



# BAW SIĘ Z NAMI

czyli grudzień z FizjoMommy

## 18 grudnia

### SKARBY W BUTELCE/TRENING DLA STÓPEK

#### POTRZEBNE AKCESORIA

WARIANT 1: pusta, szklana butelka (najlepiej litrowa), małe przedmioty, które maluch będzie mógł wrzucać do butelki (np. kredki, pomponiki, guziki, klamerki, patyczki, suchy makaron itd.)

WARIANT 2: grzechotka, gumowy klocek lub inna zabawka, którą można zaczepić na stópcę

#### WARIANT 1

dla dzieci od około 12. miesiąca życia  
(możecie próbować wcześniej)

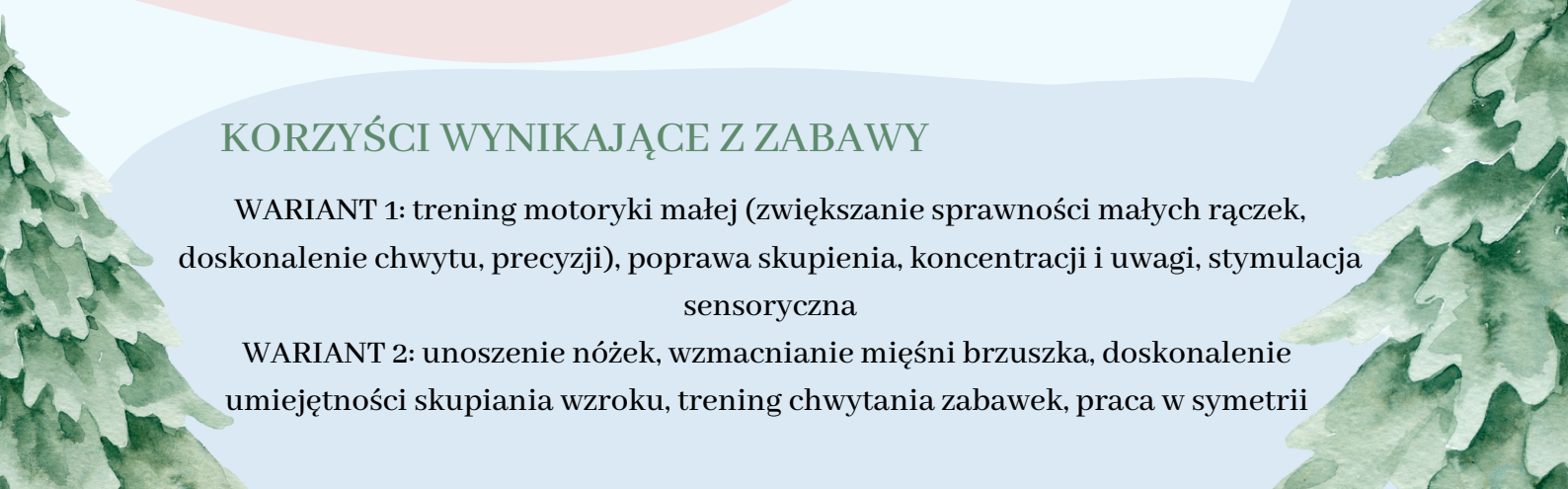
Zachęćcie malucha do przyjęcia pozycji siedzącej. Zadaniem dziecka jest wkładanie różnych przedmiotów do szklanej butelki.

Pamiętajcie, aby mieć malucha na oku.

#### WARIANT 2

dla dzieci od około 3. miesiąca życia

Położcie dziecko na pleckach. Usiądźcie obok niego i pochylcie się nad nim. Zaczepcie maluchowi na stópcę grzechotkę, gumowy klocek lub inną, małą zabawkę. Możecie zbliżyć stópki do rączek malucha, aby zachęcić go do chwytania zabawki. Starsze dzieci będą próbować samodzielnie unosić nóżki, aby zdjąć zabawkę ze stópki. Zakładajcie grzechotkę zarówno na jedną, jak i na drugą stópkę.



#### KORZYŚCI WYNIKAJĄCE Z ZABAWY

WARIANT 1: trening motoryki małej (zwiększanie sprawności małych rączek, doskonalenie chwytu, precyzji), poprawa skupienia, koncentracji i uwagi, stymulacja sensoryczna

WARIANT 2: unoszenie nóżek, wzmacnianie mięśni brzuszka, doskonalenie umiejętności skupiania wzroku, trening chwytania zabawek, praca w symetrii