

Zabawy sensoryczne stanowią niezwykle cenne narzędzie w rozwoju dzieci, zwłaszcza tych, które borykają się z trudnościami motorycznymi. Współczesna wiedza z zakresu neuropsychologii i terapii dziecięcej dostarcza coraz więcej dowodów na to, że aktywności angażujące zmysły mogą odgrywać ważną rolę w procesie rehabilitacji dzieci z problemami motorycznymi. W szczególności, zabawy sensoryczne nie tylko wspierają rozwój zmysłów, ale również mają znaczący wpływ na poprawę koordynacji, siły mięśniowej oraz precyzji ruchów.

Zabawy sensoryczne – definicja i znaczenie

Zabawy sensoryczne to aktywności, które angażują jeden lub więcej zmysłów, takich jak dotyk, wzrok, słuch, smak i węch. Ich głównym celem jest stymulowanie i rozwijanie układów sensorycznych dziecka, a także wspieranie integracji sensorycznej – procesu, w którym mózg przetwarza i interpretuje informacje z różnych zmysłów, co umożliwia dziecku reagowanie na otaczający świat w sposób adekwatny i skoordynowany.

Zabawy te mają szczególne znaczenie w kontekście dzieci z problemami motorycznymi, ponieważ wiele z tych problemów wynika z trudności w odbieraniu i przetwarzaniu bodźców sensorycznych. Dzieci z opóźnionym rozwojem motorycznym, zaburzeniami koordynacji czy też innymi deficytami motorycznymi często mają trudności w reagowaniu na bodźce sensoryczne, co utrudnia im wykonywanie skoordynowanych ruchów. Zabawy sensoryczne, angażując zmysły w sposób zorganizowany, wspierają rozwój umiejętności motorycznych, poprawiając zdolności percepcyjne i motoryczne dziecka.

Zabawy sensoryczne a rozwój motoryczny

Zabawy sensoryczne mają ogromny wpływ na rozwój motoryczny dziecka, zarówno w kontekście motoryki małej, jak i dużej. Motoryka mała odnosi się do precyzyjnych ruchów, takich jak chwytanie, rysowanie, pisanie, manipulowanie przedmiotami, natomiast motoryka duża dotyczy większych ruchów, takich jak chodzenie, bieganie, skakanie czy wspinanie się. Obydwa typy motoryki są ze sobą ściśle powiązane i rozwój jednej z nich wpływa na poprawę drugiej.

W przypadku dzieci z problemami motorycznymi, zabawy sensoryczne mogą działać jako element wspierający zarówno motorykę dużą, jak i małą. Na przykład zabawy wymagające manipulacji drobnymi przedmiotami, takie jak układanie klocków, malowanie czy rysowanie, wspierają rozwój motoryki małej, umożliwiając poprawę precyzji ruchów rąk. Z kolei zabawy angażujące większe grupy mięśniowe, takie jak bieganie, skakanie, czy rzucanie piłką, rozwijają motorykę dużą, poprawiając siłę mięśniową oraz koordynację ruchową.

Korzyści z zabaw sensorycznych dla dzieci z problemami motorycznymi

Zabawy sensoryczne, w szczególności te dostosowane do potrzeb dzieci z problemami motorycznymi, niosą ze sobą szereg korzyści. Oto niektóre z najistotniejszych:

1. **Poprawa koordynacji ruchowej** – zabawy sensoryczne angażujące całe ciało, takie jak chodzenie po linii, skakanie, czy turlanie piłki, rozwijają zdolności motoryczne, a także poprawiają synchronizację ruchów. Dzieci uczą się kontrolować swoje ciało, co ma znaczenie w rozwoju motoryki dużej.
2. **Wzrost precyzji ruchów** – manipulowanie małymi przedmiotami, np. układanie klocków, rysowanie, czy lepienie z plasteliny, rozwija motorykę małą, poprawiając precyzyjność i dokładność ruchów rąk. Dzieci uczą się kontrolować drobne ruchy, co ma ogromne znaczenie w codziennym funkcjonowaniu.
3. **Rozwój siły mięśniowej i wytrzymałości** – zabawy, które angażują większe grupy

mięśniowe, takie jak ćwiczenia z piłką, skakanie czy wspinanie się, wspierają rozwój siły mięśniowej oraz wytrzymałości, co jest szczególnie ważne w przypadku dzieci z osłabioną motoryką dużą.

4. **Integracja sensoryczna** – dzieci z problemami motorycznymi często mają trudności z integracją sensoryczną, co oznacza, że mają problem z odbieraniem i przetwarzaniem bodźców zmysłowych. Zabawy sensoryczne pomagają w nauce skutecznego przetwarzania informacji sensorycznych, co prowadzi do lepszego reagowania na otaczający świat.
5. **Zwiększenie pewności siebie** – sukcesy w zabawach sensorycznych, zwłaszcza te związane z osiąganiem precyzyjnych ruchów czy wykonywaniem trudniejszych zadań motorycznych, mogą pomóc dziecku zbudować pewność siebie. Dzieci, które czują się bardziej sprawne fizycznie, są bardziej zmotywowane do podejmowania nowych wyzwań.

Przykłady zabaw sensorycznych dla dzieci z problemami motorycznymi

1. **Zabawy z piaskiem** – piasek to doskonały materiał do zabaw sensorycznych. Można wykorzystać go do różnych aktywności, takich jak szukanie ukrytych przedmiotów, budowanie zamków, czy przesypywanie piasku do różnych pojemników. Tego typu zabawy angażują zarówno zmysł dotyku, jak i wzroku, a także rozwijają motorykę małą.
2. **Zabawy z wodą** – woda to kolejny materiał o właściwościach sensorycznych. Zabawy polegające na nalewaniu wody do różnych pojemników, wlewaniu, przelewaniu czy kąpielu w basenie sensorycznym pomagają w rozwijaniu koordynacji ruchowej i sprawności manualnej. Dodatkowo, woda ma działanie relaksacyjne, co może być korzystne dla dzieci z napięciem mięśniowym.
3. **Ćwiczenia z piłkami** – skakanie na piłce, rzucanie piłką do celu, chwytanie piłki czy turlanie jej z partnerem to zabawy, które pomagają w rozwoju koordynacji ruchowej, siły mięśniowej oraz umiejętności współpracy z innymi dziećmi. Tego typu zabawy angażują całe ciało, a także poprawiają motorykę dużą.
4. **Malowanie i rysowanie** – zabawy plastyczne, takie jak malowanie, rysowanie kredkami, czy lepienie z plasteliny, to doskonałe ćwiczenia dla motoryki małej. Dzieci uczą się precyzyjnego posługiwania się rękami, co wpływa na rozwój zdolności manualnych i koordynację ręka-oko.

Rola terapeuty i rodzica w zabawach sensorycznych

W procesie wspierania dzieci z problemami motorycznymi, zabawy sensoryczne powinny być odpowiednio dostosowane do indywidualnych potrzeb dziecka. Rola terapeuty polega na dokładnej ocenie stanu dziecka, jego potrzeb oraz umiejętności, aby zaproponować zabawy, które będą zarówno wyzwaniem, jak i osiągalnym celem. Terapeuta może także monitorować postępy dziecka, dostosowując intensywność i trudność zabaw w miarę potrzeb.

Rodzice odgrywają ważną rolę w codziennym stosowaniu zabaw sensorycznych. Powinni angażować się w aktywności ze swoimi dziećmi, tworzyć odpowiednie środowisko do zabawy oraz wspierać dziecko w osiąganiu postępów. Regularne zabawy w domu mogą być doskonałym dopełnieniem terapii przeprowadzanej w gabinetach specjalistycznych.

Podsumowanie

Zabawy sensoryczne są niezwykle ważnym narzędziem w terapii dzieci z problemami motorycznymi. Angażując różne zmysły, wspierają one rozwój motoryczny, poprawiają

koordynację ruchową, precyzyjność i siłę mięśniową, a także pomagają w integracji sensorycznej. Regularne wykonywanie zabaw sensorycznych może przynieść wymierne korzyści w zakresie rozwoju dziecka, pomagając mu przezwyciężyć trudności motoryczne oraz zwiększyć pewność siebie. Ważne jest, aby zabawy te były dostosowane do indywidualnych potrzeb dziecka i były prowadzone zarówno przez terapeutów, jak i rodziców, którzy pełnią ważną rolę w procesie rehabilitacyjnym.

Źródło- Internet

--