

Propozycje ćwiczeń- zajęcia rewalidacyjne

Przykładowe ćwiczenia grafomotoryczne:

1. dopełnianie rysunku figur geometrycznych – dorysowywanie brakującej części, np.: niepełnego kwadratu;
2. rysowanie szlaczków i kształtów literopodobnych na gładkiej kartce, a następnie w liniaturze zeszytu;
3. wypełnianie obrazków, szablonów przez łączenie punktów, zamalowywanie oznaczonych pól, zakreskowywanie, wyklejanie, itp.;
4. rysowanie szlaczków rozpoczętych od lewej strony;
5. kreślenie linii pionowych (z góry w dół) i poziomych (z lewej do prawej);
6. ćwiczenia w rysowaniu okręgów i spirali w obu kierunkach;
7. zamalowywanie obrazków;
8. kalkowanie;
9. łączenie kropek;
10. rysowanie po śladzie;

Ćwiczenia wspomagające rozwój motoryki dużej:

1. chodzenie i bieganie po drodze równej i z przeszkodami (tory przeszkód);
2. podskoki obunóż i na jednej nodze, pojedyncze i w seriach;
3. czołganie się, chodzenie na czworakach (zabawy naśladowcze), przechodzenie przez obręcz; zabawy – zagadki pantomimiczne naśladowujące codzienne czynności lub zawody (np. jazda rowerem, samochodem, mycie się, „zgadnij, jaki to zawód” np. kierowca, malarz, fryzjer, informatyk itp.);
4. ćwiczenia równoważne – chodzenie po desce, ławeczce, narysowanej ścieżce;
5. ćwiczenie płynności ruchów: naśladowanie lotu ptaków, przechodzenie pomiędzy gałęziami drzew (ruchy rozgarniające rąk) itp.

Ćwiczenia rozwijające koordynację wzrokowo-ruchową:

1. rozpoznawanie przedmiotów przy pomocy zmysłu dotyku;
2. dopasowywanie elementów o tych samych kształtach;
3. kreślenie linii, łuków, kół, szlaczków – w powietrzu, na papierze, tablicy, w piasku, na dywanie, po gęstej warstwie kleju (kredką, ołówkiem, kredą, palcem, pędzlem, pisakami, piórkiem, kłębkim waty, patyczkiem, dłonią);
4. zamalowywanie dużych powierzchni – pędzlem, dłonią, gąbką;

Warto przypomnieć - Komunikacja

JAK ROZMAWIAĆ Z OSOBAMI Z ZABURZENIAMI AUTYSTYCZNYMI?

- Mów **patrzając w oczy** rozmówcy, ściągać go wzrokiem.
- Skieruj twarz i sylwetkę w jego stronę.
- Proś dziecko, aby było **zwrócone do Ciebie przodem**.
- Ucz je, aby **patrzyło na Ciebie**, najlepiej na twarz, a jeszcze lepiej w oczy.
- **Stosuj zgodne komunikaty werbalne i niewerbalne** - jeśli mówisz do dziecka: „przestań mnie kopać”, to postaraj się, by Twoja mina była przy tym poważna, stanowcza, a postawa ciała sugerowała, że nie masz ochoty na kontakt, dopóki dziecko nie przestanie np. odsunąć się, przerwij zabawę.
- **Formułuj komunikaty pozytywne** - mów, co dziecko ma zrobić, a nie to, czego ma nie robić, czyli zamiast powtarzać „nie skacz po kanapie” powiedz: „kanapa służy do siedzenia” lub „skacz po podłodze”, zamiast: „nie biegaj” powiedz: „idź powoli”.
- **Mów o konkretach** - jeśli zależy Ci, by dziecko posprzątało w swoim pokoju, powiedz mu szczegółowo, czego oczekujesz np. „wrzuć wszystkie klocki do pudełka, a misie posadź na półeczce”. Podobnie w przypadku oczekiwania - „bądź grzeczny” - ukonkretnij, co to znaczy i jakich zachowań oczekujesz.
- **Jasno formułuj swoje oczekiwania** - osoby z zaburzeniami ze spektrum autyzmu nie czytają między wierszami, mają duże trudności, żeby domyślić się, co czują lub myślą inne osoby, jakie mają intencje i potrzeby (spowodowane jest to deficytami w zakresie teorii umysłu).
- **Dawaj krótkie, proste komunikaty werbalne**.
- **Rób przerwy** pomiędzy wypowiedzianymi zdaniami, aby dać dziecku **czas na ich przetworzenie**.
- **Dziel dłuższe lub wielostopniowe polecenia na części**.
- Pamiętaj, że niektóre osoby z zaburzeniami ze spektrum autyzmu potrzebują **dokładnej instrukcji wykonania czynności lub zadania**, pomocne będzie więc przygotowanie szczegółowego schematu postępowania, najlepiej w formie pisemnej (regulamin, instrukcja).
- Upewnij się, czy zrozumiałeś, co powiedziało dziecko, poprzez korzystanie z parafrazy – czyli powtarzaj własnymi słowami, to co oznajmił rozmówca. W ten sposób porządkujesz też wypowiedź dziecka.
- Stosuj technikę odzwierciedlania - nazywaj uczucia dziecka np. „poczułeś się zazdrosny”, „to musiało cię zezłościć”. W ten sposób uczysz dziecko identyfikowania własnych emocji.

Źródło: „Kompetentny Opiekun - pomóż sobie i innym” Autorka: Edyta Pietrzak

Nie-Grzeczne Dzieci

W razie problemów, trudności służę pomocą.

Pozdrawiam