

Program psychostymulujący dla dzieci
uczęszczających do Niepublicznego Żłobka
„Pluszowy Miś” w Markach

(program do wewnętrznego użytku)

autor:

Grażyna Kaliszewska

Wstęp

W życiu małego dziecka szczególną rolę przypisuje się jego umiejętności poznawania otaczającego świata, rozumienia go, dostrzegania związków w nim zachodzących i współdziałania. Nie każde dziecko przebywa tę trudną drogę w taki sposób, jak byśmy tego oczekiwali.

Poznanie możliwości i potrzeb dziecka pozwala nam na takie planowanie pracy, by maksymalnie wykorzystać naturalny potencjał dziecka, a także stworzyć mu warunki i możliwości doświadczania w różnych warunkach i sytuacjach. Każde dziecko posiada wrodzone mechanizmy poznawcze są to; naśladownictwo i popęd poznawczy.

Cele programu

Program daje możliwości wyboru odpowiedniego poziomu ćwiczeń w danym obszarze, dostosowanych do umiejętności i możliwości dziecka. Tak więc możemy pracować z dzieckiem jednocześnie na dwóch poziomach, np.; prowadzimy zajęcia z dzieckiem z zakresu motoryki dużej i małej na poziomie podstawowym gdyż funkcja ta jest słabiej rozwinięta, oraz prowadzimy ćwiczenia i zabawy z zakresu percepcji i pamięci słuchowej oraz koordynacji słuchowo- ruchowej.

Cele;

- prowokowanie do podjęcia aktywności własnej ;
- ćwiczenia koncentracji uwagi;
- usprawnianie koordynacji wzrokowo – ruchowych;
- rozwijanie bądź usprawnianie percepcji słuchowej i koordynacji słuchowo- wzrokowo- ruchowe;
- wzbogacenie zasobu słownictwa;
- stymulowanie ogólnego rozwoju dziecka;
- wyrównywanie dysharmonii rozwojowych, korygowanie zaburzonych funkcji;
- kompensowanie braków w rozwoju fizycznym i psychicznym;
- maksymalne usprawnianie i rozwijanie zaburzonych funkcji psychicznych i fizycznych.

Metody, formy i zasady pracy wykorzystywane przy realizacji programu

Praca z małym dzieckiem wymaga od opiekunów umiejętności przekazywania wiedzy, zachęcenia do podjęcia wyzwań, stwarzania sytuacji problemowych oraz podejmowania prób ich rozwiązywania. Aby zachęcić dziecko do podjęcia działań, opiekun wykorzystuje w swej pracy metody, które poprzez różne formy aktywności dziecka sprowokują je do wspólnych doświadczeń.

Wśród metod, które pomogą opiekunowi w realizacji wyznaczonego celu, można wyróżnić można ich grupy:

- wspierające rozwój dziecka;
- stymulujące rozwój dziecka;
- aktywizujące;
- kompensacyjne;
- korygujące;
- usprawniające.

Dziecko za pomocą tych metod, poprzez podstawową formę aktywności, jaką jest zabawa, zdobywa nowe wiadomości, umiejętności, może poznawać poprzez przeżywanie i samodzielne doświadczanie, uczy się współdziałania i współżycia w grupie, mając jednocześnie zapewnione poczucie bezpieczeństwa.

Bogaty wybór metod, jakie oferuje pedagogika pozwala opiekunowi na dobranie metody do indywidualnych potrzeb dziecka. Znajomość metod pozwala na ich łączenie. Muszą one być koniecznie wzbogacone własnymi przemyśleniami i pomysłami. Są to między innymi:

- elementy metody Ruchu Rozwijające Weroniki Sherborne;
- wybrane techniki relaksacyjne;
- elementy metody Wspierania Rozwoju - „Terapia bajką”;
- elementy kinezylogii edukacyjnej P. Denisona;
- elementy dobrego Startu wg M. Bogdanowicz;
- metoda malowania dziesięcioma palcami (Finger – Painting);
- metoda „Terapia Zabawą”;
- elementy metody – Pedagogika Zabawy.

Każdy opiekun przy wyborze metod kieruje się przede wszystkim ich skutecznością, własnym doświadczeniem i upodobaniami. Obowiązuje go jednak przy każdym etapie pracy zasady dydaktyki.

Są to:

- zasada życzliwej pomocy, stwarzanie warunków poczucia bezpieczeństwa;

- zasada kształtowania pozytywnej atmosfery;
- zasada akceptacji;
- zasada aktywności;
- zasada systematyczności;
- zasada indywidualizacji;
- zasada stopniowania trudności;
- zasada wiązania teorii z praktyką.

Podczas pracy opiekun wykorzystuje różne formy organizacji pracy. Od pracy zbiorowej do pracy indywidualnej z dzieckiem.

Współpraca z rodzicami

Aby osiągnąć pełen sukces podczas realizacji programu psychostymulacji prowadzonego w placówce, należy wprowadzić także rodziców.

Rola rodziców w tej szczególnej formie pracy jest wyjątkowa. Częste świadome i wielopłaszczyznowe kontakty rodziców z opiekunami gwarantują stały dopływ informacji zwrotnej o postępach, sukcesach czy też porażkach dzieci.

Współpraca rodziców z opiekunami, a także możliwość wymiany doświadczeń między rodzicami oraz współuczestnictwo w zajęciach (indywidualnych, otwartych) uroczystościach i imprezach poza terenem placówki, pozwalają na stworzyć sytuację do czynnej obserwacji, działalności na rzecz własnego dziecka.

Harmonijnie układająca się współpraca z rodzicami jest także ważna dla rozwoju opiekuna. Przede wszystkim stale aktywizuje go i zachęca do intensywnego działania na rzecz dzieci, praca jego staje się łatwiejsza, daje coraz lepsze efekty i więcej osobistej satysfakcji.

Treść i struktura programu

Program obejmuje trzy poziomy pracy;

I. Poziom pierwszy - poziom zmysłowy jego zadania opierają się przede wszystkim na dostarczaniu bodźców, mających na celu pobudzenie zmysłów małego dziecka. Obejmuje on ćwiczenia w obszarach; dotyku, smaku, wzroku, słuchu i węchu a ponadto ćwiczenia oddechowe, które mają na celu przygotować dziecko do nauki mowy oraz ćwiczenia rozwijające sprawność ruchową.

II. Poziom drugi – poznawczy zawiera ćwiczenia mające na celu stymulowanie rozwoju poprzez doświadczenia w zabawie i obserwację efektów swoich działań. Są to:

- ćwiczenia rozwijające percepcję i pamięć wzrokową
- ćwiczenia percepcji, pamięci słuchowej i koordynacji słuchowo-ruchowej

- ćwiczenia z zakresu rozwoju mowy i myślenia
- ćwiczenia motoryki dużej i małej
- ćwiczenia orientacji przestrzennej

I POZIOM ZMYŚLOWY – CZYLI POZNANIE POPRZECZ ZMYŚŁY

Ćwiczenia zmierzające do poznania samego siebie.

1. Ćwiczenia pozwalające na poznanie własnych rąk; zaciskanie pięści, otwieranie dłoni, składanie dłoni na stronie wewnętrznej i zewnętrznej (palce przylegają do siebie), rozkładanie dłoni na stronie wewnętrznej i zewnętrznej (palce rozstawione), łączenie dłoni stroną wewnętrzną, zewnętrzną, poruszanie kolejno palcami dłoni, łączenie palców obu dłoni jednocześnie i po kolei;
2. Poznawanie rąk; wyczuwanie ramion, łokci nadgarstków;
3. Wyczuwanie dłoni, palców poprzez uderzanie w swoje nogi i w podłogę (jedną ręką, obiema, palcami);
4. Ćwiczenia pozwalające na poznanie i wyczuwanie własnych nóg; dotykanie stopą podłoża, uderzanie stopą, o podłoże, uderzanie piętą o podłoże, łączenie stóp, klaskanie stopami, chodzenie na całych stopach, chodzenie na piętach, chodzenie na palcach, chodzenie na sztywnych nogach i miękkich nogach, bieganie;
5. Wyczuwanie swojej głowy z otwartymi, następnie zamkniętymi oczami;

Ćwiczenia zmierzające do poznania doznań termicznych

W tej grupie zabaw znajdziemy:

- zabawy i ćwiczenia w wodzie
- zabawy i ćwiczenia z wodą

Propozycje zabaw i ćwiczeń;

- „ Idzie deszcz”
- * uderzenie dłońmi o powierzchnię wody (chlap, chlap)
- * skrapianie drobnymi kropelkami wody (kap, kap)
- * uderzanie palcami o wodę (chlup, chlup)
- * wrzucanie wybranego przedmiotu do wody (plusk, plusk)
 - „ Gdzie twoja ręka” - ćwiczenia w rozróżnianiu części ciała (polewanie wodą kolejno wskazywanych części ciała)
 - „ Przelewanki” (napełnianie pojemnika na wodę i przelewanie z jednego naczynia do drugiego)
 - „ Pływające przedmioty” (wkładanie do wody pływających przedmiotów, zabawy co pływa, co tonie)

Ćwiczenia zmierzające do rozpoznania różnych struktur powierzchniowych

Dostarczane przedmioty do ćwiczeń powinny mieć zróżnicowaną strukturę. Pozwoli to na rozwijanie i przeżywanie różnych doświadczeń zmysłowych.

Propozycje zabaw i ćwiczeń:

- wyczuwanie powierzchni po której chodzę
- dotykanie materiałów różnymi częściami ciała
- czarodziejski worek(wyszukiwanie, rozpoznawanie, wskazywanie na obrazku, odgadywanie nazw przedmiotów)
- różnicowanie i grupowanie przedmiotów
- segregowanie przedmiotów ze względu na powierzchnię – łączenie w pary
- zabawy z wykorzystywaniem materiału plastycznego

Ćwiczenia zmierzające do poznania drugiej osoby, sposobu komunikowania i przekazywania informacji i emocji drugiemu człowiekowi

Dziecko od pierwszych dni życia uczy się ich rozumienia, poprzez obserwację, naśladownictwo, zdobywa doświadczenie i poznaje otoczenie.

Propozycje zabaw i ćwiczeń

- naśladowanie wydawanych odgłosów, wskazywanych części ciała, czynności samoobsługowych, itp.
- rozwijanie umiejętności współdziałania z drugą osobą(poklepywanie, kołysanie, prowadzenie, uderzanie, ciągnięcie itp.)
- przekazywanie i odbieranie informacji, uczuć, emocji(„ zgadnij co robię”, „ zgadnij jaki jestem”, „ pokaż jaki jestem”)

Ćwiczenia rozwijające zmysł smaku i węchu

Dostarczając dziecku różnych doznań smakowych i zapachowych poprzez zabawy i ćwiczenia pobudzające zmysł smaku i węchu, rozszerzamy i wzbogacamy jego zakres doświadczeń.

Propozycje zabaw i ćwiczeń

1. Rozpoznawanie smaku:

- próbowanie dobranych przez opiekuna pokarmów - kojarzenie smaków z obrazkiem
- przedstawianie odebranych bodźców smakowych
- określanie smaku

- wyszukiwanie obrazków, przedmiotów posiadających takie same walory smakowe
- poznawanie po smaku i nazywanie przyjmowanych pokarmów

2. rozpoznawanie zapachów:

- rozpoznawanie zapachów i identyfikowanie ich z produktem, obrazkiem
- zagadki zapachowe

Podczas prezentacji zapachów należy unikać tych bardzo drażniących.

Ćwiczenia rozwijające percepcję wzrokową i koordynację wzrokowo – ruchową

Ćwiczenia na pierwszym etapie dotyczą pierwszego etapu poznania – poznania globalnego, poznania wielozmysłowego. Oznacza to, iż na tym poziomie będą przeważać ćwiczenia łączące spostrzeżenia wzrokowe, słuchowe, dotykowe, węchowe i ruchowe. Ćwiczenia przedstawione poniżej mają za zadanie rozwijanie kontroli nad posiadanym przedmiotem, kontroli ruchów, koordynacji własnej ręki i oka.

Propozycje zabaw i ćwiczeń

- ćwiczenia manipulacyjne (rozpoznawanie przedmiotu przez dotyk)
- ćwiczenia rozwijające percepcję wzrokową i koordynację wzrokowo- ruchową(wskazywanie i nazywanie przedmiotów otaczających dziecko, łączenie nazwy z przedmiotem, wyciąganie ręki po wskazany przedmiot, trzymanie i przekładanie danego przedmiotu z ręki do ręki, wskazywanie przedmiotów na obrazku, dobieranie takich samych, dopasowywanie obrazka do przedmiotu, oglądanie obrazków i opowiadanie o nich, wkładanie klocków wg kształtu, pogrubianie i odwzorowywanie linii, zabawy piłką itp.)

Ćwiczenia rozwijające percepcję słuchową

Słuch jest zdolnością odbioru dźwięków. Podstawowym warunkiem prawidłowych spostrzeżeń słuchowych jest prawidłowo funkcjonujący analizator słuchu.

Ćwiczenia wrażliwości słuchowej

Ćwiczenia te mają za zadanie kształtowanie i rozwijanie umiejętności odbierania, rozpoznawania oraz naśladowania odgłosów, dźwięków z najbliższego otoczenia.

Propozycje zabaw i ćwiczeń

- wysłuchiwanie i rozpoznawanie dźwięków naturalnych (wysłuchiwanie, wskazywanie, przyporządkowanie na obrazku)
- rozpoznawanie dźwięków dochodzących z otoczenia (odgłosy ulicy, sygnały pojazdów, dźwięki różnych urządzeń gospodarstwa domowego itp.)

- rozpoznawanie wytwarzanych dźwięków – szmerów(np.: uderzenie łyżeczka w szklankę , odbijanie piłki, rozpoznawanie siebie po głosie itp.)

Ćwiczenia wstępne do nauki mowy

Rozwój mowy u dzieci nie przebiega w jednakowy sposób. Jego prawidłowy rozwój zależy od wielu czynników:

- ogólna sprawność narządów artykulacyjnych
- poziom percepcji słuchowej(słuch fizjologiczny i fonetyczny, pamięć słuchowa, umiejętność kojarzenia)
- ogólny rozwój intelektualny

Propozycje zabaw i ćwiczeń

- ćwiczenia oddechowe (zabawy ze smoczkiem- wkładanie i wyjmowanie, cmokanie i gwizdanie, wciąganie i wypuszczanie powietrza, dmuchanie na przedmioty, wachanie kwiatków, wdechy i wydechy z podnoszeniem i opuszczaniem rąk, zdmuchiwanie różnych przedmiotów, zabawy ortofoniczne, zatrzymywanie oddechu, mówienie prostych znanych dziecku wyrazów na jednym wydechu)
- ćwiczenia artykulacyjne (ćwiczenia – warg i języka, podniebienia miękkiego, pierścieni zwierających gardło, szczęki dolnej , prawidłowego połykania)

Ćwiczenia przygotowujące do nauki mówienia

Ćwiczenia te mają za zadanie pobudzić wargi, język, podniebienie miękkie. Te ćwiczenia mają działanie uspokajające, koncentrujące. Należy pamiętać, iż narządy mowy szybko ulegają zmęczeniu więc nie należy przeforsować by nie doszło do zniechęcenia dziecka do dalszych ćwiczeń.

Propozycje zabaw i ćwiczeń

- wargi i język (obrysowywanie językiem warg, warczenie motoru, nadymanie policzków, parskanie koni, oblizywanie warg, układanie ust do pocałunku i uśmiechu, nagryzanie warg, unoszenie języka do góry itp.)
- podniebienie miękkie (ziewanie, wdech i wydech, naśladowanie odgłosów gęsi, naśladowanie odgłosów płukania gardła)
- pierścień zwierający gardło(dmuchanie przy zakrytym nosie, ziewanie, połykanie przy zamkniętym nosie, chrapanie)
- szczęka dolna(opuszczanie i podnoszenie szczęki, przesuwanie jej w lewo i w prawo, żucie)

- prawidłowe połykanie(unoszenie języka za górne zęby i przednie, śpiewanie sylab, picie i połykanie płynów, połykanie śliny)

Ćwiczenia rozwijające sprawność ruchową

Potrzeba ruchu jest zjawiskiem biologicznym człowieka. Dziecko stopniowo doskonali swoje podstawowe ruchy lokomocyjne oraz ruchy warunkujące wykonanie różnych czynności.

Tu znajdzie się zestaw ćwiczeń motoryki dużej i motoryki małej.

Propozycje zabaw i ćwiczeń

- motoryka duża (klaskanie, wstawanie, siadanie, sięganie po przedmioty, toczenie i chwytanie piłki, chodzenie po wyznaczonym torze, skakanie, chodzenie w tył)
- motoryka mała (chwytanie całą dłonią, otwieranie i zamykanie pudełek, gniecie, darcie, malowanie, dotykanie powierzchni o różnej fakturze)

II Poziom poznawczy

Zabawa jest podstawową formą aktywności dziecka. Podczas zabawy dziecko poznaje otaczający go świat, zdobywa o nim informacje, wzbogaca swoje doświadczenie i przyswaja coraz to nowe umiejętności.

Ćwiczenia rozwijające percepcję i pamięć wzrokową

Zmysł wzroku spełnia szczególną rolę w rozwoju procesów poznawczych i nabywaniu przez dziecko doświadczeń.

Propozycje ćwiczeń pamięci i percepcji wzrokowej

- obserwowanie (najbliższego otoczenia, przedmiotów, naśladowanie czynności)
- wyszukiwanie (przedmiotów, takich samych rzeczy, ukrytych)
- układanie (według wzoru, wznoszenie prostych budowli, dopasowywanie, łączenie)
- porównywanie (ze sobą różnych przedmiotów, dostrzeganie różnic, dostrzeganie niepasujących rzeczy, co się zmieniło)
- dobieranie i zgadywanie (dobieranie drugiego, zgadywanie co to jest)
- porządkowanie i grupowanie (klasyfikowanie)
- składanie
- wyodrębnianie i liczenie
- rysowanie i malowanie
- zabawa z masą – lepienie, wyklejanie

Ćwiczenia percepcji, pamięci słuchowej i koordynacji słuchowo - ruchowej

Rozszerzając zakres słyszanych i odtwarzanych dźwięków, a także prostych układów rytmicznych, słuch dziecka staje się wrażliwy, doskonali i przygotowuje się do dalszego etapu rozwoju.

Ćwiczenia wrażliwości słuchowej

- rozróżnianie dźwięków, odgłosów dochodzących z otoczenia
- rozpoznawanie wytwarzanych dźwięków(szmerów)
- różnicowanie i naśladowanie odgłosów zwierząt
- rozpoznawanie i naśladowanie zwierząt wskazanych na obrazku
- grupowanie przedmiotów wydających takie same dźwięki
- rozpoznawanie osób po głosie
- wysłuchiwanie i różnicowanie dźwięków ze względu na jego natężenie
- wysłuchiwanie zmian w tempie i głośności wydawanych, słyszanych dźwięków

Ćwiczenia spostrzegawczości słuchowej i koordynacji słuchowo – ruchowej

- wysłuchiwanie i różnicowanie powtarzających się dźwięków
- układanie, tworzenie szeregów rytmicznych
- odtwarzanie rytmu ilustrowanego układem przestrzennym

Należy pamiętać, aby proponowane ćwiczenia były dostosowane do możliwości indywidualnych każdego dziecka.

Rozwój mowy i myślenia

Rozwój mowy rozpoczyna się razem z rozwojem poznawczym dziecka. Dziecko uczy się rozumieć to, co do niego mówimy a dopiero później uczy się mowy.

Propozycje ćwiczeń

- ćwiczenia narządów mowy
- ćwiczenia oddechowe
- ćwiczenia i zabawy dźwiękonaśladowcze i mimiczne
- ćwiczenia rozwijające i wzbogacające słownik i pamięć słowną

Słuchanie nazw i wskazywanie odpowiadających im desygnatów;

- pokazywanie części ciała – np.: to moja głowa, dotknij swojej głowy – zbieranie zabawek – podaj lalkę itp.
- oglądanie książeczek z obrazkami tematycznymi
- słuchanie prostych rymowanek uczących znaczenia słów
- wyszukiwanie przedmiotów znajdujących się w pobliżu dziecka

- układanie przedmiotów, zabawek na półkach
- segregowanie przedmiotów

Powtarzanie nazw przedmiotów znajdujących się wokół dziecka;

- zabawa „Co to jest?” - podajemy rzecz i pytamy co to jest
- zabawa „Jaki to kolor?” - podajemy klocek żółty i pytamy
- liczenie zabawek ze wskazaniem

Samodzielne nazywanie;

- przedmiotów
- cech (jaki jest samochód)
- czynności
- kolorów
- części ciała
- wprowadzamy nie tylko nazwy przedmiotów ale i czynności, właściwości przedmiotów

Ćwiczenia rozwijające rozumienie prostych zdań, poleceń, czynności i prostych związków logicznych

- naśladowanie ruchów, prostych czynności
- słuchanie i rozumienie prostych poleceń słownych
- ćwiczenia samodzielnego wypowiedziania się
- prowokowanie do zadawania pytań
- ćwiczenia i zabawy doskonalące wypowiedź pod względem gramatycznym

Zarówno mowę, jak i myślenie kształtujemy podczas wszystkich zajęć, ważne jest, aby dziecko podczas wszystkich proponowanych zabaw miało dostarczone prawidłowe wzorce.

Ćwiczenia motoryki dużej i małej

Doskonalimy ogólną sprawność ruchową dziecka poprzez ćwiczenia, które nie powinny być zbyt długie, monotonne i nużące.

Propozycje zabaw i ćwiczeń

- ćwiczenia kształtujące postawę

- ćwiczenia w chodzeniu i bieganiu
- ćwiczenia równoważne
- ćwiczenia na czworakach
- ćwiczenia w toczeniu i rzucaniu
- ćwiczenia rąk
- ćwiczenia dłoni
- ćwiczenia palców

Ćwiczenia orientacji przestrzennej

Poprzez świadome organizowanie dziecku sytuacji i czynności wymagających rozumienia i znajomości pojęć przestrzennych zapewniamy dziecku właściwą drogę do rozwoju orientacji przestrzennej oraz do poznania i zrozumienia stosunków przestrzennych zachodzących w otoczeniu.

Propozycje zabaw i ćwiczeń

- poznanie własnego schematu ciała
- zapoznanie z umownymi oznaczeniami stron ciała
- zapoznanie ze znaczeniem określeń przyimkowych; na, pod, za, obok
- kształtowanie relacji ja – przedmiot

Ćwiczenia orientacji w schemacie ciała drugiej osoby stojącej naprzeciw

Ćwiczenia te polegają na wzajemnym przekazywaniu doświadczeń oraz przekazywaniu relacji przestrzennych w stosunku do drugiej osoby.

Propozycje zabaw i ćwiczeń

- ćwiczenia w parach (np. wg metody Ruchu Rozwijającego W. Sherborne)
- zabawy z naśladowaniem(zabawy przed lustrem, zabawa w lustro, rób to co ja itp.)

Ćwiczenia orientacji w przestrzeni

Ćwiczenia te mają na celu wdrażanie dziecka do rozumienia i stosowania określeń dotyczących położenia przedmiotów w przestrzeni.

Propozycje zabaw i ćwiczeń

- ćwiczenia z drugą osobą (stan przede mną, stań za mną itp.)
- ćwiczenia z przedmiotem (stań np.; za piłką, rzuć piłkę do góry)
- wskazywanie i nazywanie położenia przedmiotów w przestrzeni

