

Δραστηριότητες για το σπίτι

Κασρίτη Σεμίνα
Εργοθεραπεύτρια



Παιχνίδια με μπαλόνι

"Ψηλά στον αέρα":

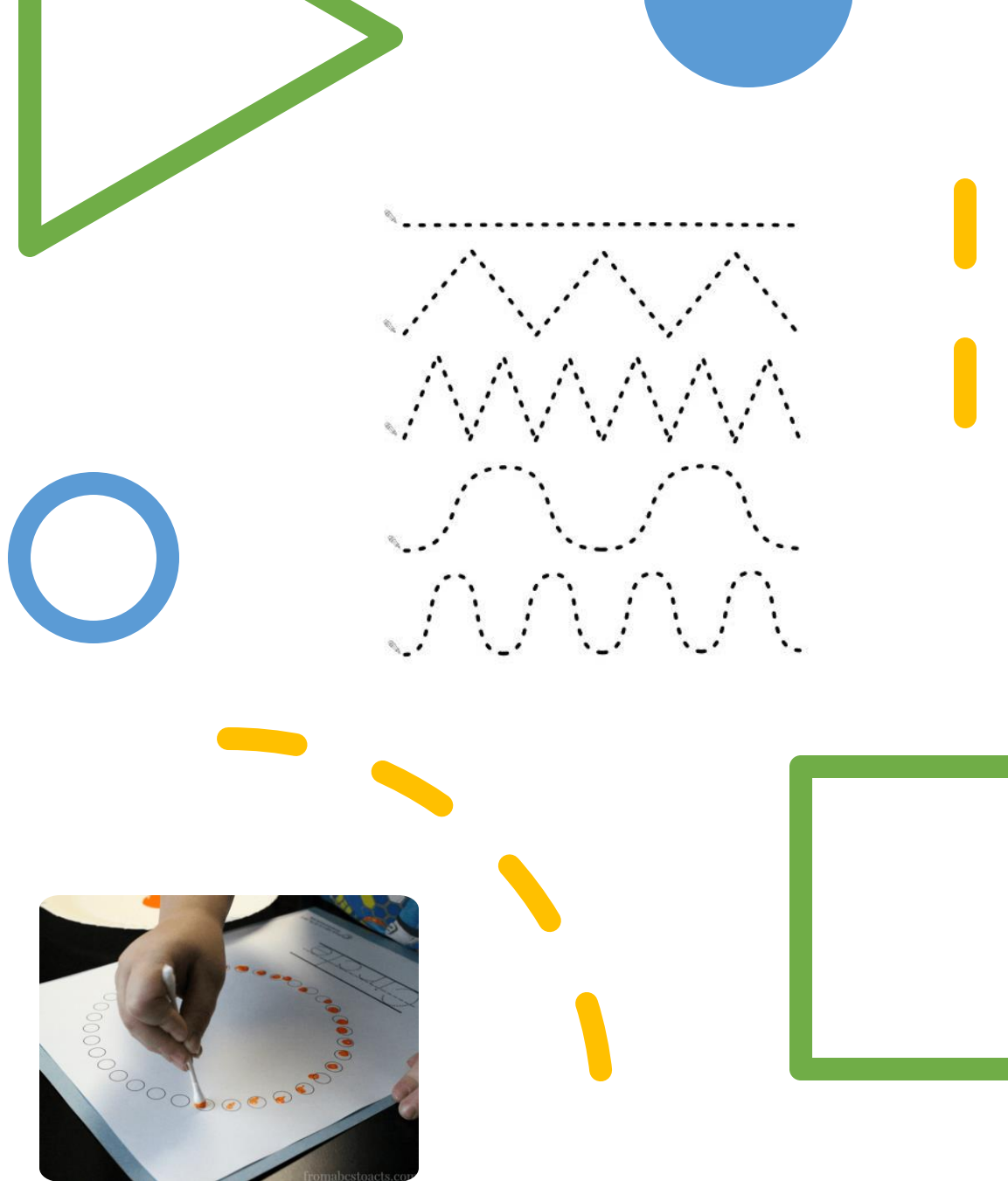
- Παίζουμε με τα χέρια μας προσπαθώντας να μην ακουμπήσει το μπαλόνι στο πάτωμα, πόσες πάσες μπορούμε να καταφέρουμε;
- Μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε ρακέτες, μυγοσκοτώστρες, φαράσια για να χτυπάμε το μπαλόνι!
- Μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε διαφορετικά μέρη του σώματος για να χτυπάμε το μπαλόνι (κεφάλι, δεξί πόδι, αριστερό γόνατο, αγκώνα, μύτη) για να ενισχύσουμε την σωματογνωσία και να γίνει ακόμη πιο διασκεδαστικό το παιχνίδι!



Αντί για μολύβι!

Υλικά: Χρησιμοποιούμε μπατονέτες και υλικά χειροτεχνίας, όπως τέμπρες, νερομπογιές, ακόμη και υλικά από την κουζίνα μας, όπως κέτσαπ ή μουστάρδα.

- Μπορούμε να χρωματίσουμε το εσωτερικό σχημάτων διαφορετικών μεγεθών!
- Μπορούμε να ενώσουμε τελίτσες για να ολοκληρώσουμε ευθείες, καμπύλες, ζικ ζακ γραμμές!
- Μπορούμε να αντιγράψουμε ή να γράψουμε από μνήμης ή καθ' υπαγόρευση γράμματα, αριθμούς, λέξεις!



Κινητικές δραστηριότητες

- Παιχνίδια «πέτα-πιάσε» με τα γόνατα λυγισμένα σε μια επιφάνεια με επένδυση (π.χ. στρώμα, μαξιλάρι, χαλί).
- Μπουσούλημα στα τέσσερα: μπρος-πίσω, στο πλάι ή όπου αλλού θέλετε, ανάλογα με τις δικές σας οδηγίες. Μπορείτε να καθοδηγείτε το παιδί σε κάτι που έχετε κρύψει.
- Μπουσούλημα σε δρόμο μετ' εμποδίων (π.χ. μαξιλάρια, παιχνίδια). Μπορούμε επίσης να συρθούμε κάτω από ένα εμπόδιο (π.χ. τραπέζι) ή να περάσουμε με το ένα πόδι πάνω από ένα χαμηλό εμπόδιο. Μπορεί να έχει μαζί του: ένα κομμάτι παζλ και στο τέλος της διαδρομής να το τοποθετεί, ένα μανταλάκι και να το κρεμά στο τέλος της διαδρομής κ.α.



Μανταλάκια

- Στερεώστε τα μανταλάκια κατά μήκος της κορυφής ενός δοχείου και στη συνέχεια το ένα πάνω από το άλλο, φτιάχνοντας κατασκευές.
- Σηκώστε μικρά αντικείμενα με ένα μανταλάκι: μπαλάκια από βαμβάκι, τσαλακωμένο χαρτί, άλλα μανταλάκια κτλ.
- Χρησιμοποιήστε τα μαλακά μέρη του αντίχειρα και του δείκτη για να ανοίξετε το μανταλάκι. Μην ακουμπάτε το μανταλάκι στο πλάι του δείκτη για να το ανοίξετε.



Ας φυσήξουμε!

Δραστηριότητες με καλαμάκια και μπάλες από βαμβάκι.

- Φυσάμε τις μπάλες σε στόχο ή σε μία καθορισμένη διαδρομή ή γύρω από εμπόδια.
- Φτιάχνουμε ένα "γήπεδο ποδοσφαίρου" στο τραπέζι και φυσάμε ο ένας στο τέρμα του άλλου.
- Προσέχουμε να κρατάμε το καλαμάκι με τα χείλη και όχι με τα δόντια.

