

Ćwiczenia orientacji przestrzennej

1. Wyrobiecie i utrwalenie autoorientacji

- a. Odtwarzanie prostych pozycji przez naśladowanie wzorów demonstrowanych przez osobę lub przedstawionych na schemacie.
- b. Wykonywanie prostych ruchów, przybieranie określonych pozycji, zgodnie z instrukcją słowną.

2. Wyrabianie i utrwalanie orientacji w schemacie ciała osoby stojącej naprzeciw

- a. Ćwiczenia przed lustrem – zmiana stron, ćwiczący czuje stronę inną niż widzi.
 - wskaż lewe oko,
 - wskaż tył głowy,
 - chwyć lewy łokieć,
- b. Ćwiczenia z osobą naprzeciw.
 - ćwiczący wskazuje na sobie części ciała osoby obserwowanej,
 - ćwiczący i obserwowany wykonują te same czynności,
 - Ćwiczący i obserwowany współdziałają ze sobą (podają sobie prawe ręce, wkładają rękę do kieszeni drugiej osoby),

3. Ćwiczenia orientacji w przestrzeni

- a. Wykonywanie ćwiczeń, poleceń, zadań według pokazu, instrukcji słownej.
- b. Łączenie ruchów ćwiczącego z obrazami wzrokowymi.
 - chodzenie po narysowanej ścieżce,
 - poruszanie się według określonych znaków orientacyjnych,
 - wymijanie przeszkód – slalom,
 - odgadywanie czynności wyrażonych ruchem,
 - wykonywanie ruchów zgodnie z poleceniem słownym,
 - zapisywanie lub rysowanie planu poruszania się.