

„Wzrost jakości oferty edukacyjnej w Zespole Szkół w Choroszczy”
Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

Załącznik nr 6 Wzór programu zajęć

PROGRAM ZAJĘĆ

Zajęcia integracji sensorycznej

realizowanych dla uczniów szkoły podstawowej

w Zespole Szkół w Choroszczy

w ramach projektu „Wzrost jakości oferty edukacyjnej w Zespole Szkół w Choroszczy”

realizowanego w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Podlaskiego

Oś priorytetowa III. Kompetencje i kwalifikacje, Działanie 3.1 Kształcenie i edukacja,

Poddziałanie 3.1.2 Wzmocnienie atrakcyjności i podniesienie jakości oferty edukacyjnej w zakresie kształcenia ogólnego, ukierunkowanej na rozwój kompetencji kluczowych

Opracowanie: Dorota Bok

„Wzrost jakości oferty edukacyjnej w Zespole Szkół w Choroszczy”

Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

METODA INTEGRACJI SENSORYCZNEJ jest kompleksową metodą terapeutyczną stosowaną w terapii dzieci z opóźnieniami w rozwoju psychoruchowym i trudnościami w nauce szkolnej. Do diagnozy zaburzeń SI służą opracowane przez J. Ayres następujące metody: Kliniczna Obserwacja oraz Południowo – Kalifornijskie Testy Integracji Sensorycznej.

Zaburzenia przetwarzania sensorycznego wpływają negatywnie na wiele obszarów funkcjonowania dziecka. Opóźniają kształtowanie zdolności komunikacyjnych, rozwój motoryczny, poznawczy, społeczny i emocjonalny. Zadaniem terapii integracji sensorycznej jest dostarczanie dziecku podczas jego aktywności ruchowej, kontrolowanej przez terapeutę ilości i jakości bodźców sensorycznych wywołujących w konsekwencji poprawę przetwarzania sensorycznego dziecka. Stosowane ćwiczenia zawsze powinny być dobrane do aktualnych możliwości psychoruchowych dziecka. Podczas terapii nie uczy się wykonywania konkretnych czynności, lecz przez nowe wzorce ruchowe powoduje się właściwe przetwarzanie informacji sensorycznych.

I. Cele edukacyjne:

1. Ocena rozwoju procesów sensomotorycznych dziecka.
2. Stymulacja układu nerwowego i innych układów w celu pokonywania trudności edukacyjnych.
3. Usprawnianie, korygowanie funkcji układu przedsionkowego, dotykowego, proprioceptywnego wynikających z obniżonego procesu integracji zmysłowej. Stymulacja bazowych systemów sensorycznych w kierunku normalizacji procesów rejestracji i przetwarzania bodźców wejściowych, poprzez aktywności powodujące powstanie coraz bardziej złożonych reakcji adaptacyjnych.
4. Kształcenie ogólnej koordynacji ruchowej i sekwencyjności.
5. Usprawnianie dysfunkcji w planowaniu ruchu, regulowanie napięcia mięśniowego, zdolności grafomotorycznych.

II. Określenie grupy docelowej, która zostanie objęta wsparciem w ramach zajęć

Uczniowie klas I-III z zaburzeniami integracji sensorycznej

III. Zdefiniowanie efektów uczenia się, które osiągną uczniowie/uczennice w wyniku udziału w zajęciach

Poprawa schematu ciała, ogólnej sprawności ruchowej, koordynacji, poziomu graficznego pisma, koncentracji uwagi na zajęciach, planowania motorycznego, wyhamowanie przetrwałych odruchów postawy, modulacji sensorycznej poszczególnych zmysłów.

IV. Określenie sposobu oceny przeprowadzonych zajęć po ich zakończeniu

Ankieta skierowana do nauczycieli uczących zakwalifikowane dzieci, ocena efektywności re-diagnoza po skończonych zajęciach, poprawy zachowania podczas zajęć, umiejętności koncentracji, poziomu graficznego pisma, ogólnej koordynacji ruchowej.

V. Porównanie oceny przeprowadzonych zajęć ze zdefiniowanymi efektami uczenia się po zakończeniu zajęć

Re-diagnoza po przeprowadzonych zajęciach.

VI. Opis wykorzystanych metod pracy wykorzystanych podczas zajęć

metoda integracji sensorycznej

VII. Opis wykorzystanych technik nauczania wykorzystanych podczas zajęć

1. STYMULACJA UKŁADÓW I SYSTEMÓW BAZOWYCH

„Wzrost jakości oferty edukacyjnej w Zespole Szkół w Choroszczy”
Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

Nasze prawidłowe funkcjonowanie oparte jest na informacjach, które dostarczają nam zmysły. Zmysły odbierają informacje w postaci bodźców zewnętrznych, jak i wewnętrznych z naszego organizmu. Każdy nasz ruch i jakieś działanie jest źródłem wrażeń zmysłowych.

Do prawidłowego kształtowania się integracji sensorycznej największe znaczenie mają trzy bazowe układy zmysłowe: **układ przedsionkowy, układ proprioceptywny, układ dotykowy.**

UKŁAD PRZEDSIONKOWY: jest podstawowym zmysłem rozwijającym się jeszcze w okresie płodowym. Receptory wrażeń przedsionkowych znajdują się w uchu wewnętrznym. Układ przedsionkowy odpowiada za:

1. Kontrolowanie ruchów liniowych (góra, dół, na boki) i rotacyjnych wykonywanych przez człowieka. Odbieranie informacji związanych z działaniem siły grawitacji.
2. Orientację w położeniu ciała w stosunku do powierzchni Ziemi.
3. Informowanie (OUN) o położeniu głowy w stosunku do szyi i reszty ciała oraz do otaczającej przestrzeni.
4. Podtrzymywanie prawidłowego napięcia mięśniowego.
5. Wyzwalanie odruchów niezbędnych do utrzymania ciała w spoczynku.
6. Wyzwalanie odruchów ocznych i koordynacji pracy obu oczu. Utrzymanie stałego pola widzenia podczas ruchów głowy.
7. Poczucie bezpieczeństwa grawitacyjnego.
8. Rozwój mowy.

UKŁAD PROPRIOCEPTYWNY: to najwcześniej rozwijający i dojrzewający system zmysłowy. Jego receptory znajdują się głównie we wszystkich mięśniach i skórze, ale także w stawach, więzadłach, ścięgnach i tkance łącznej. Układ proprioceptywny odpowiada za:

1. Poczucie obecności ciała, odczuwania ciężaru ciała i poszczególnych jego części w przestrzeni. Wytwarzanie odruchów prostowania i równowagi, które kształtują prawidłową motorykę i przyczyniają się do przeciwdziałania sile grawitacji.
2. Puszczenie częściami ciała bez udziału wzroku.
3. Wykonywanie swobodnych, precyzyjnych ruchów.
4. Percepcję ułożenia narządów jamy ustnej podczas mówienia.
5. Wytworzenie somatognozji.
6. Wyształcanie lateralizacji.

UKŁAD DOTYKOWY: rozwija się bardzo wcześnie bo około piątego, szóstego tygodnia po poczęciu. Informacje dotykowe trafiają do nas przez receptory znajdujące się w naszej skórze od głowy do palców u stóp. Układ ten ma wpływ na:

1. Poznawanie własnego ciała.
2. Wczesne poznawanie przedmiotów.

„Wzrost jakości oferty edukacyjnej w Zespole Szkół w Choroszczy”

Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

3. Różnicowanie bodźców dotykowych.

4. Rozwój emocjonalny.

1. **SCHEMAT CIAŁA (SOMATOGNOZJA)**- to inaczej zdolność czucia ciała, ruchów przez nie wykonywanych i zajmowanej przez nie przestrzeni oraz przynależność wszystkich jego części do całości. Dzięki prawidłowemu rozwojowi schematu ciała dziecko opanowuje wszystkie pojęcia odnoszące się do jego budowy, ruchów w przestrzeni. Są to umiejętności niezbędne do osiągnięcia sukcesów w procesie uczenia się.

2. ODRUCHY POSTAWY

Ważnym symptomem mówiącym o prawidłowym rozwoju centralnego układu nerwowego dziecka są odruchy pierwotne. Odruchy pierwotne to automatyczne reakcje inicjowane w rdzeniu kręgowym i odbywające się bez udziału wyższych ośrodków mózgowych. Są one aktywne przez określony czas a następnie ulegają wygaśnięciu albo przechodzą pod kontrolę wyższych ośrodków mózgowych. Integracja odruchów pierwotnych powinna nastąpić do końca pierwszego, najpóźniej do drugiego roku życia. Gdy to nastąpi w ich miejsce pojawia się następna grupa tak zwana grupa reakcji odruchowych, później zostają one podporządkowane reakcją prostowania i równowagi. Do najważniejszych reakcji odruchowych w istotny sposób wpływających na prawidłowe funkcjonowanie dziecka należą: Toniczny Odruch Błędnikowy (TOB), Symetryczny Toniczny Odruch Szyjny (STOS), Asymetryczny Toniczny Odruch Szyjny (ATOS).

• **USPRAWNIANIE UKŁADU WZROKOWEGO I SŁUCHOWEGO**

Dzieci z zaburzoną integracją sensoryczną są mniej „zgrabne” ruchowo, mogą nadal mieć trudności z ubieraniem się, źle trzymają ołówek, nieprawidłowo siedzą przy stole. Gorzej od innych rysują i piszą, szybciej się męczą, szczególnie przy wykonywaniu zadań precyzyjnych. Mają problem w nauce czytania, czytają wolniej, gubią linie, w której czytały. Mają trudności z przepisywaniem z tablicy, gubią litery, opuszczają wyrazy. Dlatego bardzo ważna jest terapia integracji sensorycznej stymulująca układ nerwowy oraz inne układy przygotowując dziecko do zadań edukacyjnych.

CELE SZCZEGÓŁOWE	STREFA DZIAŁANIA	CELE TERAPEUTYCZNE	PRZYKŁADOWE AKTYWNOŚCI
Reakcje odruchowe	Reakcje odruchowe: TOB, ATOS, STOS	Zintegrowanie reakcji odruchowych: TOB, ATOS, STOS	TOB ćwiczenia: PW- leżenie przodem: - unoszenie głowy w podparciu na przedramionach, a następnie na dłoniach, - toczenie i łapanie piłki, klaskanie przed twarzą, - „ pływanie żabką”, „ kołyszący się samolot” (kołysanie się z utrzymaniem uniesionej głowy, nóg i ramion). - ćwiczenia na deskorolce lub kocyku - ciągnięcie dziecka trzymającego linę, obręcz, laskę gimnastyczną (wyciągnięte RR i uniesiona głowa). PW – leżenie tyłem: - przyciągnięcie kolan rękami do klatki piersiowej i wytrzymanie w tej pozycji przez określony czas (do 20 s.)

„Wzrost jakości oferty edukacyjnej w Zespole Szkół w Choroszczy”

Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

układ przedsionkowy:	Kontrola oraz czucie ciała jego ruchów i pozycji w jakiej się znajduje.	Wzmacnianie napięcia posturalnego poprzez zmianę i wytrzymanie pozycji w trakcie aktywności pobudzających układ przedsionkowy.	- „kołyska” głowa przyciągnięta w kierunku kolan, - odbijanie rękami lub stopami balonika lub piłki plażowej. ATOS ćwiczenia: - PW leżenie przodem, tyłem, klęk podparty, skręt głowy w lewo i prawo z dotknięciem barków, - PW klęk podparty, wzniesienie ramienia skośnie w górę z jednoczesnym skrętem głowy w przeciwnym kierunku, - PW klęk podparty, sięgnięcie PR do lewego kolana i odwrotnie z równoczesnym śledzeniem wzrokiem ruchu ręki. STOS ćwiczenia: - PW leżenie tyłem ze zgiętymi nogami: a/łapanie przez dziecko rzuconego w jego kierunku balonu, piłki plażowej, piłki lekarskiej(0,5 kg.), b/uniesienie obu nóg i zarzucanie na stopy skakanki lub szarfy, c/ sięganie rękami do kolan i klepięcie w nie, d/ transportowanie piłki na brzuchu w oznaczone miejsce, odpychając się stopami od podłoża. ĆWICZENIA I ZABAWY: - Bieg lub szybki marsz z natychmiastowym zatrzymaniem się na chwilę i ponownym ruchem. - Zabawa w kangura : podskoki obunóż w miejscu do przodu, do tyłu, na boki. - Leżenie przodem a następnie tyłem. Ślizganie się w kółko na brzuchu lub na plecach. - Leżenie tyłem w poprzek materaca. Toczenie się po materacu w różnych kierunkach. - Zabawa „kołyska”- leżenie tyłem z nogami ugiętymi, oplecionymi rękami i przyciągniętymi do klatki piersiowej. Kołysanie się do przodu i do tyłu i na boki. - Pokonywanie toru przeszkód. - Balansowanie na dużej piłce w leżeniu przodem, tyłem lub w siadzie (wyrabianie
------------------------------------	--	---	--

„Wzrost jakości oferty edukacyjnej w Zespole Szkół w Choroszczy”

Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

Układ dotykowy	Czucie powierzchniowe	Normalizacja działania układu dotykowego	odruchu podparcia na rękach). - Zjeżdżanie w różnych pozycjach z ławeczki gimnastycznej opartej o drabinki. - Skakanie na piłkach typu kangur. - Huśtanie . - Zabawa w „ karuzelę”- dziecko w pozycji leżącej na brzuchu trzyma przed sobą linę , terapeuta kręci nią wkoło. ĆWICZENIA I ZABAWY: - Zabawy wykorzystujące sytuacje życia codziennego: mycie twarzy, zębów, jedzenie. - Zabawa „ Co to za przedmiot”- wyczuwanie rzeczy bez udziału wzroku. - Dotykanie dłoni i przedramion materiałami o różnej fakturze. - Chodzenie po ścieżce różnofakturowej na czworakach w linii prostej, kolistej, zygzakowatej. - Rozróżnianie i grupowanie przedmiotów codziennego użytku o tej samej fakturze. - Dobieranie w pary- bez udziału wzroku – figur o tej samej fakturze. - Wyklejanie z plasteliny. - Dotykanie dziecka palcem i lokalizowanie przez nie dotkniętego miejsca. - Rozpoznawanie przez dziecko narysowanych na jego plecach kształtów. - Wskazywanie lub nazywanie przez dziecko palca jego ręki, naciśniętego przez terapeuta w czasie gdy dziecko ma zamknięte oczy.
Układ proprioceptywny	Świadomość ruchu	Sprawne poruszanie się, wykonywanie czynności ruchowych bez kontroli wzroku, somatognozja	ĆWICZENIA I ZABAWY: - Noszenie, przenoszenie, przepychanie, ciągnięcie ciężkich przedmiotów, dużych zabawek. - Chodzenie na piętach, palcach, kolanach, na czworakach - Chodzenie tyłem. - Bębnienie w dużą piłkę. - „Taczki” - Zwis na drabinkach, próby podciągania się. - Napieranie rękoma, stopami na ścianę - Zawijanie dziecka w koc, folię i dociskanie ciała, dociskanie dużą piłką. - Podskoki obunóż do przodu do tyłu na boki.

„Wzrost jakości oferty edukacyjnej w Zespole Szkół w Choroszczy”

Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

Układ ruchu	Dyspraksja rozwojowa, duża motoryka	Rozwijanie ogólnej koordynacji ruchowej i sekwencyjności, reakcje równoważne, planowanie ruchu.	- Przeciąganie się w parze, przeciąganie liny, rozciąganie gumy, taśmy gumowej. - Podskoki na trampolinie. - Nazywanie i dotykane poszczególnych części ciała. - Odbijanie różnymi częściami ciała balonu lub piłki plażowej. - Wykonywanie przez dziecko poleceń, takich jak : „ Połóż się na brzuchu, na plecach”, „ Podaj lewą rękę”, „ Tupnij prawą nogą”... - Zabawa „ Lustro”- powtarzanie ruchów drugiej osoby. - Poruszanie się według wskazówek np. „ Zrób jeden krok do przodu, dwa kroki do tyłu, jeden krok w lewo” ZABAWY I ĆWICZENIA: - Leżenie przodem na kocyku lub deskorolce- zbieranie z podłogi małych przedmiotów i zawożenie ich do koszyczka, którego położenie zmieniamy. - W siadzie na deskorolce lub kocyku, obrót wokół własnej osi w jedną, a następnie w drugą stronę. - Czołganie się po podłodze w przód i w tył. - Podskoki z wymachem rąk. - Przeskakiwanie przez skakankę lub drążek. - Wymachy rękami do przodu, do tyłu. - Krążenie ramion. Turlanie się po podłodze w różnych kierunkach. - Przerzucanie piłki z ręki do ręki. Chodzenie do przodu, do tyłu, na boki z woreczkiem na głowie. Przyjmowanie i utrzymanie różnych pozycji, na przykład bociana, jaskółki. - Chodzenie wzdłuż toru wyznaczonego przez linkę ułożoną na podłodze.
---------------------------	--	--	--

Cele szczegółowe	Strefa działania	Cele terapeutyczne	Przykładowe aktywności
Układ słuchowy	Słuch fizyczny,	Umiejętność	ZABAWY I ĆWICZENIA: -

„Wzrost jakości oferty edukacyjnej w Zespole Szkół w Choroszczy”

Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

	sluch fonemowy, pamięć słuchowa	różnicowania dźwięków ustalania ich kolejności i zapamiętywania.	Rozróżnianie brzmień dochodzących z otoczenia. Rozpoznawanie dźwięków: wydawanych przez różne przedmioty, materiały, pojazdy, dochodzące z otoczenia. Różnicowanie i naśladowanie głosów zwierząt. Rozpoznawanie osób po głosie. Różnicowanie dźwięków ze względu na ich natężenie. Rozpoznawanie kolejności występowania dźwięków. Zapamiętywanie sekwencji występowania dźwięków. Układanie, tworzenie szeregów rytmicznych. Odtwarzanie rytmu ilustrowanego układem przestrzennym.
Zmysł wzroku	Ruchy gałek ocznych, widzenie obuoczne	Rozpoznawanie kształtów, rozróżnianie barw, umiejętność oceniania odległości położenia obiektów od oka, właściwa ocena kierunku padania światła.	ZABAWY I ĆWICZENIA: - Śledzenie wzrokiem przez dziecko znajdujące się w pozycji leżącej lub siedzącej, poruszającego się przedmiotu. Skupianie wzroku na przedmiocie znajdującym się na wysokości oczu po uprzednim kilkakrotnym wykonaniu obrotów wokół własnej osi w pozycji stojącej lub siedzącej. Śledzenie wzrokiem ruchu palca lub ołówka z nasadką kreślącego w powietrzu kształtu. Przerzucanie pierścieni lub piłeczki z ręki do ręki. Lokalizowanie wzrokiem punktów świetlnych na dużej ścianie. Wodzenie wzrokiem za światłem latarki w linii poziomej, pionowej, po okręgu.
Mała motoryka i grafomotoryka	Napięcie mięśniowe w obrębie dłoni i palców, koordynacja wzrokowo-ruchowa	Regulacja napięcia w obrębie dłoni i palców i rozwijanie koordynacji	ZABAWY I ĆWICZENIA: - Ćwiczenia mięśni obręczy barkowej. - Gniecenie gąbek, pianowych piłeczek, ugniatanie z papieru małych kuleczek trzema palcami. Przykładanie do siebie kolejno palców każdej dłoni: kciuk do kciuka, wskazujący do wskazującego itd. Zbieranie drobnych elementów chwytem pęsetkowym, pęsetą lub szczypcami. Wydzieranie łatwych kształtów z kolorowego papieru. Formowanie z masy różnych elementów i naklejanie ich na papier. Kreślenie palcem, patykiem, piórkami na tacach z sypanym materiałem obszernych

„Wzrost jakości oferty edukacyjnej w Zespole Szkół w Choroszczy”

Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

			kształtów swobodnymi ruchami. W zależności od rodzaju napięcia mięśniowego stosowanie do ćwiczeń twardych lub miękkich ołówków i żelowych długopisów. Rysowanie i pisanie z lekkim obciążeniem lub z założoną na ołówek, długopis pióreczką kauczukową lub tulejką z modeliny. Wykonywanie dłońmi i palcami ruchów okrężnych od strony lewej do prawej lub masażu dłoni lub palców. Trzymanie i przekładanie z ręki do ręki określonego przedmiotu. Nawlekane dużych, a następnie coraz mniejszych koralików na sznurek. Wkładanie drobnych przedmiotów do pojemnika z niewielkim otworem.
--	--	--	---

VIII. Program

Liczba godzin	Temat	Zakres treści	Metody i techniki pracy
20	Usprawnianie układu przedsionkowego	Ćwiczenia na sprzęcie naziemnym i podwieszanym normalizujące działanie układu nerwowego	Metoda integracji sensorycznej
5	Usprawnianie układu dotykowego	Masaże, poprawa odbioru wrażeń z czucia, normalizacja układu dotykowego, ćwiczenia czucia różnicującego	Metoda integracji sensorycznej
15	Usprawnianie układu proprioceptywnego	Poprawa odczuwania ciała bez kontroli wzrokowej, schemat ciała, ogólnej koordynacji ruchowej	Metoda integracji sensorycznej
5	Usprawnianie funkcji wzrokowych	Usprawnianie koordynacji ręka-oko, funkcji wzrokowych, wodzenia i konwergencji	Metoda integracji sensorycznej
5	Usprawnianie funkcji słuchowych	Ćwiczenia różnicujące bodźce słuchowe	Metoda integracji sensorycznej
10	Wyhamowanie przetrwałych odruchów TOB, STOS i ATOS	Ćwiczenia układu przedsionkowego, ćwiczenia mięśni grzbietu, brzucha, ćwiczenia na wyhamowanie odruchu ATOS wg sekwencji	Metoda integracji sensorycznej
5	Usprawnianie planowania motorycznego i napięcia mięśniowego	Kształcenie ogólnej koordynacji, ruchu naprzemiennego, orientacji przestrzennej, wzmacnianie partii mięśni, precyzji ruchu	Metoda integracji sensorycznej

„Wzrost jakości oferty edukacyjnej w Zespole Szkół w Choroszczy”

Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

5	Ćwiczenia usprawniające poziom graficzny pisma	Normalizacja układu dotykowego, napięcia mięśniowego, planowania ruchu, ruchomości w stawach, precyzyjnych ruchów rąk	Metoda integracji sensorycznej
---	--	---	--------------------------------