Nauczyciel- mgr Natalia Kołc

Pomoce nauczyciela-Agata Jońca, Magdalena Krasowska

Grupa II

**Zalecenia dla wychowanków do pracy w domu**.

Dzień dobry :)

Dziś na początek o zabawie, i o tym, jak ważna jest w życiu niepełnosprawnych dzieci. Zabawy sensoryczne mają za zadanie dostarczać różnorodnych bodźców do rozwoju zmysłów i poszerzać świat doznań. Nie potrzeba do nich skomplikowanych zabawek, można wykorzystać przedmioty codziennego użytku i produkty spożywcze, które znajdą się w każdym domu.

Zabawa ma pomóc w odprężeniu i odpowiednim rozwoju.. Może przyczyniać się do poprawienia sprawności fizycznej, jak również rozwoju psychomotorycznego dziecka. Dzieci chętniej angażują się w wykonywanie zadań i same dążą do osiągnięcia lepszych wyników. Zabawa daje dziecku szansę uwierzenia we własne możliwości i motywuje do pokonywania trudności.

 

**Ciekawym przykładem są różnego rodzaju zabawy wodne.** Przy braku odpowiednich warunków można bawić się w naśladownictwo ruchów, wymyślanie sekwencji ruchów, które dziecko będzie naśladować, a także poprzez **różnego rodzaju zabawy plastyczne**, np. zabawy farbami czy plasteliną. Można stosować **zabawy dźwiękonaśladowcze,** które uczą rozróżniania podstawowych dźwięków. Można wprowadzać różnego rodzaju zabawy dźwiękowe i plastyczne, **zabawy na macie czy z piłką**. Dobre są też **zabawy dotykowe,** np. głaskanie czy przytulanie, a także zabawy ze śpiewaniem.

 Do najlepszych zabaw zaliczyć można **proste zabawy naśladownicze** – dźwięków i ruchów. Trzeba zacząć od najprostszych dźwięków i ruchów, a dopiero później przejść do tych bardziej skomplikowanych. Inną zabawą może być **nauka nazw przedmiotów i dopasowanie nazwy do przedmiotu lub dopasowywanie do siebie takich samych przedmiotów.**

Osobną kategorią są **zabawy paluszkowe,** które wpływają przede wszystkim na rozwój mowy, na kondycję wzrokowo–ruchową.

**Terapia integracji sensorycznej** pozwala na usprawnianie procesów między zmysłami, rozwijanie aktywności ruchowej i czucia głębokiego. Jakie ćwiczenia można więc wykonywać w domu?

Przykładowe ćwiczenia:

* **Zabawa w naleśnik** – zawijamy dziecko w koc udając, że jest naleśnikiem (masujemy i dociskamy wzdłuż całego ciała ). Rozwijamy, turlamy.
* **Tajemnicze pudełko** - wkładamy do pudełka rzeczy o różnych fakturach. Zadaniem dziecka (nie patrząc) jest odgadnięcie czego dotyka, określenie ich cech**.(stymulacja dotykowa)**
* **Ścieżki sensoryczne** - układamy ścieżki sensoryczne (różne faktury na podłodze), po których dziecko chodzi, przemieszcza się na czworaka, dotyka rękami..
* **Tory przeszkód** - bawimy się w pokonywanie torów przeszkód (dziecko musi pełzać, raczkować, przeciskać się, turlać po różnych fakturach)
* **Masażyki** - masażyki całego ciała, szczotkowanie dłoni, przedramion, masaż relaksacyjny (mocne, lżejsze, opukiwanie, dociskanie).
* **Różne struktury** - masaż i dotykanie dziecka różnymi przedmiotami (ważna jest zmienna struktura np. raz gąbką do mycia, raz szczotką, raz klockiem itd.)
* **Ściskanie piłeczek, maskotek, przedmiotów gumowych** (gniotki, balony z kaszą, z ryżem).
* **Darcie gazet, gniecenie, robienie kulek z gazety lub bibuły.**

Ważnym elementem terapii są **ćwiczenia rozwijające znajomość schematu ciała i orientację w przestrzeni**. Możemy robić je przed lustrem po to, by dziecko widziało swoje ruchy i miało możliwość współpracy z drugą osobą i nawiązania kontaktu.

Przykładowe ćwiczenia:

* **Poznawanie granic własnego ciała, rozwijanie świadomości** (nazywanie, odczuwanie poszczególnych części ciała, wskazywanie ich u siebie i u dziecka)
* **Odbieranie bodźców słuchowych z różnych kierunków**
* **Odbieranie bodźców czuciowych z różnych części ciała**
* **Doświadczenie ruchu w przestrzeni-** huśtanie, balansowanie, sadzanie na sakwie lub wózku, wspólne zabawy z dzieckiem. Przyrządy do stymulacji przedsionkowej jakie można wykorzystać to: krzesło obrotowe, hamak, duża piłka, sakwa. Ważne jest aby stwarzać dziecku warunki do aktywności ruchowej i poczucia bezpieczeństwa.

**Nie zapominajcie drodzy rodzice o treningu czynności samoobsługowych, (**spożywanie posiłków, mycie i toaleta, ubieranie, komunikowanie o swoich potrzebach fizjologicznych, poruszanie się w najbliższym otoczeniu). Pamiętajcie, że wszystkie te czynności mają na celu kształtowanie poczucia sprawczości i zwiększenie samodzielności waszych dzieci. **Ważne abyście w miarę możliwości wspierali swoje dziecko w czynnościach dnia codziennego, ale o ile nie jest to konieczne i niezbędne - nie wyręczali go.**

Zapraszam do zabawy i zdobywania nowych doświadczeń!

Bibliografia

– A.J. Ayres, Dziecko a integracja sensoryczna,

 – J. Biel, Integracja sensoryczna. Skuteczne strategie w terapii dzieci i nastolatków,

 – L.J. Miller, Dzieci w świecie doznań. Jak pomóc dzieciom z zaburzeniami przetwarzania sensorycznego?

