

Sensozabawy

Praktyczne zabawy i ćwiczenia
do pracy z dziećmi
w przedszkolu



Spis treści

Gry i zabawy w integracji sensorycznej	5
Piłka z obciążeniem – zabawy i ćwiczenia z ciężką piłką wspierające proces uczenia się	18
Literatura	25
Dysk sensoryczny – zastosowanie dysku sensorycznego podczas terapii integracji sensorycznej	26
Dziecko z nadwrażliwością dotykową w grupie przedszkolnej	32
Przykłady zabaw stymulujących zmysł dotyku	36
Sensoplastyka jako metoda stymulacji rozwoju dziecka	38
Sensoplastyka, czyli co?.....	38
Jak przygotować się do kreatywnych zajęć sensoplastycznych	39
Kolorowy zawrót głowy	40
Korzyści rozwojowe dla dziecka	42
Postawa nauczyciela drogą do osiągnięcia sukcesu dziecka	43
Literatura	44
Arteterapia – usprawnianie integracji sensorycznej z wykorzystaniem artystycznych metod	45
Wstęp	45
Arteterapia – formy terapii przez sztukę	46
Plastykoterapia – terapia za pomocą sztuk plastycznych	50
Muzykoterapia – terapia muzyką.....	50
Choreoterapia – terapia tańcem	54
Biblioterapia – terapia przez literaturę	56
Filmoterapia – terapia przez sztukę filmową	58
Teatroterapia – terapia przez sztuki teatralne	58

Gry i zabawy w integracji sensorycznej

Współczesne wychowanie znacznie różni się od sposobu wychowania 50 lat temu. Dostęp do telewizji był znacznie ograniczony, a i internet był abstrakcją. W związku z tym, dzieci spędzały swój wolny czas z rówieśnikami na świeżym powietrzu – biegały, skakały, wspinały się. Rodzice nie nakładali zbyt wielu zakazów, więc mogły poznawać otaczający ich świat wielozmysłowo. Nikt nie zastanawiał się nad tym, że ma to zbawienny wpływ na rozwój układu nerwowego – taka była rzeczywistość i należało się do tego dostosować. Przed domami czy blokami spotykały się dzieci z całego osiedla. Najczęściej spędzały czas wspinając się na drzewa lub „wisząc” na trzepakach, organizowały podchody, zabawy w berka czy chowanego. Do domu wracały późno – zmęczone i brudne, ale szczęśliwe.

Niestety, czasy się zmieniły. Życie znacznie przyspieszyło, a rodzice nie mają już takiego zaufania do społeczeństwa. W związku z tym, dzieci rozmawiają ze znajomymi w sieci lub spędzają czas grając w gry. Telewizor, laptop i internet zastąpiły aktywność na świeżym powietrzu. Przestrzeń dziecka do własnego poznawania świata, doświadczania go, eksperymentowania została znacznie zawężona. W związku z tym, percepcja młodych ludzi została w zasadzie ograniczona do zmysłów wzroku i słuchu. W takich warunkach trudno znaleźć okazję do rozwijania pozostałych zmysłów. Nie istnieje zbyt wielu sposobów by ćwiczyć dotyk, czy doskonalić umiejętności równoważne. Dzieci znacznie gorzej radzą sobie w sytuacjach gdy wymaga się od nich koordynacji obustronnej. Widoczne stają się coraz częstsze diagnozowanie specyficznych zaburzeń w nauce, pojawiają się trudności z utrzymaniem właściwego poziomu koncentracji na zadaniu. Można więc wyciągnąć wniosek, że zmiana sposobu wychowania i ograniczenie ilości bodźców lub ich zastąpienie pewnymi substytutami mają negatywny wpływ na rozwój dziecka. Zubożenie sensoryczne powoduje bowiem, że mózg człowieka nie jest w stanie prawidłowo integrować bodźców, które do niego dochodzą, a co za tym idzie, nie może wytworzyć adekwatnej reakcji adaptacyjnej.

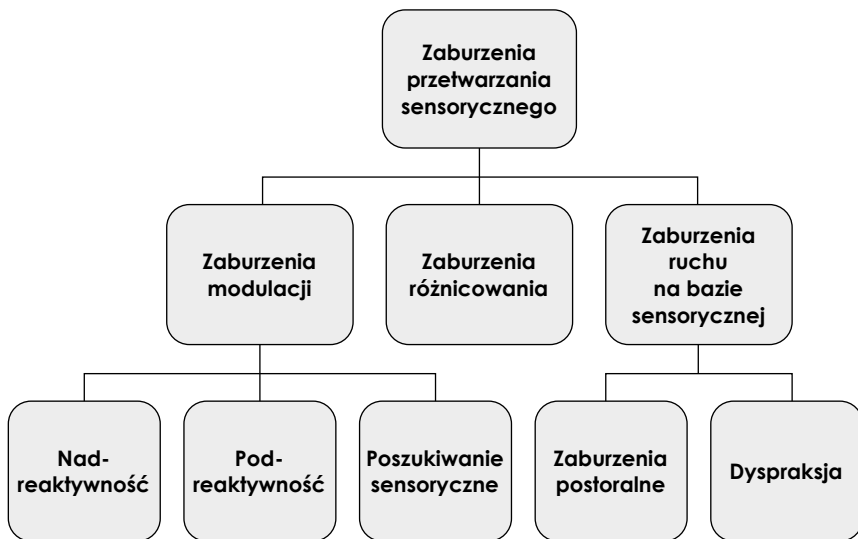
Coraz częściej diagnozuje się zaburzenia integracji sensorycznej. Do ich symptomów można zaliczyć wiele niepożądanych czy niepokojących zachowań, które przejawia dziecko, np.:

- nadruchliwość pojawiająca się w codziennych aktywnościach, nieumiejętność zapanowania nad swoimi reakcjami lub wręcz przeciwnie – wycofanie się, bierność, niepewność w trakcie poruszania się i wykonywania ćwiczeń fizycznych,
- pojawiający się problem utrzymania równowagi,
- trudności w trakcie wykonywania czynności grafomotorycznych, np. rysowania, kolorowania, pisania,
- trudności z opanowaniem nowych umiejętności motorycznych, np. jazda na rolkach, hulajnodze, rowerze,
- unikanie lub domaganie się bodźców smakowych, węchowych, dotykowych,
- problemy z kontrolowaniem emocji,
- problem z nawiązywaniem relacji z innymi dziećmi lub osobami dorosłymi,
- mała samodzielność i trudności w wykonywaniu czynności samoobsługowych,
- problemy z opanowaniem mowy, trudności komunikacyjne,
- trudności z koncentracją uwagi i pamięcią.

Byłoby zdecydowanie łatwiej, gdyby ten zestaw niepożądanych zachowań można było ograniczyć, jednak każde dziecko jest inne i inaczej reaguje na to, co dzieje się w jego otoczeniu. Prezentuje więc charakterystyczny tylko dla siebie zestaw oznak i objawów. Warto mieć świadomość, że właściwie przebiegający proces integracji sensorycznej jest odpowiedzialny za odbieranie, segregowanie, interpretowanie oraz integrowanie bodźców dochodzących z otoczenia. Dzięki temu możliwe staje się wytworzenie właściwej i akceptowanej społecznie reakcji. Integracja sensoryczna zaczyna się rozwijać już w życiu płodowym, a proces ten trwa do około siódmego roku życia.

Dysfunkcje integracji sensorycznej związane są z nieprawidłowościami w zakresie przetwarzania bodźców sensorycznych i pojawiają się w obrębie układów: dotykowego, proprioceptywnego, przedsionkowego, słuchowego, wzrokowego, węchowego i smakowego. Mają one charakter:

- nadwrażliwości, kiedy reakcja na dochodzący do układu nerwowego bodziec jest zbyt silna, dziecko czuje rzeczy, na które inne osoby nie zwracają przeważnie uwagi,
- podwrażliwości – jest to tzw. **niska reaktywność**, która polega na tym, że aby poczuć dany bodziec musi on być dostarczony z bardzo dużą siłą (np. głośna muzyka, mocne przytulenie, silne huśtanie na huśtawce);



Rys. 1. Podział zaburzeń SI według L. Miller

Źródło: Kołat N., *Zaburzenia przetwarzania sensorycznego u dzieci – diagnostyka i postępowanie*, „Nowa Pediatria” 2014, nr 3.