

ZABAWY WSPIERAJĄCE DZIECKO

PROPOZYCJE ĆWICZEŃ W ZAKRESIE SFERY POZNAWCZEJ:

- 1. Punkt.**

Wpatrywanie się w wyznaczony punkt przez coraz dłuższy odcinek czasu - rozpoczynając od 30 sekund.
- 2. Co widzę.**

Odtwarzanie z pamięci wcześniej obserwowanych przedmiotów, rysunków (słownie lub rysunkowo).
- 3. Zagadki.**

Dzieci słuchają wierszowanych zagadek. Następnie wskazują odpowiedni obrazek spośród rozsypanki lub udzielają ustnej odpowiedzi.
- 4. Uważne patrzenie.**

Dziecko wybiera jeden przedmiot z wielu znajdujących się w gabinecie, następnie próbuje go szczegółowo opisać: wielkość, kształt, kolor i faktura. Po chwili siada wygodnie, zamyka oczy i opisuje dokładnie przedmiot.
- 5. Poczuj podmuch wiatru.**

Dzieci siadają w dużym kręgu, zamykają oczy i wyciągają ręce. Terapeuta spaceruje dookoła powoli i bezszelestnie, następnie przystaje przy jednym dziecku i powoli wydmuchuje powietrze na wyciągnięte ręce dziecka. Kiedy dziecko poczuje powiew wiatru, klaszcze w dłonie.
- 6. Nieprawdziwa historia.**

Dzieci uważnie słuchają historii (dowolny tekst). Za każdym razem, gdy usłyszą kłamstwo/niedorzeczność wykrzykują słowa „bzdura”.
- 7. Słucham uważnie.**

Terapeuta wydaje dziecku ciąg różnych poleceń (np. podejdź do okna, zastukaj trzy razy, weź jedną z zabawek stojących na regale, zanieś ją na fotel, podejdź do mnie i zrób pięć przysiadów). Zadaniem dziecka jest uważnie słuchać i dokładnie powtórzyć wszystkie zadania.
- 8. Zamiana.**

Dzieci siedzą w rzędzie. Wylosowane dziecko staje naprzeciw dzieci i stara się zapamiętać, kto koło kogo siedzi, po czym odwraca się. Wtedy jedno z dzieci zmienia miejsce. Zadaniem odgadującego jest wymienić imię dziecka, które zmieniło miejsce.
- 9. Czarodziejski krąg.**

Dzieci siedzą w kręgu. Jedna osoba siedzi w środku z zamkniętymi oczami. Uczestnicy podają sobie mały przedmiot, dopóki osoba w środku nie powie: STOP. Przedmiot znowu zaczyna krążyć tak szybko, jak to jest możliwe, a osoba, u której w tym momencie znajduje się przedmiot, musi wymienić kilka ustalonych słów (np. 5 nazw zwierząt) dopóki przedmiot do niej nie wróci. Jeśli jej się to nie uda, wchodzi do środka i zajmuje miejsce. Jeśli zdaży, zabawę kontynuuje osoba, która jest w środku.
- 10. Siedzimy-stoimy.**

Terapeuta poleca dzieciom patrzeć na niego, słuchać uważnie, co mówi, i wykonywać jego polecenia. Prowadzący mówi np.: siedzimy, a jednocześnie sam stoi, mówi nos-pokazuje oko itp.
- 11. Transport na plecach.**

Dzieci siadają jedno za drugim w szeregu tak, aby każdy mógł swobodnie dosięgnąć rękoma pleców swojego poprzednika. Uczestnik na samym końcu szeregu zapisuje na kartce „poufną wiadomość”: symbole, cyfry, litery, i tym podobne, a następnie odkłada ją w takie miejsce, gdzie nikt nie będzie mógł podejrzeć, co zostało na niej napisane. Dziecko na drugim końcu rzędu otrzymuje również kartkę i ołówek. Teraz ostatni uczestnik, autor „poufnej wiadomości”, rysuje ją na plecach swojego poprzednika. Ten przekazuje ją swoimi rękoma dalej na plecy następnej osoby – powtarza się to tak długo, aż wszystkie dzieci otrzymają wiadomość. Ostatni uczestnik zapisuje ją na swojej

kartce. Na koniec porównujemy wyjściową informację oraz to, co dotarło do końca rzędu. Ile z pierwotnej wiadomości można jeszcze rozpoznać? Jak dzieci czuły się w trakcie owego szczególnego transportu?

12. Impuls.

Dzieci tworzą dwa rzędy. Siedzą po turecku jedno za drugim. Przed nimi, na środku leży miękka piłeczka oraz siedzi osoba prowadząca grę. RzUCA monetą. Gdy wypadnie orzeł ostatnie osoby w rzędach ściskają delikatnie za ramiona osoby przed sobą. Puszczony w ten sposób impuls dociera do pierwszej osoby w rzędzie. Jej zadaniem jest wówczas zabranie piłki leżącej na początku rzędów. Oba rzędy rywalizują, który z nich będzie szybszy i zdobędzie więcej punktów (więcej razy zabierze piłkę).

13. Czytanie szyfrem.

Dzieci czytają na głos poszczególne litery alfabetu, pamiętając, że każda z nich zawiera zakodowaną instrukcję. Na przykład, kiedy dziecko czyta „A”, musi ugiąć kolana, „S” - dotknąć palcem nosa, „N” - wyciągnąć ramiona do góry. Dzieci ćwiczą szybsze i wolniejsze odczytywanie liter i wykonywanie poleceń.

14. Co się zmieniło.

Dzieci przyglądają się uważnie rozmieszczeniu elementów na regale. Następnie jedna osoba wychodzi z sali, a pozostałe osoby zmieniają ustawienie przedmiotów na półce. Osoba, która wraca musi odgadnąć, co się zmieniło.

15. Deszcz meteorytów.

Terapeuta podrzuca do góry watki lub piórka (w jednym lub w różnych kolorach). Watki/piórka wyrzuca bardzo wysoko do góry tak, aby wolno spadały na podłogę. W tym czasie dziecko ma za zadanie złapać do siatki jak najwięcej watek/piórek.

16. Prawda czy fałsz.

Prowadząca odczytuje dzieciom różne zdania. Zadaniem dzieci jest jak najszybsze udzielenie odpowiedzi czy czytany tekst zgodny z prawdą.

17. Tajemniczy worek.

Dziecko po kolei wyszukuje przedmioty spośród różnych schowanych w worku (różne wielkości, materiały, faktury). Rozpoznaje je poprzez dotyk, próbuje odgadnąć i nazwać.

18. Ćwiczenia angażujące percepcję słuchową:

- dziecko słucha dźwięków przyrody oraz zwierząt, które można spotkać na danym terenie i wskazuje, które zdjęcia odpowiadają poszczególnym dźwiękom;
- dziecko siada wygodnie i zamyka oczy, a następnie słucha dźwięków, najpierw tych dochodzących z ulicy (szum wiatru, przejeżdżające samochody), potem tych dochodzących z pomieszczenia (hałas komputera, szepty innych dzieci), a na koniec tych dochodzących z ciała dziecka (bicie serca, oddech). Na koniec głośno o nich opowiada lub zapisuje to, co zapamiętało na kartce;
- zabawa „powtórz po mnie”: terapeuta wydaje dźwięki różnymi przedmiotami, a dziecko z zamkniętymi oczami nasłuchuje i następnie odgaduje nazwy użytych przedmiotów (np. stukanie łyżeczką, cięcie nożyczkami, gniecie papieru);
- klaskanie na sygnał: przed przeczytaniem bajki dziecku terapeuta wskazuje jakieś słowo (np. *król*); gdy w opowiadaniu słowo to się pojawi, dziecko klaszcze (lub wykonuje umówiony ruch, np. podskakuje);
- zabawa w kończenie słów dowolną sylabą, tworzenie nowych wyrazów z liter innego wyrazu po ich przedstawieniu;
- tworzenie słów z wypowiedzianych głosek, sylab;
- słowny łańcuszek: podawanie przez dzieci słów na zmianę, tak by ostatnia głoska słowa była pierwszą głoską następnego;
- wysłuchiwanie ukrytego wyrazu w innym wyrazie;
- szyfrowanie słów (dodawanie do każdej sylaby innej – np. *mu*);

- powtarzanie za terapeutą ciągów słów (np.: *but, bluzka, spodnie, skarpetka*) oraz pseudosłów (np. *kadafa, maruka, misemi, łopota*);
 - zabawa w jakie słowo było powiedziane dwa razy (np.: *okno, oko, drzwi, okno albo morena, kufa, posemi, leno, kufa*);
 - odtwarzanie struktur dźwiękowych - według wzoru;
 - wykonywanie poleceń do usłyszanego tekstu.
19. Ćwiczenia angażujące percepcję wzrokową i koordynację wzrokowo-ruchową:
- wyszukiwanie szczegółów na rysunkach lub różnic między ilustracjami;
 - rysowanie w obrębie konturów, kopiowanie przez kalkę, rysowanie po śladzie, kolorowanie drobnych elementów, labirynty, łączenie wyznaczonych punktów;
 - układanie obrazków w szeregu według kolejności, w jakiej były eksponowane;
 - zapamiętanie jak największej liczby przedmiotów eksponowanych na obrazku;
 - rysowanie, kolorowanie pod dyktando;
 - czego tu brakuje: dorysowywanie brakujących elementów obrazka;
 - wyszukiwanie niedorzeczności na obrazkach;
 - literowe i liczbowe diagramy (w diagramach umieszczone są litery bądź liczby. Diagramy te różnią się od siebie. Zadaniem dzieci jest dostrzeżenie różnic i w jak najkrótszym czasie zaznaczenie ich na jednym z diagramów);
 - układanie wzorów z figur geometrycznych;
 - wyszukiwanie błędów tekście.
20. Gry planszowe:
- szachy, bierki, Memory, puzzle, Tangram, Scrabble, Bystre oczko, Blokus.

Opracowała Małgorzata Siemiątkowska - pedagog

Bibliografia:

1. Baranowska W., ADHD – prawie normalne życie, wyd. WSHE, Łódź 2007.
2. Chrzanowska B., Święcicka J., Oswoić ADHD. Przewodnik dla rodziców i nauczycieli dzieci nadpobudliwych psychoruchowo, Difin, Warszawa 2006.
3. Hanć T., Dzieciństwo i dorastanie z ADHD, Impuls, Kraków 2009.
4. Marczak A., Program pracy z dzieckiem z objawami nadpobudliwości psychoruchowej (ADHD) w przedszkolu lub szkole, Fraszka Edukacyjna, Warszawa 2006.
5. Pawlak P., Program profilaktyczno-terapeutyczny dla dzieci z zespołem nadpobudliwości psychoruchowej, Impuls, Kraków 2009.
6. Pfiffner L., Wszystko o ADHD, Zysk i S-ka, 1996.
7. Sosin I., Terapia pedagogiczna uczniów ze specyficznymi trudnościami w uczeniu się, Raabe, Warszawa 2008.