

WCZESNE WSPOMAGANIE ROZWOJU DZIECKA – WSKAZÓWKI DO SAMODZIELNEJ PRACY Z DZIECKIEM W DOMU

Nikt tak jak rodzic nie zna swojego dziecka i nikt też nie ma takiej możliwości obserwacji jego rozwoju jak on. Rodzice spędzają ze swoim dzieckiem najwięcej czasu, znają jego potrzeby, rozumieją wysyłane komunikaty, nawet te niewerbalne i zauważają nawet najmniejsze postępy w rozwoju.

W trosce o rozwój tych najmłodszych dzieci, powstał niniejszy poradnik, który zawiera wskazówki do prowadzenia ćwiczeń w warunkach domowych, w okresie tzw. zdalnego nauczania. Czas spędzony w domu również może obfitować w kreatywne i nastawione na rozwój dziecka działania, które niewątpliwie będą miały korzystny wpływ na różne sfery poznawcze.

DOBRE NAUCZANIE TO ORGANIZOWANIE

Organizowanie nie tylko w sensie działań terapeutycznych, ale także miejsca, czasu i atmosfery.

Rodzicu – Ty najlepiej wiesz, w jakich warunkach Twoje dziecko jest wyciszone i skupione na działaniu. Prowadzenie ćwiczeń nie wymaga siedzenia przy stoliku (chyba że dziecko preferuje taką formę), czasem wystarczy kawałek dywanu, dobrze dziecku znana i lubiana powierzchnia – i można działać.

Kiedy już mamy zorganizowane miejsce, musimy wybrać odpowiednią porę dnia do ćwiczeń. Wiedząc, jak funkcjonuje dziecko i która pora w ciągu dnia jest dla niego najlepsza pod względem podejmowania aktywności, organizuj czas na ćwiczenia właśnie w tym czasie. To zapewni dziecku siłę do podejmowania zadań, a Tobie jego maksymalne skupienie.

W planowaniu działań o charakterze terapeutycznym istotnym elementem jest także atmosfera. Każdy z nas lubi poczucie bezpieczeństwa, spokoju i akceptacji. Tak samo jest z dziećmi – łatwiej nabywają nowe umiejętności, kiedy czują, że mogą się pomylić, ale to nie wpłynie znacząco na ich odbiór u osoby, z którą ćwiczą. Ponadto, jako rodzic również potrzebujesz spokoju, który znacząco wpływa na komfort pracy. Warto czasem zorganizować

pracę tak, by dla dziecka była czymś przyjemnym, nawet jeśli w naszym odbiorze mogłaby być bardziej rozwijająca w obszarach poznawczych.

Czas, miejsce, atmosfera – jakże ważne, ale jak zorganizować ćwiczenia bez bazy dydaktycznej? To pytanie zapewne pojawiło się zaraz po wprowadzeniu zdalnego trybu nauczania i mocno zastanawia wielu rodziców, bo o ile bardziej przyjemne aspekty są do wykonania, o tyle pomoce wydają się czymś zdecydowanie trudniejszym. Nic bardziej mylnego! Tak naprawdę, wystarczą domowe zasoby, którymi dysponujecie. Dobrą praktyką w warunkach domowych jest używanie zabawek dzieci czy też rzeczy codziennego użytku.

Najważniejsze jest, by pamiętać, że w tym czasie, kiedy dziecko nie może uczęszczać na terapie wczesnego wspomagania rozwoju dziecka, rodzice nie są zostawieni sami sobie. Terapeuci służą swoją pomocą poprzez kontakt telefoniczny i mailowy, podpowiadają jak wykonywać ćwiczenia oraz wskazują wartościowe zasoby online.

Jesteśmy w kontakcie!

FABRYKA JĘZYKA – ROZWIJAMY KOMPETENCJE JĘZYKOWE



Nie ulega wątpliwości, że kompetencje komunikacyjne dziecka to jeden z najważniejszych obszarów. Pozwalają one na rozumienie dziecka i jego najpilniejszych potrzeb. Z tego powodu terapia logopedyczna, jaką jest objęte dziecko jest bardzo istotna. Jak zatem ćwiczyć by dalej rozwijać tę sferę? Poniżej podajemy propozycje zadań i stronę online, które z pewnością się przydadzą.

- Ćwiczenia aparatu mowy – ćwiczeń jest mnóstwo, ale warto wypróbować te, które oferuje portal [mimowa.pl](https://www.mimowa.pl)

<https://www.mimowa.pl/gimnastyka-buzi-i-jezyka>

- Dzieciom, które wymagają większej stymulacji w obrębie aparatu mowy polecamy masaż logopedyczny (wskazówki do pracy można uzyskać po indywidualnym kontakcie z terapeutą), a także wszelkie działania wspierające naukę prawidłowego jedzenia – żucia i połykania poprzez podawanie zróżnicowanych smakowo i fakturowo pokarmów (np. pokarmy kwaśne pobudzające produkcję śliny, produkty o niejednolitej konsystencji).
- Ćwiczenia doskonalące prawidłowy sposób oddychania. Można je wykonywać w bardzo prosty sposób – od zabaw w przedmuchiwanie drobnych elementów, przez zabawy z plastikowymi rurkami (przenoszenie drobnych elementów), po zabawy w dmuchanie przez rurkę do kubeczka z wodą. Dziecko lubi budować z klocków? Zbudujcie labirynt, przez który będzie można prowadzić oddechem piłeczkę do ping ponga lub piórko☺
- Jeśli Wasze dziecko jest na etapie wypowiedziania pierwszych głosek lub słów, utrwalajcie z nim nabyte umiejętności. Przedłużajcie samogłoski: A, U, I, O, E, Y, używając do tego zabawek. Podobnie postępujcie w przypadku wyrażen dźwiękonaśladowczych. W Waszych domach na pewno są figurki zwierzątek lub obrazki, które je przedstawiają. Są też przedmioty codziennego użytku, które również sprawdzą się do ćwiczeń dźwiękonaśladowczych, np. telefon (halo), piłka (hop hop), zegarek (tik tak), itp.
- Na zajęciach systematycznie poszerzamy zasób słownictwa. Jak to zrobić w warunkach domowych? Najprościej jak tylko się da – nazywaj wszystko i proś dziecko, by ono także nazywało: przedmioty, części ciała, jedzenie, ubrania, czynności. Zaczynaj zdania, a dziecko niech je kończy. Baw się z dzieckiem w chowanie przedmiotów i pytaj je, czego nie ma. Używaj zabawek i wykonuj nimi różne czynności, a dziecko niech mówi, co robi jego ulubiona zabawka.
- Nie zapominamy także o tworzeniu zdań i budowaniu wypowiedzi. Czytaj z dzieckiem bajki, zadawaj mu do nich pytania. Układajcie historyjki obrazkowe, a robiąc najprostsze domowe czynności, proś dziecko, by mówiło, co trzeba po kolei zrobić. Nie trzeba wymyślnych pomocy, wystarczy to, co mamy w domu, a jak wiadomo dzieci najbardziej lubią się bawić przedmiotami przeznaczonymi dla dorosłych.

ZABAWA TO PODSTAWA – TAKŻE W ROZWOJU FUNKCJI POZNAWCZYCH



Funkcje poznawcze pozwalają na lepszy odbiór rzeczywistości - uczą nas porządkować, nazywać, klasyfikować, wyodrębniać. Są kluczowe w procesie nauki i poszerzania wiedzy. Dzięki ich rozwojowi, łatwiej przyswajamy pewne umiejętności, które są istotne w ogólnym rozwoju. Ćwiczenia funkcji poznawczych z łatwością można wykonać z dzieckiem w domu, korzystając z posiadanych rzeczy i zabawek. Propozycje podajemy poniżej.

- Percepcja wzrokowa

Odnosi się ona do wszystkich procesów związanych z przetwarzaniem wzrokowym. Do pracy nad jej usprawnianiem wystarczą proste czynności: sortuj z dzieckiem przedmioty/zabawki wg wskazanej cechy (np. kolor, wielkość, kształt), układajcie puzzle; zróbcie i układajcie domowe puzzle – wybrany przez dziecko obrazek potnij na części w linii poziomej, pionowej lub po skosie; szereguj z dzieckiem zabawki wg wskazanej zasady (np. od najmniejszej do największej); zaproponuj dziecku, by wyszukiwało różnice w obrazkach; bawcie się naprzemiennie w chowanie przedmiotów – gdy chowasz zabawkę, dziecko musi wskazać, która zniknęła; grajcie w popularne gry takie jak domino i memory.

- Percepcja słuchowa

Skupia się ona na przetwarzaniu słuchowym, które w codziennym życiu jest nam potrzebne do rejestrowania i identyfikowania dźwięków, co z kolei bezpośrednio przekłada się na umiejętność nabywania mowy. W domu najlepiej ją ćwiczyć poprzez odtwarzanie sekwencji dźwięków. Nie potrzeba instrumentów, wystarczą ręce, by móc klaskać lub uderzać w stół – zadaniem dziecka jest wykonanie takiej samej sekwencji dźwięków. Inny wariant ćwiczeń to wydawanie dźwięku i pytanie dziecka, czy był on głośny, czy cichy. W domu są zabawki wydające zróżnicowane odgłosy? Wykorzystaj to! Zastłoń oczy dziecka

chustą, włącz zabawkę i po chwili wyłącz – zadaniem dziecka jest wskazanie, która wydała dźwięk. To samo ćwiczenie można przeprowadzić z użyciem dowolnych przedmiotów z domu (włącznik od lampki, mięcie papieru, cięcie nożyczkami itp.). Ćwiczenie słuchowe w formie gry? Jak najbardziej! Przygotuj z dzieckiem memory logopedyczne. Wystarczą puste pudełka, np. po zapałkach, do których wsypiecie różne materiały (piasek, ryż, koraliki, szpilki) po dwa do każdego pudełka by była para, następnie okleicie je taśmą i gotowe. Zasady gry są jak w przypadku zwykłego memory, ale w tej wersji liczy się słuch.

- Relacje przyczynowo-skutkowe

Dlaczego zajmują ważne miejsce w terapii? Jest tak, gdyż pozwalają one na przewidywanie skutków swoich działań i doskonałą umiejętność planowania. To z kolei powoduje, że dziecko rozumiejąc relacje przyczyna-skutek, jest w stanie modyfikować swoje działania oraz planować je w taki sposób, by były spójne i logiczne. Będąc w domu, możemy je ćwiczyć poprzez układanie i opowiadanie historyjek obrazkowych, oglądanie obrazków z czynnościami i mówienie, co mogło stać się wcześniej lub, co stanie się później. Codzienne czynności również sprzyjają treningowi myślenia przyczynowo-skutkowego. Poproś dziecko, by pomogło Ci zrobić kanapki – niech przy tym opowiada, co powinno się kolejno robić. To samo działanie możesz wykorzystać przy ubieraniu, czy sprzątanii.

- Mała motoryka i grafomotoryka

O tym, że sprawność manualna jest istotna, nie trzeba nikogo przekonywać. Dobrze wypracowana ręka pozwoli w przyszłości uniknąć trudności w pisaniu, a zdolności grafomotoryczne ułatwią wszelkie prace manualne, które są realizowane chociażby w ramach zajęć plastycznych. Spędzając czas w domu z dzieckiem, mamy wiele możliwości, by doskonalić te umiejętności. Rysuj dziecku w zeszycie szlaczek, które ono ma następnie dokończyć. Malujcie wspólnie obrazki z użyciem farb lub kredek. Nawlekajcie koraliki na sznurki. Bawcie się lepieniem plasteliny, a w codziennych czynnościach motywuj dziecko do pomocy w kuchni – gnieciecie ciasta, wałkowanie, otwieranie i zakręcanie pudełek z przyprawami – to wszystko jest dla niego niezwykle interesujące, a zarazem poznawczo rozwijające. Małą motorykę można też ćwiczyć podczas ubierania się – zapinanie guzików, radzenie sobie z zamkami to oprócz dobrego treningu, okazja do pracy nad sprawnością manualną.

WYGINAJ ŚMIAŁO CIAŁO – ROLA ĆWICZEŃ W PRAWIDŁOWEJ POSTAWIE



Uzupełnieniem dwóch wcześniej omawianych obszarów – komunikacji i funkcji poznawczych – są ćwiczenia rehabilitacyjne, które wpływają na prawidłową postawę ciała. Jak powszechnie wiadomo prawidłowe ułożenie ciała i przeciwdziałanie wadom postawy, procentuje w dorosłym życiu ograniczeniem sytuacji wystąpienia bólów reumatycznych. Poza tym ruch, to świetna alternatywa dla spędzania czasu przed komputerem czy telewizorem. Warto codziennie poświęcić trochę czasu dla kondycji ciała, a jak to zrobić z dzieckiem, wyjaśniamy poniżej, w propozycjach.

- Baw się z dzieckiem, wykorzystując piłkę – podawanie i odbijanie uczy refleksu i koordynacji.
- Tańcz z dzieckiem w rytm muzyki – raz szybko, raz wolno. W ten sposób oprócz zabawy ruchowej, doskonalisz także percepcję słuchową.
- Doskonał układ dotykowy dziecka - zaproponuj mu zabawę w „naleśnika”. Polega ona na zawijaniu malucha w koc i dociskaniu jego rąk i nóg.
- Korzystnie na budowanie prawidłowego napięcia mięśniowego, wpływają wszelkie zabawy w przepychanie i siłowanie. Domowe zapasy? W takiej wersji jak najbardziej!
- Ćwicz z dzieckiem ruchy naprzemiennie! Tu nie będą potrzebne żadne pomoce – wystarczą ręce i nogi. Dotykajcie lewą ręką prawego uda i prawą ręką lewego uda – i tak na zmianę.
- Zrób dziecku tor przeszkód do pokonania. W domu może być mniejszy, ale jeżeli macie własne podwórko, wówczas jest też więcej miejsca do działania. Zorganizuj przeszkody do omijania, skakania, czołgania i przeciągania. To nie tylko ćwiczenia, ale również wspianała zabawa!

Wszystkie przedstawione propozycje poddajemy do Państwa wyboru. Wiele z nich z pewnością przypadnie do gustu Waszym dzieciom i pozwoli na domowe kontynuowanie terapii, którą do tej pory miały w ramach zajęć wczesnego wspomagania rozwoju dziecka na terenie szkoły. Prosimy, bądźcie pamiętali, że czasem nie liczy się ilość danych ćwiczeń, ale chęć i motywacja. Nie wszystko od razu wyjdzie, bo jak wiemy czas jest potrzebny we wszystkim, również a może przede wszystkim w ćwiczeniach. Życzymy ciekawych doświadczeń i sukcesów!