

SCENARIUSZ ZAJĘĆ WCZESNEGO WSPOMAGANIA ROZWOJU METODĄ PERCEPCYJNO-MOTORYCZNA N. KEPHART'A

Opracowanie: Natalia Mikos

Temat zajęć: Moja prawa i lewa strona ciała.

Odbiorcy: dzieci w wieku 6-8 lat; zaburzenia lateralizacji, dominacja ruchów obustronnych, zaburzenia motoryki małej i dużej, niezgrabne, mało precyzyjne ruchy

Rozwijane kompetencje:

- Porozumiewanie się w języku ojczystym:
 - kształtowanie gotowości do nauki pisania i czytania
 - kształtowanie umiejętności porozumiewania się z dorosłym,
 - zgodne funkcjonowanie w sytuacjach zadaniowych.
- Matematyczne i podstawowe kompetencje naukowo-techniczne:
 - powtarzanie procedur,
 - wykonywanie instrukcji.
- Umiejętność uczenia się:
 - konsekwencja,
 - świadomość,
 - uczenie się ukierunkowane na osiągnięcie celu,
 - przygotowanie do różnych form nauki,
 - gospodarowanie własnym czasem,
 - wspieranie samodzielności.
- Kompetencje społeczne i obywatelskie:
 - Kształtowanie sprawności fizycznej.

Cele ogólne:

- Kształtowanie orientacji w schemacie ciała, odróżnianie lewej strony ciała od prawej.
- Kształtowanie umiejętności posługiwania się jedną stroną ciała niezależnie od drugiej.
- Rozwijanie umiejętności ruchowych dziecka.
- Doskonalenie precyzji wykonywanych ruchów.
- Rozwijanie koordynacji wzrokowo-ruchowej.
- Nauka równowagi.
- Próba ustalenia lateralizacji.
- Kształtowanie umiejętności przekraczania linii środkowej ciała.
- Wydłużanie czasu skupienia uwagi na zadaniu.
- Doskonalenie umiejętności rozumienia i wykonywania poleceń.

Cele operacyjne

Dziecko:

- Potrafi samodzielnie rozróżnić stronę ciała prawą od strony lewej.
- Potrafi posługiwać się jedną stroną ciała niezależnie od drugiej.
- Potrafi precyzyjnie wykonać zadanie ruchowe.
- Potrafi samodzielnie przejść ścieżkę równoważną.
- Potrafi przekraczać linię środkową ciała.
- Potrafi skupić się na wykonywanym zadaniu.
- Rozumie i potrafi samodzielnie wykonać polecenie.

Środki dydaktyczne:

- duży arkusz białego lub szarego papieru,
- taśma malarska,
- długopis i gruby flamaster,
- 10 kwadratów czarnych i 10 kwadratów czerwonych (10 cm x 10 cm)
- kartki z odpowiednimi wzorami,
- piłka na sznurku.

PRZEBIEG ZAJĘĆ

UWAGA: Obserwuj uważnie dziecko. Jeżeli zaobserwujesz, że dziecko lepiej posługuje się jedną ze stron, kładź większy nacisk na ćwiczenia tej strony ciała.

1. „Rozpoznawanie części ciała”:

Poproś dziecko, aby stanęło przed Tobą i wydawaj następujące polecenia:

- dotknij nosa, dotknij brzucha, dotknij głowy, dotknij ust;
- dotknij prawego kolana, dotknij prawego ucha, dotknij prawej stopy;
- dotknij lewego kolana, lewego ucha, lewej stopy.

2. Zabawy przy papierowej planszy

1) „Zabawa zegarowa”:

Plansza z zaznaczonymi na obwodzie koła punktami (0-wewnątrz koła, 1-8-na obwodzie) - całość przypomina zegar. Istota zabawy polega na przemieszczaniu rąk dziecka rozłożonych na podanych cyfrach na inne cyfry wskazywane przez Ciebie. Ręce powinny być przenoszone jednocześnie, zamierzone cele-cyfry powinny być osiągnęte w tym samym czasie.

2) „Leniwa ósemka”:

Na dużej kartce narysowana jest cyfra osiem, w pozycji poziomej. Zadaniem dziecka jest prowadzenie ręki i flamastra po tej figurze linii ciągłej bez odrywania kredy od planszy. Zachęcaj dziecko, aby ćwiczenia wykonywało lewą i prawą ręką, raz w jedną raz w drugą stronę.

3. Zabawy ruchowe

1) „Równoważnia” (pomoc w nauce równowagi i lateralizacji): Przyklej na podłodze w linii prostej taśmę malarską i poproś dziecko o wykonanie następujących zadań:

- posuwanie się do przodu (wolno, szybko, bieg)
- posuwanie się do tyłu (przy pomocy osoby dorosłej, może się obejrzyć, szukać stopą podłoża)
- posuwanie się bokiem (staje na lewym końcu, odsuwa prawą nogę)
- zawracanie i odbijanie się (polecenie aby dziecko przeszło przodem albo tyłem i wróciło można początkowo skrócić długość marszu)

2) „Chodzenie po kamieniach”: Dziecko chodzi po ułożonych 10 kwadratach czerwonych i 10 czarnych, lewą nogą po czarnych, prawą po czerwonych.

3) „Kaczy chód, skok królika, chód kraba”

- Kaczy chód – poleć dziecku oprzeć ręce na kolanach i zrobić niski skłon. Poproś, aby szło do przodu w tej pozycji. Może ono również założyć ręce z tyłu za złączonymi dłońmi i palcami skierowanymi do tyłu, co imituje ogon kaczki.
- Skok królika – poleć dziecku, aby oparło ręce na podłodze i zgięło mocno nogi w kolanach. Poproś, aby przesunęło ręce do przodu i opierając je na podłodze, przesunęło stopy w skoku do przodu pomiędzy ręce. Tak powtarzając czynność niech dziecko przesuwa się po całym pokoju.
- Chód kraba – poleć dziecku przykucnąć i przechylając się w tył oprzeć ręce płasko na podłodze poza sobą, nie siadając. Poproś, aby chodziło bądź biegało w tej pozycji. Powinno ono trzymać głowę, szyję i tułów wyprostowane.

4) „Orły na śniegu”

Ruchy obustronne – dziecko leży na plecach rękami wzdłuż ciała, nogi proste. Poproś dziecko o rozłożenie nóg w bok tak daleko jak potrafi. Następnie poproś o to samo tylko z rękami, tak aby zetknęły się razem nad głową dziecka. Zadanie to można wykonywać zmieniając tempo ruchów – „poruszaj szybko”, „poruszaj wolno”. Pięty nie odrywają się od podłogi, przy łączeniu dziecko może nimi lekko uderzać, a łącząc ręce, może klasnąć na głowę. Kiedy dziecko opanuje te czynności oddzielnie, można je poprosić by rozsuwało ręce i nogi jednocześnie.

Ruchy jednostronne i przeciwstawne – poleć dziecku przesunąć jedynie prawą nogę do odchylonej pozycji. Z kolei poproś o przywrócenie jej do pierwotnej pozycji. Zawsze zatrzymuj się na końcu każdego ruchu, pozwalając dziecku oswoić się z nową postawą. Następnie poproś o wykonanie takiego samego ruchu jedynie lewą nogą, prawym ramieniem i tylko lewym ramieniem. Kiedy dziecko opanowało powyższe ruchy poleć mu by poruszyło jednocześnie prawą nogę i prawe ramię. Następnie poproś o poruszenie lewej nogi i lewego ramienia. Po opanowaniu tych ruchów należy wprowadzić ruchy przeciwstawne. Poleć jednocześnie poruszyć lewą nogę i prawe ramię. Później odwrotnie – prawa noga, lewe ramię. Wszystkie ruchy można wykonywać w sposób wolny lub szybki.

5) „Piłka Marsdena” (lanka)

Piłka Marsdena – do jej przygotowania potrzebujemy miękkiej piłki wielkości piłki do tenisa oraz sznurka, który przymocujemy do niej by ją zawiesić.

Dziecko leży na plecach przed zwisającą piłką na wyciągnięcie ramienia. Wpraw piłeczkę w ruch, a dziecko ma ją obserwować. W trakcie tego jak piłka się kołysze dziecko otrzymuje różne polecenia, np. dotknięcia piłki palcem (musi tego dokonać jednym ruchem). Następnie dziecko zgina rękę w łokciu, trzyma ją przy ramieniu z wyciągniętym palcem wskazującym. Kiedy piłka przebiega przed nim, jego zadaniem jest wyrzucenie ręki do przodu i dotknięcie piłki.

4. Zabawy przy stolikach

1) „Rytm”:

Odzworowanie rytmu pokazanego dziecku przez Ciebie (jedna ręka, dwie, przechodzenie z ręki do ręki). Rytmu jednostronne, obustronne.

Rytmu jednostronne – siadamy naprzeciwko dziecka i uderzamy jedną ręką o stół. Należy wybijać stały wzorzec rytmu, w którym wszystkie uderzenia są równej długości i wykonywane są w równych odstępach czasu (*da-da-da-da*). Poproś dziecko, aby powtórzyło wykonaną przez Ciebie czynność. Następnie wykonaj rytm dwu- i trzytaktowy. Ponownie poproś dziecko i powtórzenie czynności. Dziecko powinno wykonać to ćwiczenie zarówno ręką dominującą jak i drugą ręką oraz oburącz.

2) „Wodzenie po śladzie”:

Dziecko dostaje wzór z „leniwą ósemką”. Wodzenie palcem po kształcie leniwej ósemki po prawej stronie ciała prawą ręką, po lewej stronie ciała lewą ręką w obu kierunkach. Ćwiczenie to pozwala obserwować dziecku podobieństwa i różnice płynące z wykonywania ruchów po jednej i drugiej stronie ciała. Wymagaj także od dziecka precyzji w wodzeniu po śladzie. W późniejszym etapie można wykonywać ćwiczenia z przekraczaniem linii środka.

Z drugiej strony kartki narysuj dwa koła i poproś dziecko o, aby wodziło po śladzie jedną ręką oraz obiema jednocześnie.

3) „Łączenie kropek”:

Dziecko dostaje kartkę papieru, na której będziesz zaznaczał kropki. Zadaniem dziecka będzie łączenie ich po kolei. Należy pamiętać, że dziecko musi skończyć wykonywać ruch zanim Ty narysujesz kolejną kropkę.

5. Część końcowa:

Zabawa w „minutkę”: Dziecko siedzi na krześle i ma zamknięte oczy. Poproś dziecko o wstanie z krzesła, w momencie gdy w jego mniemaniu minie minuta.