***Program domowy – dla dzieci z zaburzeniami sensorycznymi.***

Rano:

stymulacja przedsionkowa: aktywność ruchowa np. 10 podskoków raz na jednej nodze raz na drugiej, skoki na batucie-trampolince lub na miękkim materacu, narysuj na podłodze dłonie i stopy w określonej sekwencji tak by dziecko musiało iść np. w taki sposób prawa ręka lewa noga, lewa ręka prawa noga inne sposoby, tygodniu chodzenie po rozłożonej na podłodze linie stopa za stopą z oczami otwartymi i zamkniętymi, rzucanie do celu w staniu na jednej nodze, przeskakiwanie na „kamienie” w określonej sekwencji np. narysuj kredą na podłodze różne kształty i zaproponuj przeskakiwanie z jednego na drugi według określonej sekwencji ok. 2-3 minut.

Stymulacja czuciowa: rolowanie w kołderkę lub matę dziecko jest zawijane w coś sprężystego, grubego – nie stosować koca- tak jak zawija się naleśniki, po zawinięciu ugniatanie siła nacisku kontrolowana i nazywanie części ciała, wałkowanie pleców dziecka dużą piłką dziecko leży na brzuchu na materacu nacisk zdecydowany i nazywanie części ciała, bierna kompresja stawów według instruktażu i nazywanie części ciała, masowanie rąk , pleców, stóp różnymi fakturami dotykowymi, Ok. 2-3 minut.

Stymulacja oralna: opukiwanie ust, szczęki, policzków, powoli wprowadzanie np. szczoteczki elektrycznej, masażera do stymulacji okolic oralnych ok. 2-3 min.

Stymulacja węchowa: przygotuj zestaw olejków zapachowych lub świeżych produktów, jeśli są to olejki zamocz wacik w olejku i pomachaj obok nosa dziecka przez kilka sekund mówiąc co to za zapach, potem następny tak trzy cztery zapachy jeśli dziecko chętnie się bawi możesz zwiększać o jeden nowy zapach. Po ćwiczeniach należy dobrze przewietrzyć pomieszczenie ok. 2-3 min.

**Po południu:**

Aktywność ruchowa jak rano

Stymulacja czuciowa jak rano

Stymulacja oralna jak rano

Stymulacja węchowa jak rano

**W ciągu dnia:** dużo aktywności ruchowych: np. basen, nauka jazdy na rowerze, gra w piłkę na powietrzu, zajęcia ogólnorozwojowe.

**Wieczór:**

aktywność ruchowa jak rano

Stymulacja czuciowa jak rano

Stymulacja oralna jak rano

Stymulacja węchowa jak rano

**Noc: Zastosowanie kołderki obciążeniowej do snu max do 10% masy dziecka + 0,5 kg. Jako forma stymulacji czucia głębokiego stosowana powinna być początkowo przez 30 min. w głębiom śnie. Jeśli dziecko dobrze toleruje, to stopniowo wydłużać czas do 45 min.**

**Przykrywamy na 45 min. zdejmujemy na 15 min. i następnie przykrywamy na 45 min. po czym zdejmujemy i już nie przykrywamy.**

Barbara Zabielska