

Zabawy na koordynację wzrokowo-ruchową dla przedszkolaka

Czym jest koordynacja wzrokowo-ruchowa?

Najprościej mówiąc: jest to umiejętność, która pozwala na wykonywanie działań wymagających jednocześnie użycia oczu i rąk.

Prawie wszystkie codzienne czynności wymagają od nas dobrej koordynacji wzrokowo-ruchowej. Jest ona potrzebna m.in. przy czynnościach samoobsługowych. Z tego powodu ważne jest, by zachęcać dzieci do samodzielnego wykonywania różnych działań:

wiązania butów, zapinania kurtki itp.

Koordynacja wzrokowo-ruchowa jest też bardzo ważna przy aktywnościach szkolnych (typu pisanie, rysowanie, ćwiczenia gimnastyczne).

Dzieci z zaburzoną sprawnością mogą mieć problemy w nauce i wykonywaniu poleceń nauczyciela.

Przykłady zabaw:

1. **Takie same** – dziecko ma za zadanie posegregować przedmioty według wspólnej cechy. Może to być:

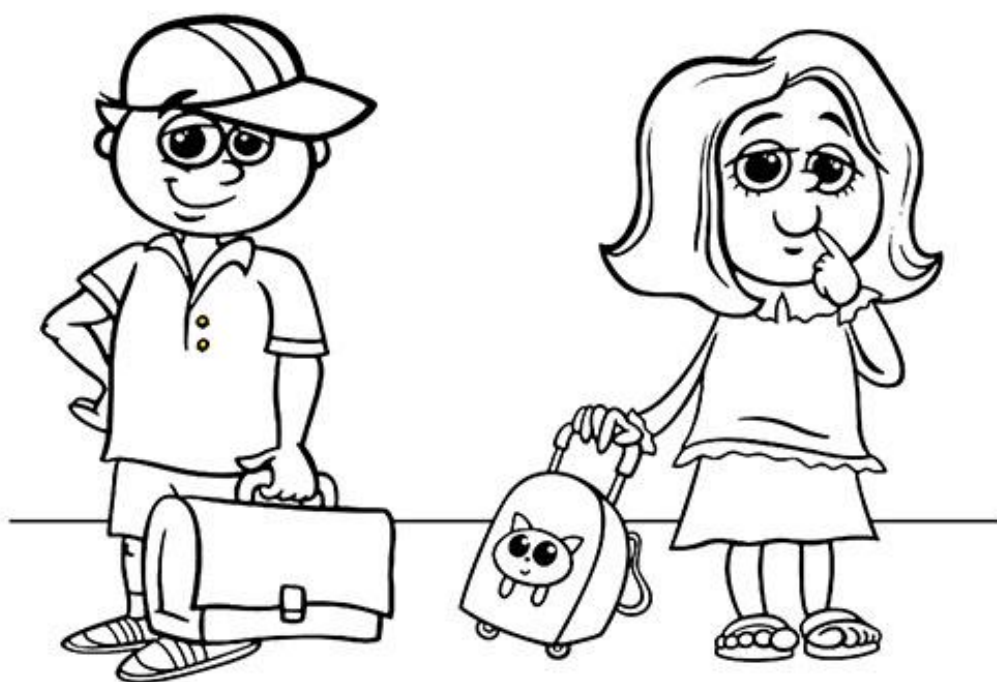
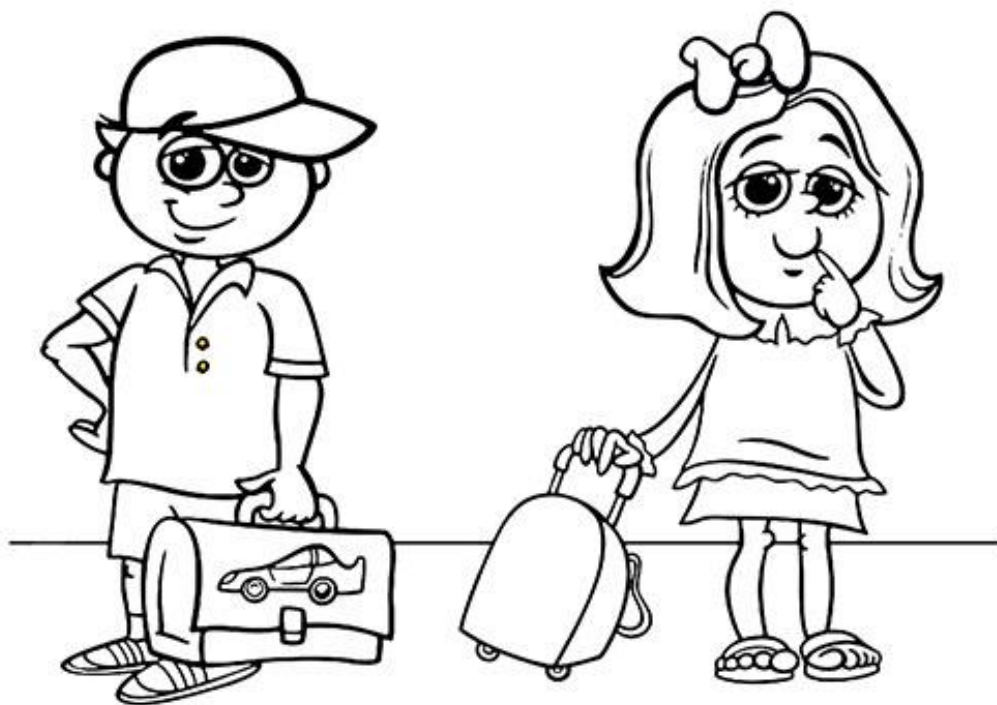
- układanie budowli z klocków tego samego koloru;
- sortowanie klocków według kolorów, kształtów, wielkości,
- zebranie do oddzielnych pudełek misiów, samochodzików, piłek;
- oddzielenie piłek dużych od małych.

Ta “zabawa” może być też wykorzystana... do sprzątanego pokoju!



2. **Korale dla mamy** - Nawlekanie elementów na sznurek wymaga dużego skupienia i precyzji ruchów. Wielkość oczek w nawlekanych elementach oraz grubość sznurka musi być dobrana do możliwości dziecka. Zróbcie korale z koralików z dużym oczkiem albo makaronów (np. rurek).
3. **Czego brakuje?** - wspólnie z dzieckiem wybieramy kilka rzeczy różniących się kształtem i przeznaczeniem. Kładziemy je na środku pokoju i uważnie przyglądamy. Dziecko na moment zakrywa oczy, a rodzic w tym czasie wyjmuje jedną z rzeczy. Zadaniem dziecka będzie odgadnięcie, co zostało zabrane. Zabawę wykonujcie na zmianę (dziecko chowa przedmiot, rodzic zgaduje czego brakuje).
4. **Tor przeszkód** - Wszelkie ćwiczenia gimnastyczne są dobrym sposobem na ćwiczenie koordynacji wzrokowo-ruchowej. W warunkach domowych możecie zrobić tor przeszkód dla... piłki. Ułóżcie trasę z różnych przedmiotów. Dziecko będzie musiało turlać piłeczkę po torze; możecie zamiast piłki wykorzystać samochodzik.
5. **Ogromny rysunek** - Prace plastyczne mają duży wpływ na rozwój dziecka w wieku przedszkolnym. Choć jednak łatwiej jest dziecku dać kartkę i kredki, warto czasem postarać się o większą powierzchnię do malowania - duży szary papier da mu na większą swobodę ruchów. Jednoczesne malowanie obydwoma rękami na dużych powierzchniach – np. kolorową kredą na chodniku.
6. **Gry na spostrzegawczość** - dobrymi ćwiczeniami na koordynację wzrokowo-ruchową są niektóre gry. *Memory* (czyli odkrywanie kartoników z obrazkami i szukanie dwóch takich samych) albo wskazywanie różnic na dwóch obrazkach rozwijają percepcję oraz umiejętność skupienia uwagi.





ZNAJDŹ 5 RÓŻNIC MIĘDZY OBRAZKAMI

7. Koordynację ręka-oko możemy wspomagać również przez:

- wydzieranie i wycinanie prostych kształtów – piłki, baloniki
- robienie kulek z papieru,
- zabawy ruchowe:
 - zabawy z piłką, balonikiem, woreczkiem, które polegają na podrzucaniu, łapaniu, toczeniu
 - rzuty do celu,
 - ćwiczenia w marszu – chodzenie na palcach, w parach,
 - ćwiczenia w biegu
 - zabawy skoczne – jedno- lub obunóż, przez przeszkody,
- samodzielne ubieranie poszczególnych części garderoby, zapinanie guzików,
- lepienie z ciastoliny,
- układanie wieży z klocków (np. drewnianych – chodzi o to, by nie dało się ich łatwo złączyć),
- przelewanie płynów z naczynia do naczynia,
- układanie puzzli.