne powierzchnie: na deskę, do garnka, na talerz szklany/plastikowy – **zmysł słuchu, dotyku;**
- rozpoznawanie kuchennych przedmiotów dotykiem bez kontroli wzrokowej, z zasłoniętymi oczami – **zmysł dotyku;**
- przeliczanie, sortowanie produktów (owoce warzywa), sztuczków – **czynności poznawcze;**
- malowanie listy zakupów – **czynności grafomotoryczne**

Po skończonej zabawie, dziecko myje ręce śpiewając znaną większości Rodziców piosenkę zespołu FASOLKI: „Mydło wszystko umyje”.

<https://www.youtube.com/watch?v=kq4NULDhx5M>

Bibliografia:

Wiśniewska M., *Wspomaganie rozwoju dziecka z niepełnosprawnością intelektualną. Poradnik dla Rodziców i Terapeutów*, Impuls, Kraków 2010