

## KNILL

**„Dotyk i Komunikacja” - Knill-a :** to pierwszy z dwu opracowanych przez Knillów ćwiczeń. Polega na uświadomieniu obecności własnego ciała przez właściwy odbiór masażu terapeutycznego/ rodzica poszczególnych części ciała dziecka.

**„Świadomość ciała, kontakt i komunikacja” - Knill-a:** to druga część ukierunkowana na uświadomieniu obecności swojego ciała przez naśladowanie wykonywanych ruchów.

1. Rozpoczynając ćwiczenia: przygotowujemy płytę z wybranym programem (*poniższy opis czynności opisuje część II*). W zależności od sprawności i możliwości dziecka, siadamy na dywanie mając dziecko przed sobą , jednocześnie pomagając mu w wykonywaniu każdej czynności, bądź siedząc naprzeciwko dziecka koordynując jego ruchy.
2. Włączamy płytę ( część II), wykonujemy czynności wraz z lektorem.
  - Kołysanie,
  - wymachiwanie rękoma,
  - pocieranie dłoni,
  - zaciskanie i otwieranie dłoni,
  - klaskanie,
  - klepanie się po policzkach,
  - klepanie się po brzuchu,
  - klepanie się po udach,
  - ruszanie paluszkami u nóg,
  - leżenie na plecach,
  - ruszanie nogami,
  - przewracanie się na boki,
  - odpoczynek- relaksacja,

Można dokonać sobie pewnych modyfikacji, podczas „relaksacji” , która jest pomiędzy ćwiczeniami a dziecko się nudzi. Proponuję wziąć piłkę i np. poturlać, porzucać itd.

Płytę można zakupić również przez w sklepie internetowym, praktycznie dostępna w każdej księgarni edukacyjnej.

- „Eduksięgarnia”
- Empik
- KsięgarniaAPS