

neuronalnych. Drabinka jest idealnym narzędziem do przeprowadzania rehabilitacji zarówno leczniczej jak i sensorycznej. Terapia z zestawem poprawia koordynację ruchową malucha, dzięki czemu sprawniej wykonuje wszystkie czynności, zachodzą pozytywne zmiany w jego zachowaniu, zdolnościach intelektualnych, funkcjonowaniu w grupie itp.



Drabinka podłogowa TY 4080

Wiek

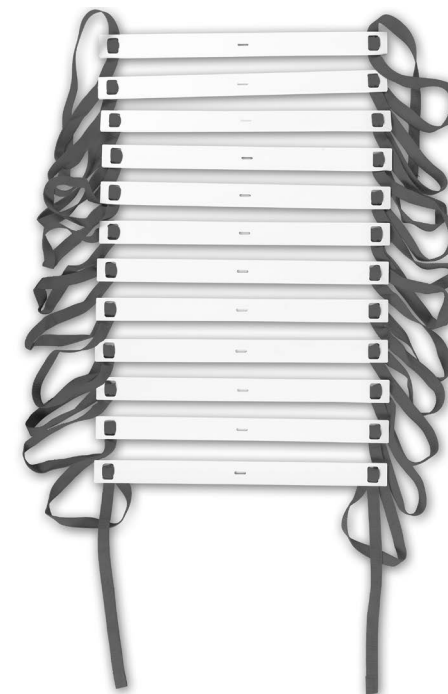
- 3+

Składana drabinka podłogowa o długości 3,5m, do różnego rodzaju ćwiczeń sportowych. W zestawie poręczna torba do przechowywania.

Specyfikacja produktu

- ilość: 1 sztuka,
- długość: 3,5 m,
- materiał: tworzywo sztuczne.

Drabinka podłogowa do wszechstronnego zastosowania podczas zajęć ruchowych. Przeznaczona do różnego rodzaju ćwiczeń gimnastycznych. Doskonale nadaje się na zajęcia korekcyjne, rehabilitację i zajęcia wychowania fizycznego.



Przykładowe zabawy z drabinką podłogową

1. Chodzenie po drabince – rozwija wyobraźnię oraz sprawność ruchową. Dzieci chodzą po drabince rozłożonej na ziemi (przodem, tyłem, podskokami, przysiadami itp.). Warto dodać dodatkową fabułę motywującą dzieci (np. musisz przejść po drabince ze statku na ląd, bo zaraz dogonią Was piraci, itp.). Trudniejszą wersją może być chodzenie po drabince trzymając w ręku jakiś przedmiot (np. talerzyk) lub na głowie (np. woreczek) lub wykonując inny ruch (np. podrzucanie piłeczki).
2. Naśladowanka – dzieci przechodzą po drabince i skupiają się na naśladowaniu tego co pokazuje inne dziecko, stojące na drugim końcu drabinki, np.

SI IN TY 4080 12/22



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. Produkt nie jest przeznaczony dla dzieci poniżej 3 lat. Długie sznurki – ryzyko uduszenia.
2. Do użytku pod bezpośrednim nadzorem osoby dorosłej.
3. Należy zachować opakowanie lub/i instrukcję. Zawierają one ważne informacje mogące być przydatne w przyszłości.
4. Użytkowanie niezgodne z zaleceniami zwalnia producenta od odpowiedzialności za ewentualne szkody.





trzymając jakiś drążek i wykonuje nim jakieś proste znaki (podnosi do góry, opuszcza, kieruje na boki itp.). Dziecko idące po drabince musi powtarzać pokazywane znaki. Gdy dziecko dojdzie do osoby pokazującej staje na jej miejscu i pokazuje znaki kolejnemu dziecku. Takie zasady zabawy zmuszają dzieci do patrzenia przed siebie, a nie pod nogi. Ćwiczy podzielność uwagi i wzmacnia sensorykę. Dla starszych dzieci można wprowadzić więcej elementów lub trudniejsze znaki (np. z podrzucaniem).

3. Kalambury – jedno dziecko idzie po drabince naśladując jakąś postać (zwierzę, postać z bajki itp.). Reszta uczestników zabawy zgaduje „co to?/kto to?”. Ten kto zgadł pokazuje jako kolejny.
4. Przeskakiwanie - rozkładamy drabinkę na ziemi. Dzieci stają wzdłuż niej po jej jednej stronie. Ustalamy z dziećmi, że np. lewa strona drabinki jest przeznaczona dla hasła żabka, a prawa strona dla hasła bocian. Na określone hasło dzieci mają znaleźć się po odpowiedniej stronie drabinki. Podczas mówienia hasła dodajemy znaki rękoma (w prawą stronę i lewą stronę) tak, by wprowadzić umyślnie dzieci w błąd (np. dzieci stoją z lewej strony drabinki. Mówimy hasło żabka pokazując rękami ruch w prawą stronę). Część dzieci da się nabrać i przeskoczy przez drabinkę. Zadaniem dzieci jest jak naj-szybciej po usłyszeniu hasła wykonać polecenie i nie dać się oszukać. Kto błędnie wykona polecenie odpada. Gramy do ostatniego dziecka. Fajnie jest wprowadzać trudne hasła typu kompost, rzeżucha, wtedy oprócz zabawy dzieci uczą się nowych słów.
5. Tor przeszkód - rozkładamy na ziemi drabinkę. Przy jednym jej końcu kładziemy w rzędku kółeczka/ piłeczki. Zadaniem dzieci jest pokonać tor przeszkód (prześć po drabince nie spadając z niej, przeskoczyć z kółeczka do kółeczka, wykonać slalom wokół piłek itp.). Zabawę urozmaici pokonywanie toru na czas – reszta dzieci liczy głośno sekundy osobie pokonującej tor przeszkód.
6. Nie dotknij drabinki - dwie osoby trzymają drabinkę. Dzieci mają za zadanie przejść przez nią nie dotykając jej. Pierwszą wersją może być przeskakiwanie/

przechodzenie nad drabinką tak żeby jej nie dotknąć. Dzieci trzymające drabinkę po każdym przejściu podwyższają ją coraz wyżej. Trudniejszą wersją jest obniżanie drabinki coraz bardziej po każdym przejściu.

Drabinka podłogowa daje wiele możliwości tworzenia własnych torów przeszkód oraz wykonywania ćwiczeń sportowych. Podczas ćwiczeń dzieci kolejno pokonują ustawione przed nimi przeszkody, z uwzględnieniem napotkanych wskazówek (np. idź na czworaka, wykonaj trzy skoki). Sportowe tory przeszkód są zawsze dla dzieci atrakcyjną formą aktywności fizycznej. W zależności od układu elementów zabawa może być ukierunkowana na rozwinięcie konkretnej zdolności motorycznej bądź na ogólny rozwój dziecka. Pokonywanie ścieżki aktywności rozwija spostrzegawczość, myślenie sekwencyjne oraz pobudza zmysły. W zależności od przyjętych zasad gra uczy współpracy i uczciwej rywalizacji.

Drabinkę podłogową wykorzystać można na wszelkiego rodzaju zajęciach gimnastycznych i ruchowych.

Drabinka podłogowa to nieoceniona pomoc w codziennych zabawach ruchowych i gimnastycznych. Ćwiczenia z nią poprawiają szybkość i precyzję i urozmaicają wszelkie treningi sprawnościowe. Jest to idealne rozwiązanie zarówno dla zaawansowanych ruchowo uczestników jak i amatorów. Idealnie nadaje się do różnych dyscyplin sportowych. Dzięki zabawie z drabinką wzmocnione zostaną mięśnie, poprawiona motoryka ciała i precyzja ruchów. Jest to również ciekawa alternatywa dla codziennych ćwiczeń na boisku. Wspierają też treningi koordynacyjne. Przyczyniają się także do budowania szybkości oraz zwinności. Ćwiczenia z drabinką kształtują również przyspieszenie, balans ciała i koordynację ruchową zawodników.

Baw się i rozwijaj swoje sprawności motoryczne także poprzez wykonywanie slalomu i balansowanie ciałem. Ogranicza Was tylko wyobraźnia, a więc bawcie się i eksplorujcie.

Motoryka duża to priorytet w rozwoju ruchowym dziecka. 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.

Drabinka doskonale sprawdzi się także w różnego rodzaju terapiach, w tym głównie rehabilitacyjnej i w integracji sensorycznej. Zabawa wspierana odpowiednio dobranymi aktywnościami rozwija u dzieci zdolność do rozumienia i porządkowania bodźców i informacji dostarczanych z otoczenia i z własnego ciała poprzez zmysły. Umiejętność ta pozwala dziecku zrozumieć, jak funkcjonuje otaczający go świat i nadaje sens nieustannie docierającym zewsząd bodźcom. Układ nerwowy i mózg dziecka uczy się właściwego reagowania na bodźce zewnętrzne i integracji wrażeń płynących z różnych zmysłów. Systematyczne ćwiczenia z drabinką poprawią funkcje czuciowe dziecka. Celem takich działań jest pobudzenie obszarów mózgu, związanych z odbiorem i przetwarzaniem bodźców zmysłowych, wykorzystanie plastyczności mózgu i wzmocnienie siły połączeń