

Dominujące metody pracy edukacyjno - wychowawczej.

Realizując program wychowania przedszkolnego wykorzystujemy elementy wielu atrakcyjnych metod wspierających aktywność, samodzielność, zachęających do twórczych poszukiwań, pozwalających na ukazaniu możliwości i indywidualnego potencjału każdego dziecka. Stosowane aktywne metody nie tylko uatrakcyjnają zajęcia, wprowadzają nastrój tajemniczości ale wychodzą naprzeciw potrzebom dzieci, bazując na ich naturalnych, rozwojowych potrzebach, umożliwiając im edukację i wychowanie, poprzez aktywizowanie rozwoju psychofizycznego i społecznego, **głównie :**

Wspomaganie rozwoju umysłowego dzieci wg Edyty Gruszczyk - Kolczyńskiej i Ewy Zielińskiej

Jest niezmiernie ważne u wszystkich dzieci, nawet u tych, u których rozwój mieści się w normie. W szczególności jednak powinniśmy poświęcić uwagę dziecku, gdy pojawiają się trudności rozwojowe. Pani Edyta Gruszczyk Kolczyńska i Ewa Zielińska na podstawie długich obserwacji stworzyły program wspomagania rozwoju umysłowego łącząc go w jeden proces:

- intensywne wspomaganie rozwoju inteligencji operacyjnej dzieci,
- kształtowanie odporności emocjonalnej potrzebnej dzieciom do pokonywania trudności,
- rozwijanie umiejętności matematycznych dokonywanych w naturalnych sytuacjach życia codziennego, podczas nadarzających się okazji i wymaganych potem na lekcjach matematyki.
- Co wyróżnia ten program spośród innych form? Przedstawiany program, nawet gdy przeprowadza się go z dzieckiem bardzo intensywnie, nie jest dla dziecka przykry. Nie wiąże się z długotrwałym wysiłkiem. Jest to forma zabawy, radosnego działania dziecka.

Metoda Ruchu Rozwijającego Weroniki Sherborne

Ma na celu stworzyć dziecku okazję do poznania własnego ciała, usprawnienia motoryki, poczucia swojej siły, sprawności i w związku z tym możliwości ruchowych. Dziecko zaczyna mieć zaufanie do siebie, zyskuje też poczucie bezpieczeństwa. Podczas ćwiczeń ruchowych dziecko może poznać przestrzeń, w której się znajduje, przestaje ona być dla niego groźna. Czuje się ono w niej bezpiecznie, staje się aktywne, przejawia większą inicjatywę, może być twórcze. Dzielenie przestrzeni z drugą osobą nie musi być zagrażające, może stać się źródłem nawiązania bliskiego kontaktu, opartego na zaufaniu i współpracy, daje możliwość poczucia wspólnoty i przeżycia szczęścia. Warunkiem prowadzenia zajęć jest zabawowa, radosna atmosfera, możliwość osiągnięcia sukcesu w każdym ćwiczeniu i wspólna satysfakcja

z pokonywania trudności.

Metoda Dobrego Startu Marty Bogdanowicz

Jej założeniem jest jednoczesne rozwijanie funkcji językowych i funkcji spostrzeżeniowych: wzrokowych, słuchowych, dotykowych, kinestetycznych i motorycznych oraz współdziałania między tymi funkcjami, czyli integracji percepcyjno-motorycznej. Metoda dobrego startu wszechstronnie oddziałuje na rozwój psychomotoryczny dziecka i ułatwia naukę czytania i pisanie. Może być wykorzystywana w pracy z dziećmi prawidłowo rozwijającymi się w celu stymulowania rozwoju, jak i z dziećmi o zaburzonym rozwoju w celu rehabilitacji zaburzeń. Metoda spełnia również rolę profilaktyczną. Zapobiega występowaniu dysleksji rozwojowych, czyli specyficznych trudności w czytaniu i pisaniu, a tym samym niepowodzeniom szkolnym. Elementem uatrakcyjnającym zajęcia są odpowiednio dobrane do ćwiczeń piosenki o tematyce dziecięcej.

Metoda Kinezylogii Edukacyjnej Paula Dennisona

Polega na wykonywaniu zestawów ćwiczeń pomagających między innymi dzieciom mającym trudności z czytaniem, pisanem, z zapamiętywaniem, a także z nawiązywaniem kontaktów z otoczeniem, wspiera układ odpornościowy. Ważnym elementem ćwiczeń jest picie wody (nasz organizm w większości składa się z wody, picie wody pobudza energię). Woda jako najlepszy elektrolit zapewnia efektywne przyswajanie, przetwarzanie i przechowywanie informacji, a także sprawny przebieg elektrycznych i chemicznych procesów w mózgu i całym ciele. Metoda ta pobudza do rozwoju zablokowane wcześniej wskutek stresu, chorób lub błędów wychowawczych możliwości fizyczne intelektualne i psychiczne. Metodę tą wykorzystujemy nie tylko wobec dzieci sprawnych, ale przede wszystkim o specjalnych potrzebach. Odbývają się codziennie przed śniadaniem oraz podczas zajęć indywidualnych w gabinetach rewalidacji. Kinezylogia edukacyjna polega na wykonywaniu ćwiczeń fizycznych dobranych w taki sposób aby aktywizowały do pracy obie półkule mózgowe. Procesy myślenia i uczenia odbywają się nie tylko w głowie. Ciało gra integralną rolę w całej naszej aktywności intelektualnej, od najwcześniejszych ruchów aż do wieku starości. Od wczesnego niemowlęctwa poprzez całe życie ruch fizyczny odgrywa ważną rolę w tworzeniu sieci powiązań komórek nerwowych, które faktycznie stanowią istotę uczenia się. Każda półkula mózgowa rozwija i przetwarza informacje w specyficzny dla niej sposób. Używanie obu półkul mózgowych jest konieczne, by we wszystkim co robimy, być maksymalnie wydajnym i doskonałym. Ćwiczenia, które wykonujemy z dziećmi działają na obie strony ciała w równy sposób i angażują skoordynowane ruchy obojga oczu, uszu, rąk i stóp, a także mięśnie brzucha i pleców. Kiedy oboje oczu, uszu... jest używanych w równym stopniu, obie półkule i wszystkie cztery płaty mózgu są uaktywnione, zwiększa się funkcja poznawcza i zdolność uczenia się.

Gimnastyka mózgu może dać szansę rozwoju szczególnie w wieku przedszkolnym. Systematyczne stosowanie ćwiczeń może wpłynąć na pobudzenie różnych obszarów mózgu, polepszając koncentrację, pamięć, umiejętność przewidywania, myślenia, koordynację wzrokowo-ruchową, a także koordynację wzroku, słuchu i równowagi. Zauważono, że ćwiczenia z tego zakresu sprawiają dzieciom z naszego przedszkola dużo radości, i mimo iż czasami mają problem z ich wykonaniem co jest szczególnie widoczne w przypadku osób z odchyleniami w stanie zdrowia i rozwoju to jednak radzą sobie i chętnie ćwiczą.

Metoda Knillów

To programy aktywności opracowane przez Mariannę Knill i Christophera Knilla. Stanowią ramy, dzięki którym rozwija się kontakt społeczny, ruch i zabawa. Programy mogą być stosowane przez każdą osobę, która ma regularny kontakt z dzieckiem. Można je wykonywać codziennie i jeśli to możliwe o tej samej porze dnia. Podstawą jest to, że dziecku jest dane inne niż do tej pory zaplanowane i systematyczne, doświadczenie ruchów takich jak: naciskanie i kulanie przedmiotów, obracanie ich, pocieranie ich, przekładanie różnych rzeczy z ręki do ręki itp. Dziecko musi być świadome wykorzystywania swoich rąk, nóg, ust, ramion, stóp i całego swojego ciała podczas używania ich w tak prostych czynnościach jak jedzenie i ubieranie oraz podczas zabawy i w komunikacji z innymi. Muzyka powinna towarzyszyć wszystkim aktywnościom.

Drama

W metodzie tej chodzi o maksymalne zaangażowanie dziecka, które nie ma być nastawione na odbiór, lecz na działanie przez wcielanie się w różnorakie role. Drama urozmaica proces nauczania, ośmiela dzieci do działania, niweluje zahamowania oraz rozwija wyobraźnię. Ponadto wyzwala spontaniczne reakcje emocjonalne, zmusza do podejmowania decyzji i reagowania na różnorodne sytuacje, przez co przygotowuje dziecko do dorosłego życia.

Metoda ta proponuje dzieciom zabawę ruchową w połączeniu z działaniami teatralnymi. Za najlepszy *materiał* dla tej metody uznaje się kreatywność, otwartość dziecka i jego spontaniczność. Wg dramy każdy pomysł jest dobry i wykorzystywany. Elastyczność dramy pozwala na poprowadzenie każdego typu zajęć zgodnie z jej założeniami.

Pedagogika zabawy wg Klanzy

W pedagogice zabawy bardzo istotne jest to, iż z repertuaru tradycyjnych zabaw wybiera się tylko te, które nie stwarzają napięcia powodowanego nadmierną rywalizacją i nie ośmieszają jej uczestników. Proponowane zabawy sprzyjają aktywności wszystkich członków grupy. Metoda ta posługuje się różnymi środkami, takimi jak: słowo pisane i mówione, gest, ruch, taniec, malowanie, dotyk, dźwięk,

odgrywanie ról, pantomima. Sytuacje stwarzane w trakcie zabawy uczą dzieci wypowiadania swoich uczuć na forum publicznym i poszanowania uczuć innych. Pomagają także dostrzec wartość i różnorodność członków grupy wynikającą z ich dotychczasowych doświadczeń, zdolności, umiejętności, wrażliwości, wyobraźni czy wiedzy. Pedagogika zabawy pozwala na zmniejszanie lęku, obaw, dystansu między wszystkimi członkami grupy, w tym także między prowadzącym, np. wychowawcą a grupą. Spośród wielu znanych z różnych źródeł zabaw wybiera się i modyfikuje tylko te, które są przyjazne dla dziecka. Metoda ta jest jedną z pobudzających do aktywności, przeżyć w grupie; zabawy sprzyjają aktywności wszystkich członków grupy. Realizacja następuje w oparciu o stosowanie szeroko rozumianych metod zabawowych, przyjemnych w odbiorze, nie pozbawionych głębszej refleksji.

Pedagogika zabawy prezentuje duży wachlarz propozycji, którymi ożywiamy i urozmaicamy tradycyjne nauczanie i wychowanie. Pracy tą metodą towarzyszy przyjemność i radość, daje bowiem możliwość doświadczania własnej twórczości, służy akceptacji swoich możliwości i ograniczeń. Stosujemy następujące rodzaje zabaw:

- zabawy ułatwiające wejście w grupę, poznanie nowego otoczenia, poznanie imion;
- zabawy rozluźniające, odprężające, oparte o ruch, taniec, gest, likwidujące napięcie mięśni i napięcie psychiczne;
- zabawy ułatwiające wprowadzenie określonego tematu poprzez poznanie odczuć, doświadczeń, potrzeb członków grupy;
- techniki darmowe polegające na wykorzystywaniu gry z podziałem na role;
- zabawy umożliwiające samoocenę, poznanie własnej hierarchii wartości;
- zabawy integrujące duże grupy umożliwiające wszystkim wspólną, aktywną zabawę.

Zajęcia z pedagogiki zabawy, które prowadzimy to zorganizowane działanie, podporządkowane określonej celowi (terapeutycznemu, edukacyjnemu, wychowawczemu), wykorzystujące różne metody, z przełożeniem ich na takie sytuacje, w których każde dziecko może bez lęku rozwijać swoje najlepsze strony. Wskazując na potrzebę tworzenia klimatu bezpieczeństwa i zaufania w grupie, zachęcamy wychowanków do nawiązywania nowych, lepszych kontaktów z innymi ludźmi.

Aby metody zabawowe stosowane w **pedagogice zabawy** przynosiły jak najlepsze efekty w pracy z dziećmi, należy przestrzegać następujących zasad:

- dobrowolności uczestnictwa,

- wykorzystywania zabaw do pobudzania twórczej aktywności dziecka. Na uwagę zasługuje tu zmiana postawy nauczyciela z pedagoga na przyjaciela dziecka, który pomaga mu odnaleźć własną drogę do zrozumienia zjawisk i zdarzeń,

- dokładnego określania norm czasowo-przestrzennych. Należy pamiętać, że dobra zabawa angażuje emocjonalnie dzieci, a równocześnie je wyczerpuje, ilość bodźców pobudzających musi być proporcjonalna do możliwości percepcyjnych dzieci,
- umiejętnego zawierania umów z dziećmi dotyczących reguł postępowania w grupie w czasie realizacji określonego zadania, aby zasady: wolności spontaniczności, twórczego działania mogły odnieść pozytywny skutek wychowawczy.

Zastosowanie pedagogiki zabawy w przedszkolu pozwala na:

- kształtowanie w dziecku odpowiedzialności za siebie i grupę,
- przestrzeganie zasad w relacjach dziecko- nauczyciel, dziecko-inne dzieci,
- poznanie i utrwalenie imion kiedy nauczyciel obejmuje grupę,
- kształtowanie odpowiednich nawyków poprzez wspólne sprzątanie po zabawie,
- budzenie szacunku dla autora i dla stworzonego dzieła poprzez tworzenie warunków do twórczej działalności dziecka,
- lepszą współpracę z rodzicami poprzez organizowanie uroczystości, w których rodzice angażują się razem z dziećmi we wspólną zabawę sprzyjającą integracji dzieci, rodziców i nauczycieli / zabawa z chustą integracyjną, tańce przy muzyce/.

Stosowanie przez nauczycieli w pracy z dziećmi metod pedagogiki zabawy pozwoli dzieciom łączyć naukę z przyjemnością.

Metoda aktywnego słuchania muzyki Bati Strauss

Istotą tej metody jest chęć przybliżenia dzieciom muzyki klasycznej poprzez tzw. „aktywne słuchanie”. Polega ono na wykonywaniu prostych układów rytmiczno – tanecznych proponowanych przez nauczyciela. W przypadku dzieci młodszych są to ruchy ilustrujące krótkie opowiadanie związane z każdym utworem muzycznym. Zabawy rytmiczne są pierwszym etapem przygotowującym do wprowadzenia instrumentów perkusyjnych, z którymi dziecko ma możliwość aktywnego uczestniczenia w utworze muzycznym jako współwykonawca lub dyrygent.

Metoda twórczego ruchu Carla Orffa

Polega na twórczym obcowaniu z muzyką realizującym się w różnych formach ruchu: tańcu, śpiewie, mowie, grze na instrumentach, pantomimie. Twórca tej metody wyszedł z założenia, iż ćwiczenie gimnastyczne należy rozwijać w ścisłej korelacji z kulturą rytmiczno – muzyczną oraz kulturą słowa. Głównym celem i zadaniem metody jest wyzwolenie u dzieci tendencji do samoekspresji i rozwijania inwencji twórczej (zwłaszcza w powiązaniu muzyki z ruchem). Zarówno muzyka jak i ruch oraz żywe słowo przenikają się wzajemnie, przy czym w konkretnych ćwiczeniach dominuje zwykle jeden z wymienionych elementów. Tworzenie,

odtworzenie i słuchanie stanowią integralną całość, a rozumiana w ten sposób aktywność muzyczna jest instrumentem twórczego rozwoju. Nie ma w metodzie Orffa miejsca dla bierności, gdyż by naprawdę zrozumieć i odczuć sens jego idei, należy samemu aktywnie uczestniczyć we wspólnym działaniu.

Metoda gimnastyki twórczej (ekspresyjnej) Rudolfa Labana

To improwizacja ruchowa bez pokazania wzorca ruchu przez nauczyciela. Ważną rolę odgrywa tu inwencja twórcza ćwiczących, ich pomysłowość, fantazja doświadczenie ruchowe. W metodzie tej posługuje się różnymi formami ruchu, takimi jak: odkrywanie, naśladowanie, inscenizacja, gimnastyka wykorzystująca ruch naturalny, pantomima, ćwiczenia muzyczno-ruchowe, taniec, opowieść ruchowa, itp. Nauczyciel staje się współuczestnikiem i współpartnerem zabaw. Metoda ruchowa ekspresji twórczej daje możliwość rozwijania się w zakresie między innymi: wycucia własnego ciała, wycucia przestrzeni, wycucia ciężaru ciała (siły), doskonaleniu płynności ruchu, w zakresie kształtowania umiejętności współdziałania z partnerem lub grupą.

Metoda projektów

- rozwija samodzielność i umiejętność współpracy i życia w grupie rówieśniczej, integruje ją, stymuluje rozwój poznawczy, emocjonalny i motoryczny, uwzględnia indywidualne potrzeby dziecka, zainteresowania i uzdolnienia, rozwija myślenie twórcze, wzmacnia motywację poznawczą, integruje wiedzę z różnych dziedzin.

Założeniem **metody projektów** jest wdrażanie dzieci do twórczego myślenia. Polega na wykonywaniu przez dzieci zadań, poprzez samodzielne poszukiwanie, pod opieką nauczyciela. Opiera się na praktycznym działaniu dotyczącym realizacji jakiegoś projektu, zaproponowanego przez uczniów lub nauczyciela. W przypadku dzieci przedszkolnych przy dużej współpracy ze strony nauczyciela. Metoda projektu charakteryzuje się tym, że uczestnicy realizują temat projektu rozłożony w czasie. Projekt jest zadaniem trwającym kilka dni lub tygodni. Uczestnicy pracują samodzielnie, w zespołach, w grupach. Stosując tę technikę należy:

- określić cele i metody pracy,
- określić terminy realizacji całości i poszczególnych etapów,
- wyznaczyć osoby odpowiedzialne za realizację,
- ustalić kryteria oceniania,
- dokonać prezentacji wykonanych zadań,
- ocenić projekt.

Elementy metody Montessori :

Podstawą metody Montessori jest nauczanie wielozmysłowe. Umożliwia to oddziaływanie na wiele zmysłów, co jest warunkiem niezbędnym do powstawania

skojarzeń w procesie zdobywania doświadczeń i wiedzy. Podstawowy zasób pojęć, jakimi musi się posługiwać dziecko, aby móc zrozumieć otaczający je świat, bywa przyswajany tylko na drodze wielokrotnego powtarzania odbieranych przez nie wrażeń i kojarzenia ich z odpowiednimi nazwami i sytuacjami. Dlatego metody stosowane w postępowaniu rehabilitacyjnym z dziećmi głębiej upośledzonymi umysłowo okazują się najskuteczniejsze wtedy, gdy opierają się na uaktywnianiu różnorodnych funkcji spostrzeżeniowych, pamięci, różnicowania bodźców, ćwiczeniu uwagi oraz na kojarzeniu ze sobą wrażeń wielozmysłowych.

Muzykoterapia

Zajęcia muzykoterapeutyczne mają cel leczniczy zmierzający do korekcji zaburzonych funkcji, stymulacji rozwoju w warunkach ograniczonego dostępu do bodźców, usunięcia napięć psychofizycznych i dostarczenia korzystnych doświadczeń społecznych. Materiałem, którym posługujemy się w czasie zajęć muzykoterapeutycznych są gry, zabawy, ćwiczenia muzyczne i wybrane fragmenty utworów przeznaczonych do słuchania. Dobór tego materiału związany jest z aktualnym nastrojem, emocjami, potrzebami jednostki lub grupy terapeutycznej. Oddziaływania terapeutyczne obejmują cały organizm psychofizyczny, ze szczególnym zwróceniem uwagi na sferę procesów kierunkowych, jak emocje, dążenia, oczekiwania i marzenia. Efektem końcowym tych oddziaływań jest więc poprawa samopoczucia, nastroju, usunięcie lęku, odreagowanie napięcia, pobudzenie wyobraźni, poprawa relacji z członkami grupy.

Terapia pedagogiczna metody rewalidacyjne

Rewalidacja – to termin odnoszony zwykle do kształcenia i wychowywania dzieci z odchyleniami od normy (upośledzonych umysłowo, niewidomych, głuchych, chorych na padaczkę).

W rewalidacji dzieci oddziałujemy (w aspekcie ich zaburzeń i opóźnień rozwojowych) na trzech

płaszczyznach:

- usprawnienie lub rehabilitacja fizyczna;
- psychoterapia;
- rehabilitacja społeczna, socjalizacja lub resocjalizacja.

Kierunki działań rewalidacyjnych:

- maksymalne rozwijanie tych sił biologicznych, zadatków i cech, które są najmniej uszkodzone;

Metody

Published: Friday, 16 December 2016 10:53

Hits: 1623

- wzmacnianie (fortioryzacja) i usprawnianie uszkodzonych sfer psychicznych lub fizycznych;

- wyrównywanie (kompensacja) i zastępowanie (substytucja) deficytów biologicznych i rozwojowych.

Zadaniem rewalidacji indywidualnej będzie przywrócenie dziecku upośledzonemu możliwości uczestniczenia w życiu społecznym, kulturowym. Mogą to być, w zależności od zdiagnozowanych potrzeb dziecka, zajęcia:

- * rozwijające,* kompensujące,* usprawniające,

- * terapeutyczne,* wyrównujące: * korygujące

- * „rewalidacja” zaburzonych funkcji czy organów, * wyrównywanie braków programowych* nauki języka migowego lub innych alternatywnych metod komunikacji,

Znajomość potrzeb dziecka, ich specyfiki i nasilenia, poznanie środowiska, z którym jest ono związane i współzależne od niego, to podstawowe warunki przy planowaniu i organizowaniu programu rewalidacji przez nauczyciela. Podczas zajęć rewalidacji indywidualnej nauczyciele stosują zindywidualizowany sposób postępowania rehabilitacyjnego zmierzający do zmniejszenia lub usunięcia odchyłeń od normy i zaburzeń w jakimś zakresie, np.: procesów orientacyjno-poznawczych, myślenia i mowy, koordynacji wzrokowo-ruchowej, sprawności manualnych, samoobsługi i zaradności, sprawności motorycznej i innych. Wobec osób upośledzonych umysłowo termin „rewalidacja” oznacza długotrwałą działalność terapeutyczno – pedagogiczną, której zadaniem jest:

- zapobieganie pogłębianiu się istniejącego już niedorozwoju lub powstawaniu innych dodatkowych upośledzeń;

- leczenie i usprawnianie elementów chorych lub zaburzonych oraz wzmacnianie osłabionych;

- stymulowanie i dynamizowanie ogólnego rozwoju przy wykorzystaniu własnych sił organizmu oraz korzystnych czynników środowiskowych;

- wychowanie i nauczanie specjalne (ogólne i zawodowe), dostosowane do wieku, sprawności fizycznych i umysłowych rewalidowanego oraz zapotrzebowania społecznego;

- kompensowanie istniejących braków i trwałych uszkodzeń organicznych w celu podniesienia ogólnej sprawności psychomotorycznej.

Zajęcia rewalidacji indywidualnej mają wyrównać zaniedbania pedagogiczne oraz wynikające z nich braki w nauce, a także poprzez odpowiednie ćwiczenia usunąć wady i zaburzenia mowy, rozwijać procesy poznawcze, tj. spostrzeganie, uwagę, myślenie itp., usprawniać koordynację ruchową oraz usuwać trudności w czytaniu, pisaniu i rachowaniu. Zajęcia te dodatkowo powinny eliminować wady postawy, a poprzez psychoterapię łagodzić i usuwać zaburzenia emocjonalno-uczuciowe.

Zasady jakimi winniśmy się kierować w ramach pracy rewalidacyjnej nie odbiegają od podstawowych zasad pedagogiki specjalnej muszą jednak uwzględniać specyfikę zajęć indywidualnych. Zasady reedukacji:

1. Możliwie pełna indywidualizacja pracy z każdym dzieckiem.
2. Stawianie zadań dostosowanych do możliwości dziecka i zapewnienie warunków do poprawnego wykonywania ćwiczeń.
3. Powolne, systematyczne przechodzenie od zadań łatwiejszych do trudniejszych, od prostych do bardziej złożonych.
4. Zapewnienie warunków do utrwalania prawidłowych umiejętności i likwidowania niekorzystnych nawyków.
5. Dostosowywanie czasu trwania poszczególnych ćwiczeń do wydolności dziecka.
6. Mobilizowanie dziecka do wykonywania zadań poprzez stosowanie różnorodnych form ćwiczeń.

Ogólnie możemy wyodrębnić podstawowe zasady rewalidacji:

- **Zasada akceptacji**, zgodnie z którą dziecko z racji upośledzenia ma inne potrzeby oraz prawo do szczególnej pomocy;
- **Zasada pomocy**, która ma na celu aktywizację sił biologicznych i usamodzielnienia się;
- **Zasada indywidualizacji**, która zakłada konieczność dostosowania treści kształcących, metod, środków i organizacji nauczania do możliwości indywidualnych w celu optymalnego rozwoju;
- **Zasada terapii pedagogicznej** - mając na uwadze tę zasadę powinniśmy dbać o eliminowanie poczucia lęku, niepewności, dążyć do harmonijnego rozwoju dziecka, na tej bazie kształtować właściwą motywację ucznia w podejmowaniu dalszych wysiłków w nabywaniu wiadomości i umiejętności.

Trening wg Jacobsona

Trening **wg Jacobsona** polega na rozluźnieniu poszczególnych grup mięśniowych poprzez doprowadzenie do rozluźnienia mięśni. Po uprzedniej modyfikacji może być wykorzystywana w pracy terapeutycznej z dziećmi. W wyniku prowadzonych ćwiczeń dziecko zdobywa umiejętność kontrolowania napięcia mięśniowego, a co się z tym wiąże, wpływa na swoje samopoczucie.

Zastosowanie technik relaksacji Jacobsona w stosunku do dzieci było możliwe dzięki

m.in. B. Kei, która dokonała zmian polegających na wykorzystaniu bliskim dzieciom postaciom z bajek i filmu. Stopniowe napinanie i rozluźnianie mięśni rąk, nóg, ramion, twarzy prowadzi do głębokiego relaksu. Stosując zaproponowany przez autorkę schemat można prowadzić następujące ćwiczenia,

Trening autogenny Schulza

Trening autogenny **Schulza** oparta jest na działaniu autosugestii. Dzięki modyfikacji dokonanej przez A. Polender może być ona z powodzeniem stosowana w relaksacji dzieci. Naturalna skłonność dziecka do naśladowania i identyfikowania oraz podatność na sugestię stanowią podstawę do wprowadzenia w stan relaksacji, a przez to wywołania pożądaných stanów w organizmie dziecka.

Właściwy trening A. Schultza opiera się na autosugestii, która doprowadza do całkowitego odprężenia systemu nerwowego. W pracy z dziećmi wykorzystywane są elementy tej metody, wykorzystuje się opowiadania, bajeczki, które dzięki swojej treści powodują, że dzieci koncentrują się na różnych częściach swojego ciała. Dzięki temu odczuwają spokój, odprężenie, zwalnia się u nich napięcie mięśniowe. Efektem tego rodzaju ćwiczeń jest poprawa koncentracji uwagi, podniesienie sprawności funkcji poznawczych, obniża się także poziom agresji. Teksty wykorzystywane do treningu to np. bajki wg. A. Polender.

Przed przystąpieniem do tego rodzaju ćwiczeń należy:

- przewietrzyć salę;
- dzieci leżą na plecach w swobodnym, niekrępującym ruchów ubraniu, tak by nie stykać się z kolegą, oczy mają zamknięte a dłonie leżą wzdłuż tułowia odwrócone wewnętrzną powierzchnią ku górze;
- przed relaksacją przeprowadza się zazwyczaj krótką rozmowę, w celu wytworzenia nastroju;
- opowiadaniu może towarzyszyć delikatna muzyka np. Vivaldi „cztery pory roku”;
- tekst wypowiadamy wolno, ściszym głosem.

Metody wizualizacji :

Metoda, w której podobnie jak w treningu autogennym A. Schultza wykorzystywane jest słowo. Podczas ćwiczeń przekazuje się dziecku pewne sugestie, które mają na celu pobudzić dziecko do ukierunkowanej aktywności. Odpowiednio wygłaszany tekst pozwala dziecku wprowadzić się w stan odprężenia, zregenerować siły psychofizyczne.

Prowadząc tego typu ćwiczenia należy zapewnić dzieciom odpowiednie warunki:

- przewietrzyć salę;

- dzieci leżą na plecach w swobodnym, niekrępującym ruchów ubraniu, mogą również siedzieć prosto na krześle, stopy ustawione na podłodze, ręce swobodne wzdłuż boków krzesła.
- opowiadaniu może towarzyszyć delikatna muzyka, śpiew ptaków;
- tekst wypowiadamy wolno, na zakończenie ćwiczeń można wprowadzić dźwięk dzwoneczka, który spowoduje łagodne wyprowadzenie dziecka ze stanu relaksu.

Stymulacja polisensoryczna wg pór roku

Zajęcia „porannego kręgu”, czyli stymulacji polisensorycznej według pór roku obejmują swym zasięgiem: wzrok, dotyk, słuch, węch i smak. Podstawą tworzenia programu jest świat przyrody, od którego jesteśmy uzależnieni i poddani jego rytmowi. Bodźce płynące wprost ze świata są inspiracją do pracy z dzieckiem. Dlatego właśnie tak bardzo propagujemy przyrodoterapię, która rozbudza możliwości percepcyjne dzieci niepełnosprawnych poprzez stosowanie różnorodnych bodźców na poszczególne zmysły. Nadrzędnym jednak celem jest tu spotkanie nauczyciela prowadzącego zajęcia z dzieckiem oraz wszystkich dzieci ze sobą. Istotą takich spotkań jest budowanie zaufania i poczucia bezpieczeństwa.

Dzieci biorące udział w powyższych zajęciach cały czas mają okazję do działania i dostrzegania własnych możliwości. Chętnie w nich uczestniczą mimo, iż na początku niepewnie czuły się w ciemności tylko przy zapalanej lampce. Powoli pokonują własne zahamowania i są coraz bardziej otwarte na kontakt z drugim człowiekiem.

Metoda malowania 10 palcami

W tej metodzie wykorzystujemy naturalną skłonność dzieci do bawienia się w substancjach o konsystencji błota. Podczas terapii tą metodą dziecko jest dokładnie instruowane co ma robić, otrzymuje duży arkusz papieru i farby rozrobione w dużych talerzach, zadaniem uczestnika jest namalowanie jakiegoś obrazka. Czasem jest to praca zbiorowa w kilkuosobowej grupie. Malowanie odbywa się dłońmi i palcami. Metoda ta uwalnia dziecko od zahamowań, pokonuje lęk, wzmacnia wiarę w jego możliwości, pobudza do ekspresji. Spełnia funkcje diagnostyczne. Traktowana jest jako technika projekcyjna. Bierze się tu pod uwagę stosunek dziecka do tworzywa, czas wykonywanego zadania, element ekspresji ruchowej oraz zachowanie wobec kolorów. Te obserwacje diagnostyczne stanowią pomoc i wskazówkę do pracy terapeutyczno-wychowawczej. W naszej placówce zajęcia z wykorzystaniem metody malowania 10 palcami odbywają się raz w miesiącu wobec dzieci z odchyleniami w stanie zdrowia i rozwoju oraz od czasu do czasu z wychowankami sprawnymi, co uzależnione jest od pracy nauczyciela w grupie. Mali artyści mają wtedy okazję wykazać się własną inwencją twórczą i wyzwolić nagromadzone emocje.

Metoda Integracji Sensorycznej (SI)

Jest metodą terapii dzieci ze specyficznymi trudnościami w uczeniu się. Została opracowana przez psycholog Jean Ayres i zaadoptowana jako technika wspomagająca w rewalidacji dzieci z uszkodzeniami centralnego układu nerwowego. SI jest metodą opartą na wszechstronnej aktywności ruchowej dziecka w aranżowanych przez terapeutę sytuacjach. W procesie tym, mózg otrzymuje ze wszystkich zmysłów informacje, segreguje, rozpoznaje, interpretuje, łączy ze sobą i wcześniejszymi doświadczeniami, odpowiadając na wymagania płynące ze środowiska. Badania wykazały, iż dzieci, które podlegały terapii integracji sensorycznej w okresie przedszkolnym nie miały specjalnych problemów w szkole.