

## Korzyści płynące ze stosowania ślad dłoni:

- zmniejszenie napięcia mięśni,
- relaksacja,
- wpływa na samoregulację (uspokaja)
- niwelowanie zaburzeń integracji sensorycznej,
- ćwiczenia antystresowe,
- poprawa koncentracji,
- pomaga aktywnie słuchać,
- zastępuje tablet/telefon,
- ćwiczenie skupienia uwagi,
- poszukiwanie rozwiązań,
- stymulacja zmysłu dotyku,
- ćwiczenie koordynacji wzrokowo-ruchowej,
- wsparcie dużej motoryki,
- utrwalanie pojęć związanych z kierunkami (pravo, lewo, przód, tył),
- doskonała zabawa.

Daj się ponieść wyobraźni i korzystaj z zabawki w kreatywny sposób! Jej ogromną zaletą jest materiał, który łatwo wyczyścić, jest giętki i można go wykorzystać do wielu zabaw edukacyjnych.



**nowa szkoła**  
ul. POW 25, 90-248 Łódź,  
www.nowaszkoła.com  
tel. (42) 630 17 28,  
(42) 630 04 88, fax: (42) 632 73 28

## OSTRZEŻENIA!

1. Do użytku pod nadzorem osoby dorosłej.
2. Należy zachować opakowanie lub/i instrukcję. Zawierają one ważne informacje mogące być przydatne w przyszłości.
3. Użytkowanie niezgodne z zaleceniami zwalnia producenta od odpowiedzialności za ewentualne szkody.



# Ślady dłoni TY 0073

Wiek

■ 2+



Dłonie to seria kolorowych gumowych elementów do wykorzystania w sali zabaw, ale również wszędzie tam, gdzie jest ruch i zabawa – w parku, na boisku. Uniwersalne, łatwe do utrzymania w czystości i wykonane z elastycznego, ale trwałego tworzywa. Kolorowe ślady dłoni umożliwiają organizowanie różnych wariantów gier.

## Specyfikacja produktu

- ilość: 6 par,
- wymiar: 22,5 cm,
- kolory:
  - czerwony,
  - pomarańczowy,
  - żółty,
  - niebieski,
  - fioletowy,
  - zielony,
- materiał: tworzywo sztuczne.

Ślady dłoni wykonane są z materiału, który cechuje się dużą odpornością na warunki atmosferyczne. Kolory nie bledną i utrzymują swoją intensywność. Zawierają elementy antypoślizgowe.

Ślady dłoni należy umieszczać na poziomej nawierzchni. Dopuszczalne jest jedynie niewielkie nachylenie. Przed aplikacją, nawierzchnia musi być całkowicie sucha oraz wolna od zanieczyszczeń mechanicznych i chemicznych (kurz, piasek, olej, sól itp.). Oczyszczyć dokładnie obszar, w którym będzie układany materiał.

SI IN TY 0073 11/22

Należy usunąć wszystkie luźne elementy, piasek, kurz, kamienie itp. Można do tego użyć sprężonego powietrza z kompresora lub dokładnie zamieść.

Ślady dłoni można używać na zewnątrz tylko, gdy na dworze są sprzyjające warunki atmosferyczne.

Zestaw składa się z dwunastu śladów dłoni (6 par), które wykonane są z elastycznego tworzywa sztucznego. Każda ze dłoni posiada jedną stronę gładką, natomiast drugą pokrytą drobnymi wypustkami (do zweryfikowania). Ćwiczenia polegają na ułożeniu dłoni w taki sposób, aby dziecko odbyło wyznaczoną trasę po ich śladach. Dłonie dają duże możliwości do kreatywnej zabawy zarówno indywidualnej, jak i grupowej. Dodatkowo mogą uczyć rozróżniania kolorów i posługiwania się pojęciami kierunków (prawy, lewy, przód, tył).

Dzieci lubią zabawę, ruch, skoki, bieganie, tańce. Gry i zabawy ruchowe wymagają różnych form aktywności. Dziecko praktycznie nieustannie wykonuje wiele form ruchu, wzmacniając szybkość, zręczność, celność i wytrzymałość. Zajęcia sportowe mogą być też prowadzone na świeżym powietrzu, a to wywiera pozytywny wpływ na rozwój sprawności ruchowej i czynności narządów wewnętrznych, wzmacniając przy tym odporność organizmu. Zabawy sportowe mobilizują cały układ ruchowy, a wraz z nim wszystkie funkcje prozdrowotne. Ruch kształtuje prawidłową postawę i kształtuje nawyki sportowe, wykorzystywane w innych dyscyplinach.

### Jak bawić się ze śladami dłoni:

- Przemieszczanie się na jednej dłoni.
- Przemieszczanie się obu dłońmi.
- Przemieszczanie się na obu dłońmi skrzyżowanych.
- Przemieszczanie się przeplatane – raz lewą, a raz prawą dłonią.
- Przemieszczanie się tylko na pola parzyste lub nieparzyste.
- Rzuty woreczkiem i przemieszczanie się po wylosowanych kostką polach

Ze śladami dłoni można się bawić nie tylko podczas zajęć w sali gimnastycznej, ale również podczas porannych czy popołudniowych zabaw ruchowych, na zajęciach rewalidacyjnych, sensorycznych czy terapeutycznych.

Wszystkie propozycje dostosuj do możliwości wiekowej i predyspozycji dzieci:

- ślady dłoni ustaw jedna za drugą – dzieci ćwiczą chodzenie dłoń za dłonią,
- ślady dłoni ustaw parami wzdłuż jednej linii w niewielkim odstępnie od siebie – dzieci ćwiczą przeskakiwanie obunóż lub spacerowanie,
- ślady dłoni ustaw parami w różnych kierunkach – dzieci spacerują po nich, ale ustawiają dłonie pod różnym kątem utrzymując równowagę,
- ślady dłoni ustaw prosto lub „w ślalomie” po wyznaczonej drodze – dziecko pokonuje wyznaczoną trasę,
- ślady dłoni ustaw „w ślalomie” między pachotkami – dzieci uczą się wymijania pachotków.

Dzięki zabawie ze dłońmi wzmocnione zostaną mięśnie, poprawiona motoryka ciała i precyzja ruchów. Jest to również ciekawa alternatywa dla codziennych ćwiczeń na boisku. Wspiera też treningi koordynacyjne. Przyczynia się także do budowania szybkości oraz zwinności. Ćwiczenia ze dłońmi kształtują również przyspieszenie, balans ciała i koordynację ruchową zawodników.

Ślady dłoni można skompletować ze śladami stóp (TY0072).

Razem ze śladami dłoni można zaprosić dzieci do zabawy „ręce – stopy”. Zabawa ta poprawia koordynację ruchową dziecka, a także uczy rozpoznawania prawej i lewej strony. Stopy i dłonie wystarczy rozłożyć na korytarzu/sali/boisku itp. i zaczynamy zabawę!

Ślady dłoni dają niezwykłą satysfakcję zabawy. Dzieci doświadczają uczucia odprężenia i rozluźnienia, minimalizując w ten sposób stres i wyciszając emocje.

Ważne jest, aby dziecko samo szukało własnego sposobu pokonywania ścieżek, ćwicząc w ten sposób tworzenie strategii, ewentualne poprawy i wyciąganie odpowiednich wniosków. Zabawka świetnie sprawdzi się też w omawianiu tematów takich jak kolory, liczenie, zbiory, cechy wspólne itp. Można przeprowadzać zabawę w parach, np. stworzyć dwie trasy zorganizować wyścig. Zabawka w dużym stopniu łagodzi nagromadzony stres.

Ślady dłoni doskonale sprawdzą się także, gdy dziecko ma problem ze skupieniem się na zajęciach. Regularne używanie tego produktu pozwala wydłużyć czas koncentracji dziecka. Narzędzie to docenione jest przez terapeutów np. podczas terapii dzieci ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi, z ADHD, na terapii integracji sensorycznej czy nawet logopedycznej.

Zabawka ma nie tylko skuteczne działanie relaksacyjne i terapeutyczne. Kształt zabawki sprawia, że wyróżnia się i zachęca do użycia. Jej zadaniem jest też pobudzanie receptorów czuciowych. Ślady dłoni doskonale sprawdzą się w różnego rodzaju terapiach integracji sensorycznej i na zajęciach rewalidacyjnych. Zabawa wspierana odpowiednio dobranymi ćwiczeniami sensorycznymi rozwija u dzieci umiejętność rozumienia i porządkowania bodźców i informacji dostarczanych z otoczenia i z własnego ciała poprzez zmysły. Systematyczne ćwiczenia ze śladami dłoni poprawią funkcje czuciowe dziecka. Celem takich działań jest pobudzanie obszarów mózgu, związanych z odbiorem i przetwarzaniem bodźców zmysłowych, wykorzystanie plastyczności mózgu i wzmocnienie siły połączeń neuronalnych, przy jednoczesnym wsparciu rozwoju małej motoryki.

Ślady dłoni to świetny pomysł na wykonanie różnych torów przeszkód. Korzystanie z torów przeszkód wzmacnia sprawność motoryczną dziecka. Motoryka duża to priorytet w rozwoju ruchowym. Jest to pierwszy i nadrzędny etap rozwoju ruchowego, a im więcej ćwiczeń w formie ruchu będzie wykonywało dziecko, tym łatwiej przyjdzie mu wykonywanie zadań wymagających innych sprawności. Motoryka duża obejmuje wszelkie ruchy, które angażują całe ciało lub jego większą część.