Mońki 01.12.2020r.

**ZAJĘCIA INTEGRACJI SENSORYCZNEJ**

CELE I ZADANIA:

1. Poprawa ogólnej sprawności motorycznej

2. Wzmocnienie siły mięśniowej.

3. Eliminowanie ograniczeń w stawach.

4. Dostarczanie prawidłowych wzorców psychomotorycznych w tym budowanie i uzyskanie wzorca prawidłowej postawy i prawidłowego przenoszenia ciężaru ciała.

5. Stymulacja koordynacji wzrokowo-ruchowej, wzrokowo-słuchowej oraz wzrokowo- ruchowo- czuciowej.

6. Odczuwanie własnego ciała.

7. Wiary we własne siły.

8. Umacnianie poczucia godności.

METODY REALIZACJI PROGRAMU:

# Metody nauczania pojedynczych ćwiczeń ruchowych

# Metody nauczania ćwiczeń ruchowych w zależności od charakteru i rodzaju postrzegania zmysłowego: ◦ oglądowa, ◦ słowna ◦ oddziaływania proprioceptywnego - rozwijająca czucie ruchu i położenia części ciała względem siebie, ◦ oddziaływania sensorycznego.

# Metody stosowane na zajęciach w zależności od rodzaju zadań: ◦ odtwórcza, ◦ naśladowcza, ◦ zadaniowa◦ programowanego uczenia się, ◦ praktyczne (usamodzielniające), ◦ zabawowo-naśladowcza, ◦ bezpośredniej celowości ruchu, ◦ kreatywne (twórcze) ,

FORMY REALIZACJI PROGRAMU**: ◦ indywidualna**

Zajęcia integracji sensorycznej wymagają postępowania dydaktycznego, w trakcie którego zakres ćwiczeń ruchowych, stopień trudności, formy, metody i zasady będą dostosowane do psychofizycznego i motorycznego rozwoju oraz wydolności organizmu dziecka. Podczas przeprowadzenia zajęć należy wziąć pod uwagę: • istniejącą dysfunkcję dziecka – zaburzenia sensoryczne, • wiek • cechy indywidualne preferencje dziecka, • oraz wpływ środowiska.

Podczas terapii terapeuta będzie dobierać ćwiczenia (w formie zabawy dostosowanej do wieku dziecka), które stymulują zmysły dziecka i prowadzą do poprawy umiejętności odbierania i przetwarzania wrażeń zmysłowych, nauczenia się planowania ruchu, lepszego poznania swojego ciała, opanowania ruchów precyzyjnych itp.

Ewaluacji poddane będą różne formy i metody oraz ich skuteczność w realizacji zamierzonych celów. Przedmiotem ewaluacji należy uczynić zmiany w zachowaniu i postawie dziecka, a także wyrównania dysfunkcji procesów sensorycznych. W tym celu wykorzystana będzie ocena zachowania dziecka w różnych sytuacjach jak i obserwacja.

Magda Obuchowska

Mońki 01.12.2020r.

PROGRAM ZAJĘĆ INTEGRACJI SENSORYCZNEJ ………………………………………………………………

1. Stymulacja układu przedsionkowego i proprioceptywnego:

• Skoki obunóż w miejscu, do przodu, do tyłu, na boki,

• Podskoki, skoki żabki,

• marsz z wymachami rąk i nóg,

• zeskakiwanie z ławeczki,

• toczenie się po materacu w różnych kierunkach,

• wbieganie i zbieganie z pochylni,

• przysiady i wstawanie,

• turlanie się po podłodze z nogami wyprostowanymi i rękami ułożonymi wzdłuż ciała

• masażyki paluszkowe

• naleśnik zwijanie dziecka w koc, następnie dociskanie pleców, pośladków, rąk, nóg, z wykorzystaniem woreczków, jeżyków,

• zabawy w przepychanie i siłowanie się,

• masaż szerokim pędzlem,

• przeciąganie liny,

• chodzenie po dywanikach fakturowych,

2. Usprawnianie układu dotykowego:

• kreślenie na plecach dziecka znaków, figur, cyfr, liter,

• robienie kul z papieru o różnej fakturze i rzucanie nimi do celu,

• smarowanie dłoni pianką do golenia, kisielem, farbami,

• dotykanie poszczególnymi palcami odpowiednich faktur,

• różnicowanie szczypania, drapania, opukiwania, oklepywania,

• opukiwanie dłoni klockiem,

• szukanie ukrytych drobnych przedmiotów w koszu wypełnionym kasztanami, piłeczkami, makaronem, ryżem.

1. Ćwiczenia kształtujące obraz i schemat ciała oraz orientację przestrzenną:

• nazywanie i dotykanie poszczególnych części ciała

• rzucanie woreczków wg instrukcji: do góry, do tyłu, w lewo, w prawo w dół,

• dotykanie i poruszanie prawymi i lewymi częściami ciała

• wrzucanie woreczków do kosza ustawionego przed dzieckiem zgodnie z instrukcją: prawą ręką dwa woreczki, lewą ręką jeden woreczek,

• poruszanie się wg instrukcji: zrób dwa kroki do przodu, trzy kroki do tyłu, jeden w prawo,

• zabawa w lustro – powtarzanie ruchów drugiej osoby,

1. Rozwijanie ogólnej koordynacji ruchowej i sekwencyjności:

• Czołganie się po podłodze w przód i tył,

• rzucanie do celu tyłem,

• kreślenie symetrycznych kół stopami i łokciami,

• chodzenie po ławeczce w przód, tył, bokiem, zrzucanie nogą woreczków, chodzenie z woreczkiem na głowie,

• klaskanie dłońmi nad głową, z przodu z tyłu i po bokach,

• strzelanie goli do bramki za pomocą kija hokejowego,

• czworakowanie bokiem,

• zabawy z szarfami i chorągiewkami – symetryczne ruchy rąk,

1. Ćwiczenia ruchów naprzemiennych:

• dotykanie na zmianę prawą ręką lewego kolana i lewą ręką prawego kolana,

• skoki pajacyka,

• uderzanie prawą ręką w lewe udo i lewą w prawe,

• w pozycji na czworakach: prostowanie prawej ręki i lewej nogi, oraz lewej ręki i prawej nogi,

• w leżeniu na plecach: chwytanie prawą ręką lewej pięty i lewą prawej,

• przeskakiwanie z nogi na nogę w różnym tempie i zgodnie z rytmem,

1. Kształtowanie odruchu obronnego:

• dziecko w siadzie prostym popychamy na boki, aby doprowadzić je do podparcia raz na prawej i raz na lewej ręce.

• Walki kogutów,

• popychanie dziecka będącego w klęku prostym zmuszając je do podparcia się na rękach.

1. Stymulacja sfery oralnej:

* masaż ciała z pominięciem szyi i głowy jako przygotowanie dziecka do stymulacji dotykowej
* masaż okolic głowy (szyja, barki) – głaskanie, rozciąganie i ściąganie skóry, poklepywanie
* masaż głowy – głaskanie, klepanie, ugniatanie, ostukiwanie
* masaż twarzy (kolejno: policzki, skronie, broda, okolice ust) – głaskanie, ugniatanie, opukiwanie, pukanie, poszczypywanie, rozcieranie, rozciąganie okolic warg, obrysowywanie warg palcem, kostką lodu, dotykanie zimnymi/ciepłymi butelkami, szczoteczką do zębów, szczoteczką do masażu dziąseł
* masaż twarzy według koncepcji Shantali
* masaż według koncepcji Castillo-Moralesa
* masaż wnętrza jamy ustnej – wargi, dziąsła, podniebienie, język, policzki, zęby; masaż można wykonać najmniejszym palcem (reguły robi to mama) albo przy użyciu szczoteczki silikonowej, szczoteczki z miękkiego włosia, szczoteczki do zębów,

Dodatkowo w eliminowaniu nadwrażliwości oralnej można zastosować:

* stymulacje termiczną (dotykanie wewnętrznej i zewnętrznej części buzi naprzemiennie zimną i ciepłą łyżeczką, wpryskiwanie do buzi naprzemiennie zimnej i ciepłej wody)
* stymulację wibracyjną – punktowy masażer wibracyjny, elektryczna szczoteczka do zębów; należy zachować szczególną ostrożność w przypadku dzieci chorych na epilepsję
* stymulację fakturową – dotykanie twarzy: pędzlem, futerkiem, kolczastą piłeczką, piórkiem, folią itp.
* trening węchowy (podawanie pojemniczków zapachowych np. wanilia, cytryna, ocet, lawenda itp.)
* podawanie twardych przekąsek (marchew, skórka od chleba)
* logopedyczne ćwiczenia języka, warg oraz ćwiczenia oddechowe:

wysuwanie języka i poruszanie nim, zlizywanie z warg, podniebienia, zębów: kremu czekoladowego, miodu itp., dotykanie językiem zębów (liczenie),odklejanie językiem z podniebienia np. ryżu dmuchanego, opłatka itp., oblizywanie warg, żucie gumy, picie płynów przez słomkę, robienie burzy w szklance wody przy użyciu słomki, cmokanie, kląskanie, zaciskanie zębów, wysuwanie żuchwy, wymawianie samogłosek ustnych z przesadna artykulacją, zakładanie zębów na górną, na dolną wargę, bańki mydlane, gaszenie świeczki, chrapanie, przenoszenie przy użyciu słomki np. papierowych rybek do stawu itp.

Magda Obuchowska