

Program zajęć dla dzieci w wieku wczesnoszkolnym z różnymi dysfunkcjami (zaburzenia psychiczne lub niepełnosprawność intelektualna) z elementami terapii poprzez zabawę w ramach projektu „Pokonać Bariery” w ramach projektu „Pokonać Bariery 2022” dofinansowanego z Ministerstwa Rodziny i Polityki Społecznej

Opracowanie : mgr Izabela Sługocka, mgr Joanna Ledniowska

Temat: Program zajęć dla dzieci w wieku wczesnoszkolnym z różnymi dysfunkcjami (zaburzenia psychiczne lub niepełnosprawność intelektualna) z elementami terapii poprzez zabawę w ramach projektu „Pokonać Bariery”.

Termin realizacji i liczba godzin: Wrzesień – Grudzień 2022, 16 spotkań po 2h, po 8 spotkań na grupę.

Liczba uczestników: 2 grupy po 8-10 osób, łącznie do 16 do 20 osób w dwóch grupach prowadzonych przez dwóch terapeutów

Osoby odpowiedzialne za opracowanie i przeprowadzenie zajęć : mgr Izabela Sługocka, mgr Joanna Ledniowska

„Ruch jest drzwiami uczenia się”

Paul E. Dennison

Założenia metodyczne

Pojęciami kluczowymi przy tworzeniu programu stały się ruch i zabawa, a motywem przewodnim przekonanie, że najefektywniejsza nauka przebiega podczas zabawy. By poprzez doświadczenia sensoryczne i ruchowe uczyć bawiąc w oparciu o podstawy kinezylogii edukacyjnej dr Carli Hannaford, ruchu rozwijającego Weroniki Sherborne oraz dotyku i komunikacji Christophera Knilla.

Ruch jest podstawą i warunkiem koniecznym wszelkiego rozwoju. Od najwcześniejszego okresu życia używa się określenia rozwój psychoruchowy. Oba te elementy są ze sobą ściśle i nierozzerwalnie związane. Aby prawidłowo działała psychika, kształtowała się sfera intelektualno-poznawcza, emocjonalna i społeczna musi zaistnieć ruch oraz dotyk. To dzięki nim dziecko ma możliwość rozwijania świadomości własnego ciała i otaczającej je przestrzeni. Dzielenia tej przestrzeni z innymi osobami oraz nawiązywania z nimi bliskiego kontaktu. Takie podejście do tematu reprezentują m.in. W.Sherborne w swoim „Ruchu Rozwijającym” oraz Chr.Knill w swojej metodzie „Dotyk i komunikacja”.

Od ruchu i dotyku zależy rozwój każdego człowieka. Metoda Chr. Knilla jest na tyle uniwersalna, że umożliwia pracę zarówno z dziećmi w normie intelektualnej, jak i z dziećmi o bardzo głębokim poziomie zaburzeń w sferze umysłowej, emocjonalnej, społecznej i ruchowej. Umożliwia kształtowanie schematu własnego ciała, postrzegania siebie jako całości, wyodrębniania siebie z otoczenia, budowania relacji z otoczeniem oraz daje poczucie sprawstwa. Aby prawidłowo funkcjonować i komunikować się z otoczeniem każdy człowiek potrzebuje nabyć wiedzę o sobie. Ta wiedza to podłoże rozwoju kontaktu niewerbalnego, wzrokowego a nawet komunikacji słownej. W celu wyeliminowania problemów nabywania i wykorzystywania doświadczeń ruchowych a także problemów skutecznej komunikacji konieczne jest rozwinięcie świadomości własnego ciała. Świadomość tę najlepiej rozwija się poprzez dotyk, gdyż skóra jest najbardziej wrażliwym kanałem sensorycznym. Dlatego bodźce, informacje, które otrzymujemy dzięki kontaktowi fizycznemu są szczególnie ważne dla rozwoju dziecka.

Tak konieczny i zbawienny dla rozwoju ruch (szeroko opisany w literaturze przedmiotu przez m.in. P. Dennisona, R. Labana, W. Serborne, C. Hannaford, Chr. Knilla), swobodne eksplorowanie rzeczywistości, radosne wyrażanie siebie najpełniej uwidacznia się i ma możliwość zaistnieć w zabawie. Zabawa to podstawowa aktywność każdego dziecka. To także najpowszechniejsza forma ekspresji dzieci oraz jedna z pierwszych form wypowiedzenia się i porozumiewania zwłaszcza dla dzieci młodszych lub dzieci z różnymi dysfunkcjami, gdy język mówiony lub pisany nie jest dominującym środkiem porozumiewania się. Zabawa to naturalna, najprostsza i uniwersalna metoda terapeutyczna. Wspólna zabawa to przede wszystkim ruch, radość, kontakt. Zapewnia interakcje z innymi i otoczeniem, dostarcza pozytywnych doznań, obniża stres, umożliwia kontakt fizyczny i emocjonalny oraz interakcje z grupą.

Zabawa wskazana jest szczególnie dla dzieci małych oraz mniej sprawnych. Zarówno zabawa, jak i metoda Chr. Knilla zakładają miłą atmosferę charakteryzującą się życzliwością, akceptacją, zaufaniem, brakiem rywalizacji i negatywnych ocen. Obdarzają ciepłem i wsparciem. Umożliwiają dziecku poznanie siebie i swoich granic fizycznych podczas relacji z innymi. Eliminują poczucie leku, strachu i dyskomfortu a także dają komunikat, że dziecko jest pełnowartościowym partnerem do wspólnego działania. Pomaga to wytworzyć obraz siebie jako osoby działającej, niezależnej od innych i wykazującej inicjatywę.

Charakterystyka grupy docelowej

Dzięki uniwersalnemu charakterowi metod opartych o ruch i zabawę w zajęciach terapeutycznych uczestniczyć mogą dzieci w różnym wieku o różnych możliwościach i różnym poziomie rozwoju. Program zajęć w ramach projektu „Pokonać bariery” przeznaczony może być dla dzieci w normie intelektualnej w wielu przedszkolnym i

szkolnym, jak i dla dzieci z różnym poziomie rozwoju intelektualnego i z różnymi dysfunkcjami fizycznymi. Struktura zajęć zakłada powtarzalność, przewidywalność oraz stałą kolejność następujących po sobie wydarzeń. Daje to dzieciom (tak zdrowym, jak i z różnymi zaburzeniami np. autyzm) poczucie ładu, harmonii, stałości i bezpieczeństwa. Wielokrotne powtórzenia (te same piosenki na powitanie, pożegnanie), znane zabawy, te same sekwencje ruchów, przejrzysty plan zajęć bardzo dobrze sprawdzają się w pracy z dziećmi spoza normy intelektualnej, których funkcje poznawcze są zaburzone.

Postrzeganie dzieci z różnego rodzaju defektami intelektualnymi jest wolniejsze, mniej dokładne i bardziej mechaniczne niż logiczne. Nauka przebiega zatem poprzez ruch i działanie. Dzieci te mają także problemy z zapamiętywaniem, przechowywaniem i odtwarzaniem wiedzy. Nauka najprostszyc, elementarnych czynności wymaga dużej ilości czasu i wielu powtórzeń. Problem stanowi także skupienie i podzielność uwagi. Z powodu zaburzenia myślenia abstrakcyjnego i przyczynowo-skutkowego dzieci spoza normy intelektualnej myślą konkretnie i obrazowo. Uczą się mechanicznie według wzoru. Dodatkowo nieprawidłowo rozwinięty układ nerwowy szybko się męczy podczas pracy i nauki. Dlatego tak ważne jest stymulowanie rozwoju i tworzenie połączeń nerwowych w mózgu wszystkich dzieci, na który to rozwój zbawienny wpływ ma ruch – świadomy, celowy, zaplanowany, a najprostszym, najprzyjemniejszym, najtańszym i najskuteczniejszym sposobem nauczania jest zabawa, która daje radość, niweluje stres, daje poczucie sprawstwa, akceptacji i przynależności.

Cele zajęć terapeutycznych i środki

Cele ogólne

1. Atrakcyjne i wartościowe spędzenie czasu wolnego po zajęciach szkolnych
2. Niwelowanie napięć i stresów
3. Czynne wspieranie rozwoju psychoruchowego dzieci
4. Integracja z grupą dzieci, które mają ograniczone zdolności ekspresji lub negatywne relacje z otaczającym światem

Cele szczegółowe

1. Dostarczanie pozytywnych doświadczeń, radości i satysfakcji
2. Eliminowanie poczucia lęku, strachu, dyskomfortu
3. Zwiększanie świadomości własnego ciała – granic fizycznych podczas relacji z innymi, wyodrębnianie siebie z otoczenia
4. Zwiększanie świadomości czucia głębokiego (obszar proprioceptywny)

5. Obdarzanie ciepłem i wsparciem
6. Kształtowanie poczucia sprawstwa i prakcji
7. Dawanie dziecku komunikatów, że jest pełnowartościowym partnerem do dialogu i wspólnego działania; budowanie relacji ja – otoczenie
8. Usprawnianie koordynacji wzrokowo – ruchowej
9. Usprawnianie motoryki dużej i małej
10. Zmniejszenie chaotyczności wyładowań ruchowych dzieci nadpobudliwych psychoruchowo
11. Pobudzenie do działania dzieci zahamowanych i nieśmiałych
12. Podnoszenie poziomu sprawności manualnej

Dążąc do osiągnięcia zamierzonych zadań, uwzględniając cele program zakłada użycie następujących środków:

- przedmioty, urządzenia i materiały do działalności ekspresyjnej dzieci (narzędzia, przybory do ćwiczeń, przedmioty użytku codziennego, piłki, pluszaki, kredki)
- środki dydaktyczne umożliwiające oddziaływanie na sferę fizyczną, wyobraźnię, wywołanie zamierzonej sytuacji emocjonalnej (płyty z muzyką, ćwiczeniami, książki z bajkami terapeutycznymi, chustę Klanzy).

Treści

Proponowany program zajęć terapeutycznych zakłada kompleksowe oddziaływanie na sferę emocjonalną, intelektualno – poznawczą, ruchową oraz społeczną dzieci zarówno w normie, jaki z różnymi dysfunkcjami poprzez współdziałanie w grupie podczas wspólnej zabawy. Każdy blok szesnastu dwugodzinnych spotkań zawierać będzie gry, zabawy i ćwiczenia na każdą z poszczególnych sfer. Intensywność i natężenie działań uzależniona będzie od dynamiki grupy – możliwości i ograniczeń dzieci, zapotrzebowania na konkretne zabawy lub ćwiczenia, męczliwość dzieci i rodzaje posiadanych dysfunkcji. Program zakłada elastyczny dobór treści w zależności od zapotrzebowania grupy.

W skład zajęć wchodzić będą

- gry i zabawy integracyjne - dwa piętnastominutowe bloki na wstępie i na zakończenie zajęć (z użyciem piosenek m.in. M. Bogdanowicz, chusty Klanzy)
- odpowiednie ćwiczenia ruchowe – do 30 minut gotowy program Chr. Knilla lub zabawy ruchowe wg W. Sherborne
- możliwość swobodnego wyrażania siebie podczas zajęć plastycznych (rysowanie, zabawa kształtem, kolorem, fakturą) około 30 minut
- relaksacja i bajki terapeutyczne od 10 – 20 minut
- zakończenie zajęć 5-10 minut.

Uwzględniając możliwości dzieci oraz popołudniową porę dnia, podczas której odbywać się będą zajęcia program został tak skonstruowany, by dzieci nie czuły się nim obciążone, przytłoczone i zmęczone. Do każdego zajęcia zostanie stworzony konspekt zawierający szczegółowy przebieg spotkania wg wyżej wspomnianego schematu.

Metody i formy pracy

Metody

- Elementy metody „Ruchu Rozwijającego” wg W. Sherborne
- „Dotyk i komunikacja” Chr. Knill
- Elementy „Gimnastyki mózgu” P. Dennisona
- Terapia przez zabawę wg M. Bogdanowicz z elementami metody „Bon Depart”
- Metoda słowna – czytanie bajek terapeutycznych wg M. Molickiej

Formy

Podstawową formą zajęć będzie praca grupowa i w szczególnych przypadkach indywidualne wsparcie. Dzieci będą miały możliwość skorzystać z takich form pracy jak :

- rysowanie, zajęcia plastyczne, ugniatanie, wydzieranie, lepienie, malowanie palcami
- tańce i zabawy integracyjne

- słuchanie muzyki

- ćwiczenia ruchowe

LITERATURA :

1. Popek St. „Metodyka zajęć plastycznych w klasach początkowych” WSiP, Warszawa 1987.
2. Bogdanowicz M. „W co się bawić z dziećmi” Harmonia, Gdańsk 2021.
3. Bogdanowicz M., Okrzesik D. „Opis i planowanie zajęć wg Metody Ruchu Rozwijającego W. Sherborne” Harmonia, Gdańsk 2009.
4. Hannaford C. „Zmysłne ruchy, które doskonalą umysł” Medyk Sp. z o.o., Warszawa 1995.
5. Molicka M. „Bajki terapeutyczne” Media Rodzina Sp. z o.o., Poznań 1999.