

## PROGRAM ĆWICZEŃ INTEGRUJĄCYCH DO ZAJĘĆ RUCHOWYCH Z DZIEĆMI ZE SPECJALNYMI POTRZEBAMI

- opracowany przez **Sally Goddard Blythe** w Instytucie Psychologii Neurofizjologicznej (INPP) w Szkocji w Wielkiej Brytanii.

Testy i ćwiczenia zostały przystosowane przez Sally Goddard Blythe do pracy z większą grupą dziećmi w wieku szkolnym.

Program skierowany jest przede wszystkim do dzieci, które mają trudności z: czytaniem, pisanem, przepisywaniem i koordynacją ruchową.

Jest to zestaw prostych ćwiczeń, który powinny być wykonywane przez uczniów codziennie przez 10 - 15 minut przez okres od 9 do 12 miesięcy, dając tym samym możliwość poprawy wyników w nauce.

Ćwiczenia integrujące do zajęć ruchowych: wpływają na poprawę równowagi, wspomagają umiejętności ruchowe i pomagają zintegrować wczesne odruchy.

Wzorce ruchowe zostały rozłożone na najprostsze elementy, zaczynając od podnoszenia głowy w pozycji na brzuchu i na plecach. Ćwiczenia kształtują prawidłową postawę ciała, doskonałą umiejętność korzystania z lewej i prawej strony ciała, jak również wspomagają pracę górnej i dolnej części ciała.



Pozycja: GĄSIENNICA

Integruje odruchy: Morro, TOB, ATOS, optyczny i inne.

Leżenie na brzuchu, nogi proste, głowa w przedłużeniu, ręce zgięte, oczy otwarte lub zamknięte. Wykonanie: unoszenie głowy do przedłużenia tułowia – utrzymanie pozycji, opuszczenie na podłogę.

Ta sama pozycja - wsparcie się na przedramionach.

Zajęcia odbywają się na podłodze, przeszkolony nauczyciel pomaga uczniom wykonać zadania ruchowe.



Pozycja: UKWIAŁ

Integruje odruchy: Morro, TOB.

Pozycja leżąca na plecach, zwijamy się w kłębek, ręce skrzyżowane, nogi skrzyżowane w kostkach.

Oczy są zamknięte, następnie otwarcie oczu, opuszczenie głowy i powrót do pozycji początkowej.

Testy zostały opracowane dla dzieci w wieku 4 – 7 lat i powyżej 7,5 roku życia:

- część testów przeznaczona jest dla dzieci od lat 5 i starszych,
- testy, które nie posiadają oznaczenia wiekowego mogą być stosowane u dzieci od lat 4.

Testy wykonywane przez dzieci to między innymi:

próba Romberga, test Schragera, test raczkowania, przekraczania linii środkowej ciała, test przeciwstawnego kciuka i palca, testy odruchów pierwotnych – oceniane są w skali od 0 - 4 .

Dzieci wykonują również zadania rysunkowe adekwatne do wieku rozwojowego.

Program ćwiczeń integrujących to doskonałe narzędzie pomagające w rozpoznawaniu przyczyn trudności w nauce szkolnej, a także skuteczny sposób aby wykształcić umiejętności niezbędne do efektywnego uczenia się.

Opracowanie:  
mgr Elżbieta Piniarska  
mgr Aneta Kyzioł