

terapia dysleksji



ADHD i nieśmiałość

**Ćwiczenia i karty pracy
do zajęć korekcyjno-kompensacyjnych**

Wstęp

Seria pomocy dydaktycznych Forum Media Polska „Terapia dysleksji” powstała w oparciu o wieloletnie doświadczenia terapeutyczne z wykorzystaniem poradnika „Terapia pedagogiczna uczniów ze specyficznymi trudnościami w uczeniu się”. Przeznaczona jest do pracy z uczniami szkół podstawowych. Prostota ćwiczeń i kart pracy połączona z wysokim poziomem merytorycznym proponowanego materiału sprawia, że zeszyty te stanowią profesjonalną pomoc dla terapeuty oraz rodzica/opiekuna pracującego z uczniem.

Seria zeszytów „Terapia dysleksji” prezentuje materiał do pracy korekcyjno-kompensacyjnej z obszaru funkcji:

- słuchowych,
- wzrokowych,
- grafomotoryki,
- orientacji przestrzennej,
- koordynacji wzrokowo-ruchowej z uwzględnieniem procesów przetwarzania sensorycznego (SI),
- zaburzeń funkcjonowania emocjonalnego z uwzględnieniem ADHD,
- zaburzeń koncentracji uwagi,
- specyficznych trudności w uczeniu się matematyki,
- zaburzeń rozwoju mowy i języka.

Każdemu obszarowi trudności przypisane są dwa zeszyty do pracy terapeutycznej. Jeden z ćwiczeniami i kartami pracy do zajęć korekcyjno-kompensacyjnych, a drugi do samodzielnej pracy w domu.

Wybór i uporządkowanie materiału w obu zeszytach pozwala terapeutce zaplanować pracę domową ucznia i wykorzystać ćwiczenia jako element terapii utrwalającej zdobyte przez dziecko umiejętności. Zeszyty mogą być także wykorzystywane w pracy korekcyjno-kompensacyjnej przez nauczyciela i/lub rodzica w sytuacjach, gdy brakuje specjalisty.

Trzy poziomy trudności oznaczono jedną, dwiema lub trzema kropkami. Odpowiadają one potrzebom dzieci, które nie uzyskały jeszcze gotowości szkolnej (jedna kropka), tym, które mają nasilone trudności w uczeniu się czytania i pisanie (dwie kropki), oraz tym, u których trudności te utrzymują się (trzy kropki). Oczywiście podział ten jest podziałem symbolicznym i zawsze o wyborze odpowiedniego ćwiczenia powinien decydować specjalista prowadzący terapię dziecka.

Ćwiczenia oraz karty pracy proponowane w tym zeszycie zawierają materiał z obszaru szeroko rozumianej problematyki zaburzeń neurodynamiki i przeznaczone są dla dzieci nadpobudliwych psychoruchowo oraz dla dzieci nieśmiałych. Uzupełnieniem prezentowanego materiału jest zeszyt „Terapia dysleksji. ADHD i nieśmiałość. Karty do samodzielnej pracy w domu”.

Obydwa zeszyty stanowią niezbędne treści do wykorzystania w treningu zaburzeń rozwoju emocjonalnego i społecznego uczniów ze specyficznymi trudnościami w uczeniu się ze szczególnym uwzględnieniem uczniów z ADHD oraz uczniów nieśmiałych.

Uczniom, ich rodzicom, nauczycielom oraz terapeutom korzystającym z naszych zeszytów życzę wielu sukcesów oraz satysfakcji z pokonywania trudności.



Irena Sosin

► Ćwiczenia kontroli ciała i koncentracji uwagi

- **Cele:** praca z ciałem, ćwiczenie relaksujące, kontroli ciała, koncentracji uwagi słuchowej, pamięci sekwencyjnej słuchowej.
- **Pomoce:** materac, grzechotka, klucz, piłeczka tenisowa, kartka papieru A4, kaseta/płyta z nagranyymi głosami zwierząt.

Dziecko swobodnie leży na materacu. Terapeuta prosi, aby zamknęło oczy i posłuchało dźwięków z kasyty lub płyty (prezentacja 15–20 sekund nagranych odgłosów: szczekanie psa, miauczenie kota, kwakanie kaczki itp. – można skorzystać z kaset logopedycznych). Następnie dziecko opowiada o swoich wrażeniach. Można zapytać o kolejność prezentowanych dźwięków. Jeśli dziecko nie zapamiętało dobrze sekwencji, powtarzamy prezentację dwukrotnie. Następnie terapeuta prosi dziecko, aby ponownie zamknęło oczy i posłuchało swojego oddechu. Czy to było łatwe, czy trudne?

Teraz terapeuta ponownie prosi, aby dziecko zamknęło oczy i uważnie słuchało odgłosów w sali. Tym razem będą to odgłosy upadających ze stołu kluczy, piłeczki tenisowej, odgłos grzechotki i zgniatanej kartki papieru. Jeśli dziecko ma duże trudności z rozpoznaniem odgłosów, terapeuta prosi, aby uważnie przypatrywało się i wsłuchiwało w dźwięki towarzyszące przedmiotom. Następnie ponownie prosi o zamknięcie oczu i zgadywanie, jaki to dźwięk. Pierwsza prezentacja z zamkniętymi oczami powinna uwzględniać taką samą kolejność dźwięków, jaka była przy ekspozycji z otwartymi oczami. Jeśli dziecko dobrze zapamiętało kolejność, następna prezentacja powinna mieć zmienioną kolejność dźwięków.

► Świadomość ciała – twarz

- **Cele:** kształtowanie wrażliwości zmysłowej i umiejętności nazywania bodźców wzrokowych, smakowych, słuchowych i węchowych, ćwiczenie świeżej pamięci wzrokowej, pamięci sekwencyjnej wzrokowej, ćwiczenia oddechowe, rozwoju języka.
- **Pomoce:** kubek, flamaster, lusterko, młotek, samochodzik, drewniany klocek, substancje o zróżnicowanych, ale wyraźnych zapachach, produkty spożywcze o różnych wyraźnych smakach, woreczki z grochem.

Usiądź przed uczniem, uśmiechnij się i powiedz:

- *Popatrz na mnie uważnie i pokazuj podobnie jak ja, a także nazywaj tę część ciała, którą wskażemy.*
- *To jest moja głowa, to są moje włosy. Jakiego koloru są moje włosy? Są długie? A twoje włosy, wskaż je i opowiedz o nich (może się zdarzyć, że dziecko z nadpobudliwością nie pamięta, jakie ma włosy, nie pamięta, jakiego są koloru, czasem nie potrafi nazwać tego koloru, trzeba wtedy skorzystać z lusterka i pomóc nazwać kolor).*

- *Tutaj mam czoło i brwi, niżej są moje oczy. Jakiego są koloru? Jakiego koloru są twoje oczy?*
- *Popatrz, to są powieki, oczy można przykryć powiekami. Powiedz, po co mamy oczy? (swobodna rozmowa).*
- *Następnie połóż na podłodze kubek, flamaster, młotek, samochodzik i drewniany klocek. Poproś, aby uczeń przyjrzał się bardzo dokładnie wszystkim przedmiotom. Następnie zaproponuj, aby zamknął oczy, a ty w tym czasie schowaj jeden z przedmiotów. Zapytaj, czego brakuje na podłodze?*
- *Powtórz zabawę kilkakrotnie, zabierając różne przedmioty. Możesz także ułożyć je w określonej sekwencji i prosić dziecko, aby nie tylko odpowiedziało, jakiego przedmiotu brakuje, lecz także, w jakiej sekwencji wcześniej były ułożone.*
- *Następnie powróć do analizy twarzy. Popatrz na mój nos, pokaż swój nos. Po co mamy nosy? (swobodna rozmowa), gdy pojawi się odpowiedź, że oddychamy nosem, kontynuuj rozmowę.*
- *Powiedziałeś, że nosem można oddychać. Poćwiczmy teraz oddychanie. Wciągnij mocno powietrze przez nos i wydychaj je także przez nos (ćwiczenie 3–4 oddechy, licząc wdech i wydech na trzy).*
- *Gdy pojawi się odpowiedź, że wąchamy nosem, kontynuuj rozmowę.*
- *Powąchajmy te substancje, wiesz, co to są za substancje? (wąchamy ocet, perfumy, zmywacz do paznokci, olejek miętowy). Jakie to zapachy? Przyjemne, ostre, słodkie, nieprzyjemne, a może coś śmierdzi?*
- *Popatrz teraz na moje usta. Jakie one są? Duże, małe, wąskie, szerokie? Popatrz na swoje usta i opisz je. Po co nam usta? (swobodna rozmowa).*
- *Przy pomocy ust można robić różne miny. Pobawmy się w robienie śmiesznych min (zabawa przed lustrem).*
- *Mówiliśmy, że ustami jemy. Przypomnij, jakie rozróżniamy smaki. Próbujemy przygotowanych produktów spożywczych (cytryna, czekolada, sól i inne).*
- *Na naszej głowie są jeszcze uszy. Do czego służą uszy? (swobodna rozmowa).*
- *Sprawdźmy, jakie dźwięki można wytworzyć, posługując się przedmiotami, które wcześniej przygotowaliśmy (flamaster, kubek, młotek, samochodzik, drewniany klocek).*
- *Teraz poproś ucznia, aby zamknął oczy i zgadywał dźwięki, które generujesz za pomocą powyższych przedmiotów, zapytaj, jaki to dźwięk?*
- *Na zakończenie ćwiczenia poproś, aby uczeń samodzielnie wymienił wszystkie ważne części ciała, o których rozmawialiście, i powiedział, czemu one służą.*