



Instruktaże

Przykładowe programy – zestawy ćwiczeń dla uczniów z problemami edukacyjnymi

I. Program likwidujący i wspomagający uczniów z niezręcznością manualną, trudności w pisaniu

W programie wyróżnia się dwie grupy ćwiczeń:

1. Ćwiczenia mające na celu usprawnianie w pierwszej kolejności motoryki małej i koordynacji wzrokowo-ruchowej
2. Ćwiczenia funkcji wzrokowej i orientacji przestrzennej

Realizację programu rozwijającego motywację i wiarę w siebie należy rozpoczynać od wykonywania ćwiczeń łatwych, niesprawiających większych trudności uczniom z mikroszkodzeniami aparatu manipulacyjnego. Pracę rozpoczynamy od zabaw ruchowych, takich jak: zabawy orientacyjne, porządkowe, rzutne, bieżne, z przeszkodami, ponieważ niezbędny jest rozwój motoryki i ruchów zamaszystych. Równolegle można realizować działalność plastyczną, która usprawnia ruchy rąk, dłoni i palców:

- malowanie na dużej przestrzeni papieru – rozwijanie ruchów zamaszystych; malowanie jednocześnie obydwoma rękami; malowanie palcami obu rąk równocześnie lub na przemian ruchem spokojnym, swobodnym; malowanie palcem (na całej powierzchni) różnokolorowych linii poziomych i pionowych z zachowaniem kierunku od lewej do prawej; malowanie pędzlem: linii prostych, splątanych nici, kłębuszków, jaskółek; zamalowywanie kolorem większych płaszczyzn ruchami od strony lewej do prawej i z góry na dół (przy zastosowaniu różnych technik po śladzie i samodzielnie), np.: szerokiej jezdni, po której jeżdżą pojazdy, wąskiej alejki w parku; zamalowywanie pól między liniami poziomymi (różnymi kolorami) jako przygotowanie do malowania rysunków; malowanie wzoru, np.: na sukienkę, w formie linii pionowych; malowanie krótkich pionowych kresek, np.: idziemy parami, płotek; malowanie linii falujących poziomych i pionowych – fale na morzu, z zachowaniem ciągłości i kierunku zgodnego z kierunkiem pisma; malowanie linii spiralnych – dom ślimaka, kłębuszki; malowanie kółek w kołach od najmniejszych do największych i odwrotnie; malowanie linii łamanej w formie wzoru na obrus, ręcznik, dywan, zasłonę, kilimek, chodnik; malowanie dużych konturowych przedmiotów, figur; malowanie na podłodze farbami klejowymi; malowanie pęczkiem waty dużych i małych chmur, kałuż; malowanie po śladzie; zamalowywanie dużych konturowych rysunków, przedmiotów; malowanie flamastrami, zamalowywanie określonym kolorem, np. wykropkowanych miejsc; zamalowywanie powierzchni, konturów, np.: kwiatów, domów, domalowywanie brakujących części;
- lepienie różnego rodzaju mas plastycznych, np.: lepienie z gliny prostych kształtów – kulek, wałków, miseczek, rogalików, grzybków itp. Później lepienie ludzików, zwierząt, ptaków na podstawie wzoru, potem z wyobraźni. Można również zastosować lepienie kształtów liter. Punktem wyjścia jest wyrabianie masy obiema rękami – rozwijanie ruchów ramienia i przedramienia;
- wycinanie typu płaskiego i przestrzennego, np.: cięcie papieru wzdłuż narysowanej linii prostej, cięcie bez narysowanej linii, cięcie pasków papieru jednakowej szerokości, cięcie wzdłuż linii falistej, wycinanie kół czy innych figur, zwierząt, kwiatów, roślin – te-



Projekt „Uczenie się przez działanie. Innowacyjny program nauczania „Poznać i zrozumieć świat” do edukacji wczesnoszkolnej” jest finansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego, Program Operacyjny Kapitał Ludzki, działanie 3.3.4. Modernizacja treści i metod kształcenia – projekty konkursowe.

go rodzaju ćwiczenia mają usprawnić palce, koordynację ruchów rąk ze wzrokiem, wyrobić preryjne ruchy i koncentrację uwagi;

- rysowanie, np.: na dużych arkuszach papieru, kredą na tablicy, patykiem na piasku, rysowanie z wyobraźni rysunku dowolnego itp. – celem jest rozwijanie ruchów dużych i małych;

- majsterkowanie – cięcie, sklejanie, wykonywanie, np.: karmnika, samochodu, budki dla psa, wykonywanie prac konstrukcyjnych według wzoru, a następnie własnych pomysłów; ćwiczenie rozwija orientację przestrzenną, pojęcie stosunków proporcji, wymiarów, spostrzegania, itp.;

- układanie – z koralików, klocków, pojazdów, drzew, roślin, figur z patyczków np.: płotów, drabin, domów; z tasiemki, np. figur geometrycznych; z różnokolorowej wełny – dywaników, frędzli, kilimków itp.; z różnorodnych materiałów i elementów np.: owoców, kory, liści itp.; układanki z regułami np.: układanki i gry oparte na przeliczaniu i wstępnym poznaniu figur geometrycznych, dobieranie, rozsypanie i układanie według wzoru lub z wyobraźni – celem rozwijania psychomotoryki, koordynacji wzrokowo-ruchowej, wyrabiania koncentracji i wyobraźni przestrzennej, porównywania;

- wykorzystanie labiryntów i zagadek rysunkowych;

- malowanie i rysowanie szlaczków literopodobnych na dużym arkuszu papieru, następnie zmniejszamy powierzchnię kartki, oraz wykonywanie w określonej liniaturze w zmniejszającym się stopniowo wymiarze aż do liniatury zeszytu;

Po zrealizowaniu proponowanych ćwiczeń przechodzimy do ćwiczeń poprawiających grafikę pisma:

- kreślenie dużych liter całą ręką w powietrzu, rysowanie po śladzie, po ławce i na tablicy, umieszczanie zapisu w liniaturze przy uwzględnieniu wielkości, proporcji, ukierunkowania i zagęszczania liter w liniaturze oraz w strukturze wyrazu, płynne przepisywanie liter złożonych z kilku elementów itp.

Należy pamiętać: od jednego ćwiczenia do następnego przechodzimy dopiero wtedy, kiedy uczeń opanuje poprawnie dane zadanie (ćwiczenie).

II. Przykładowy zestaw ćwiczeń usprawniających percepcję wzrokową

W programie wspomagającym rozwój percepcji wzrokowej wyróżnia się dwa etapy pracy:

1. Ćwiczenia na materiale bezliterowym
2. Ćwiczenia na materiale literowym

Zadaniem I etapu jest rozwijanie spostrzegawczości, orientacji przestrzennej oraz percepcji wzrokowej – tworzenie związków wzrokowo-ruchowych, analizy i syntezy spostrzegania niezbędnej przy nauce czytania i pisania.

Przykłady ćwiczeń:

- składanie obrazka z części według wzoru. Można wykorzystać puzzle lub pociąć obrazek na kilka części. W następnym etapie uczeń składa obrazek bez wzoru;
- wyszukiwanie ukrytych przedmiotów na rysunku, wyodrębnianie różnic i podobieństw na dwóch rysunkach;
- wyodrębnianie z grupy przedmiotów tego, który nie pasuje do pozostałych;
- dobieranie par jednakowych obrazków;
- różnicowanie przedmiotów i figur różniących się położeniem przestrzennym, wielkością, kolorem itp., np.: porównywanie figur geometrycznych różniących się pod względem cech, rozpoznawanie kształtów i kolorów;



Projekt „Uczenie się przez działanie. Innowacyjny program nauczania „Poznać i zrozumieć świat” do edukacji wczesnoszkolnej” jest finansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego, Program Operacyjny Kapitał Ludzki, działanie 3.3.4. Modernizacja treści i metod kształcenia – projekty konkursowe.

- ćwiczenia w układaniu dowolnych kompozycji – uczeń otrzymuje figury czy inne przedmioty i układa dowolne kompozycje;
- segregowanie obrazków w grupy tematyczne;
- układanie obrazków po lewej i prawej stronie – ćwiczenie pamięci wzrokowej i koordynacji wzrokowo-ruchowej;
- odtwarzanie z pamięci – eksponowanie przedmiotów i wskazania po krótkiej przerwie miejsca, na którym leżały eksponowane na tablicy flanelowej układów przestrzennych, dwukrotne przedstawienie tych samych przedmiotów, ale w zmienionych układach, wskazanie różnic; celem jest rozwijanie orientacji w kierunkach oraz pamięci wzrokowej;
- określenie położenia przestrzennego przedmiotu, wprowadzenie i utrwalenie pojęć kierunkowych: „na lewo”, „na prawo”, „na przód”, „do tyłu”, „w górę”, „w dół” oraz kształtowanie pojęć wielkościowych „mniej”, „więcej”, „równo” – celem rozwijania umiejętności porównywania i spostrzegania.

Ćwiczenia na materiale literowym:

- wyszukiwanie ukrytych liter, sylab, wyrazów;
- wyszukiwanie takich samych liter i ich segregowanie – uczeń otrzymuje duży kartonik z napisaną literą oraz kilka małych kartoników z wypisanymi różnymi pojedynczymi literami. Zadanie ucznia polega na znalezieniu takiej samej litery, która jest przedstawiona na dużym kartonie. Ćwiczenie rozpoczynamy od liter o wyraźnie odmiennych kształtach, kończymy na literach o kształtach do siebie zbliżonych;
- wyszukiwanie podanej litery w wyrazach;
- wyszukiwanie takich samych sylab i ich segregowanie;
- wyszukiwanie takich samych wyrazów i ich rozpoznawanie w tekście;
- kojarzenie obrazka z podpisem (dobieranie obrazków do podpisów i odwrotnie);
- dobieranie obrazków z literą, na którą zaczyna się obrazek;
- „sklep” z literkami lub obrazkami (uczeń kupuje obrazek na literkę odpowiadającą pierwszej głosce nazwy obrazka lub odwrotnie – uczeń kupuje literki za obrazki);
- pisanie z pamięci;
- ćwiczenia w czytaniu i pisaniu sylab wyrazów zdań z pamięci.

III. Ćwiczenia usprawniające i likwidujące mikrouszkodzenia percepcji słuchowej, które utrudniają proces nauki czytania i pisanie

W programie wyróżnia się trzy etapy pracy realizujących ćwiczenia percepcji słuchowej:

I etap wstępny.

II etap – ćwiczenia usprawniające percepcję słuchową na materiale bezliterowym

III etap – ćwiczenia na materiale literowym

W I etapie pracy zwracamy uwagę na rozwijanie słuchu fizjologicznego, który ma wpływ na rozwijanie percepcji słuchowej. Jest wprowadzeniem do następnych etapów likwidujących deficyt i wspomagający rozwój percepcji słuchowej.

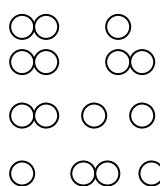
Ćwiczenia werbalne – słuchowe rozwijające słuch fizjologiczny:

- naśladowanie różnych głosów; uczeń słucha z taśmy magnetofonowej głosów i próbuje je odtwarzać, naśladować (np. głos zwierząt, ptaków, gwizd lokomotywy);
- zabawa z perkusją, uczeń wybija rytm na perkusji (lub słucha wybijanego) i maszeruje, biega do rytmu;



Projekt „Uczenie się przez działanie. Innowacyjny program nauczania „Poznać i zrozumieć świat” do edukacji wczesnoszkolnej” jest finansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego, Program Operacyjny Kapitał Ludzki, działanie 3.3.4. Modernizacja treści i metod kształcenia – projekty konkursowe.

- rozpoznawanie piosenek; uczeń nadaje nazwę piosence zanuconej (bez słów) przez terapeutę lub wysłuchanej z taśmy magnetofonowej;
 - zabawa „grubo/cienko”; po usłyszeniu tonu niskiego uczeń klaszcze w dłonie dwa razy, po usłyszeniu wysokiego – uczeń klaszcze w dłonie trzy razy;
 - zabawa „powtórz ten rytm”; terapeuta wystukuje na bębnie dowolny rytm, uczeń go powtarza;
 - zabawa „poznaj co to”; uczeń rozpoznaje różne odgłosy (np. darcie papieru, stukanie klocków, szklanek itp.).
- Ćwiczenia usprawniające percepcję słuchową na materiale bezliterowym:
1. Rozpoznawanie i odtwarzanie układów przestrzennych i dźwiękowych:
 - rozpoznawanie układów przestrzennych na podstawie układów dźwiękowych – uczeń ma przed sobą 2, 3, 4 układy przestrzenne, np. z klocków:



- Nauczyciel wystukuje na bębnie jeden z układów, dziecko musi dać znać, który to jest,
- rozpoznawanie układów dźwiękowych na podstawie układów przestrzennych – uczeń ma przed sobą jeden układ przestrzenny klocków, np. $\bigcirc \bigcirc \bigcirc$, nauczyciel wystukuje 2, 3, 4 układy dźwiękowe, uczeń powinien dać znać, który układ odpowiada układowi klocków;
 - odtwarzanie układów przestrzennych na podstawie układów dźwiękowych – uczeń układa klocki według podanego układu dźwiękowego;
 - odtwarzanie układów dźwiękowego na podstawie układu przestrzennego – uczeń ma przed sobą układ przestrzenny i musi zastukać tak jak klocki leżą;
 - odtwarzanie układu dźwiękowego z pamięci według zapamiętywanego wzoru przestrzennego – dziecko ma przed sobą układ przestrzenny klocków, przygląda się mu, potem odwraca się lub zakrywa klocki i z pamięci wystukuje zapamiętany wzór;
 - odtwarzanie graficzne układów dźwiękowych – nauczyciel wystukuje określony rytm za przesłoną, aby dziecko nie widziało, tylko słyszało; zadaniem dziecka jest odtworzyć odpowiedni układ w rysunku, np. rysowanie kółek, trójkątów lub kwadratów wpisanych w kratki lub grube linie i zamalować je.
2. Wydzielanie wyrazów, liczenie, porównywanie długości wyrazów, cięcie paska papieru (zdanie) na odpowiedniej długości kawałki (wyrazy). Rozwijanie zdań prostych na podstawie obrazka i układanie szeregu klocków, np. chłopiec czyta – 2 klocki, chłopiec czyta książkę – 3 klocki.
 3. Wyodrębnianie wyrazów ukrytych w wyrazach dłuższych na podstawie obrazków – „loteryjka rebusowa”, np. serce-ser, jelen-leń, burak-rak, budzik-dzik, torba-tor.
 4. Dzielenie wyrazów na sylaby z jednoczesnym stukaniem w rytm podczas ich wypowiedzenia.
 5. Liczenie sylab, segregowanie obrazków według ilości sylab.
 6. Kończenie i zaczynanie wyrazów dwusylabowych na podstawie obrazków.
 7. Tworzenie wyrazów rozpoczynających się od podanej sylaby przy pomocy obrazków.
 8. Wybieranie obrazków, których nazwy rozpoczynają się od podanej głoski.
 9. Rozpoznawanie nazwy obrazka na podstawie pierwszej głoski.
 10. Wydzielanie pierwszej głoski z przedmiotu na obrazku.
 11. Dobieranie obrazków, których nazwy rozpoczynają się taką samą głoską.



Projekt „Uczenie się przez działanie. Innowacyjny program nauczania „Poznać i zrozumieć świat” do edukacji wczesnoszkolnej” jest finansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego, Program Operacyjny Kapitał Ludzki, działanie 3.3.4. Modernizacja treści i metod kształcenia – projekty konkursowe.

12. Podawanie wyrazów rozpoczynających się od podanej głoski.
 13. Wybieranie obrazków, których nazwy kończą się określoną głoską.
 14. Rozpoznawanie nazwy obrazka na podstawie ostatniej głoski.
 15. Wydzielanie ostatniej głoski z nazwy obrazka.
 16. Rozpoznawanie, w którym wyrazie określona głoska znajduje się na początku, a w którym na końcu.
 17. Dobieranie obrazków, w których nazwa drugiego rozpoczyna się taką samą głoską, jaką kończy się nazwa pierwszego – „domino fonetyczne”, np. kogut-traktor-radio-orzeł-łańcuch-choinka.
 18. Różnicowanie głosek pod względem dźwięczności – szeregowanie obrazków na dwie grupy: b-p, d-t, w-f, g-k.
 19. Zabawa „jedzie okręt załadowany”, podawanie przez ucznia wyrazów zaczynających się określoną głoską.
 20. Wyszukiwanie na obrazkach przedmiotów na określoną liczbę głosek.
 21. Określanie liczby wyrazów w zdaniu, dopasowywanie przez ucznia kartoników z kwiatkami do liczby wyrazów w zdaniu.
 22. Rozpoznawanie spółgłosek wewnątrz wyrazów i dopasowywanie obrazków, zawierających daną głoskę, do wyodrębnionej spółgłoski na osobnym kartoniku – „loteryjka fonetyczna”.
 - 23) Zabawa „co nie pasuje” – różnicowanie słuchowe spółgłosek artykulacyjnie podobnych poprzez znalezienie w serii obrazków kartoników niepasujących do całości.
- Ćwiczenia usprawniające percepcję słuchową na materiale literowym:
- wyodrębnienie słuchowe wyrazów w zdaniu – podając liczbę usłyszanych wyrazów, uczeń obrazuje to liczbą kartoników;
 - podział zdań na wyrazy – nauczyciel podaje zdania, a uczeń dzieli je na wyrazy, wystukując palcem. Całość obrazuje paskami papieru;
 - kształcenie umiejętności podziału wyrazów na sylaby: odcinanie pasków papieru, podział pasków papieru za pomocą znaków graficznych;
 - podział wyrazów na sylaby ze słuchu. Terapeuta podaje wyrazy 2- lub 3-sylabowe, uczeń dzieli je na sylaby;
 - dobieranie sylab, tworzenie nowych wyrazów zaczynających się na daną sylabę;
 - „sztafeta sylabowa” – wyodrębnienie sylab z wyrazów 2-,3-,4- i 5-sylabowych i układanie kartoników;
 - rozpoznawanie w wyrazie określonej sylaby i ustalenie miejsca jej położenia;
 - rozpoznawanie samogłoski na początku i na końcu wyrazu w podanym szeregu;
 - rozpoznawanie spółgłosek na początku wyrazu w podanym szeregu oraz pisanie ze słuchu;
 - tworzenie sylab z określoną samogłoską przy użyciu ruchomego alfabetu;
 - podział wyrazów na głoski i wystukiwanie sylab palcami;
 - synteza głosek ze słuchu. Nauczyciel głoskuje dowolny wyraz, a uczeń dokonuje jego syntezy. Nauczyciel podaje dowolny wyraz, a uczeń zamienia ostatnią głoskę na inną;
 - tworzenie wyrazów z pierwszych głosek pokazanych kartoników;
 - wysłuchiwanie zbiegu spółgłosek, nazywanie pierwszej i drugiej spółgłoski przy pomocy kartoników. Pisanie ze słuchu wymienionych głosek;
 - rozpoznawanie liter odpowiadających usłyszanej głosce, wyszukiwanie etykietek;
 - pisanie ze słuchu samogłosek, spółgłosek i sylab;
 - różnicowanie dźwięczności – uczeń wymawia na zmianę głoskę dźwięczną i bezdźwięczną, rozpoznaje je na przygotowanych kartonikach;



Projekt „Uczenie się przez działanie. Innowacyjny program nauczania „Poznać i zrozumieć świat” do edukacji wczesnoszkolnej” jest finansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego, Program Operacyjny Kapitał Ludzki, działanie 3.3.4. Modernizacja treści i metod kształcenia – projekty konkursowe.

- różnicowanie sylab podobnych. Nauczyciel wypowiada grupę sylab, a uczeń podnosi rękę, gdy usłyszy określoną sylabę;
- przekształcanie wyrazów przez zmianę głoski przy pomocy kartoników z literkami;
- dobieranie liter do obrazka;
- układanie wyrazów z ruchomego alfabetu oraz dobieranie wyrazów pokrewnych;
- dobieranie liter do słyszanych głosek przy pomocy kartoników z literami oraz podawanie wyrazów rozpoczynających się na te głoski;
- pisanie ze słuchu z zastosowaniem analizy głoskowo-literowo-sylabowej, ćwiczenia w słuchowej analizie wyrazu;
- analiza zdania na wyrazy, sylaby i litery, i przedstawienie tego graficznie przy pomocy kresek;
- „loteryjka literowa” – uczeń układa zadany wyraz z kartoników z literkami;
- „loteryjka sylabowa” – uczeń układa wyrazy z rozsypki sylabowej (potem układa całe zdanie).

IV. Przykładowy zestaw ćwiczeń stymulujących rozwój języka

Mowa jako proces psychiczny składa się z dwóch aspektów:

1. Wymowy
2. Języka

Nieprawidłowości wymowy, czyli wady wymowy, likwiduje logopeda lub stosuje się odpowiednie ćwiczenia logopedyczne przez nauczyciela mającego odpowiednie przygotowanie, natomiast język jako proces twórczy to umiejętność nawiązywania kontaktów werbalnych, porozumiewania się, wypowiedanie własnych myśli, przeżyć – wymaga innego rodzaju ćwiczeń, które będą polegać na wzbogacaniu słownictwa, tworzeniu własnych opowiadań, rozwijaniu aktywności werbalnej – kontaktu werbalnego itp.

1. Wzbogacenie zasobu słownictwa uczniów:

- czytanie przez nauczyciela baśni, bajek, literatury dziecięcej;
- słuchanie audycji radiowych i telewizyjnych;
- słuchanie opowiadań nauczyciela (baśni, bajek, historyjek, zdarzeń, przekazywanej wiedzy itp.);

- uczenie wierszy, piosenek, prostych tekstów;
- tworzenie warunków do samorzutnych wypowiedzi uczniów;
- stosowanie pytań alternatywnych a nie pytań wprost.

2. Ćwiczenia rozwijające aktywność werbalną, likwidujące zaburzenia rozwoju języka:

- uczeń powinien być „wysłuchany” i „słuchany” przez nauczyciela w różnych sytuacjach;
- prowadzenie z uczniem dialogu, swobodnych rozmów na określone tematy;
- próby opowiadań przez uczniów na podstawie historyjek, ilustracji, przeżyć, sytuacji;
- tworzenie własnych wypowiedzi na podstawie zdarzeń itp.;
- opowiadania uczniów o losach bohaterów bajek itp.;
- czytanie przez uczniów baśni, bajek, historyjek;
- udział uczniów w inscenizacjach teatralnych;
- samorzutne tworzenie zajęć teatralnych przez uczniów;
- próby twórczości poetyckiej.

Decydującą rolę w rozwoju języka odgrywa nauczyciel, jego postawa, styl, zaangażowanie. Nie wolno ośmieszać wypowiedzi uczniów, lecz stwarzać sytuacje motywujące aktywność werbalną, stosować pochwały, nieść pomoc w pokonywaniu trudności językowych (nie należy wydawać poleceń: „powtórz całym zdaniem, powiedziałeś brzydko” itp., a wobec dziecka z zahamowanym rozwojem języka stosować tzw. nakazy milczenia).



V. Proponowane zestawy ćwiczeń w stymulowaniu rozwoju procesu myślenia i likwidowaniu mikrouszkodzeń

Proces myślenia jest złożoną czynnością umysłową, obejmującą różne operacje, za pomocą których uczeń przetwarza informacje, poznaje związki i stosunki zachodzące między zjawiskami i przedmiotami. Mikrouszkodzenia czynności umysłu utrudniają uczniom proces poznawania świata, zdobywanie umiejętności, doświadczeń, rozwiązywanie problemów oraz powoduje trudności w nauce. O deficytach procesu myślenia mówimy wówczas, gdy zaburzone są operacje umysłowe takie jak: porównywanie, kojarzenie, analiza i synteza, rozumowanie, wnioskowanie, uogólnianie i abstrahowanie.

W pracy terapeutycznej należy stosować ćwiczenia na stymulowanie rozwoju operacji umysłowych.

Przykłady ćwiczeń:

- dokonywanie porównań według cech jakościowych kształtu, koloru, objętości – przedmiotów i zjawisk;
- dokonywanie porównań według cech ilościowych „tyle samo”, „o tyle więcej”, „o tyle mniej” grupy przedmiotów, klocków, figur geometrycznych itp.;
- ćwiczenia na kojarzenie faktów, treści, zjawisk;
- ćwiczenia na rozwijanie operacji rozumienia: różne opracowania prostego tekstu, np.: szukanie odpowiedzi na pytania, wyszukiwanie w treści określonej informacji, uzupełnianie luk w tekście, wydawanie złożonych poleceń itp.;
- dokonywanie analizy ilustracji, sytuacji zjawiska;
- dokonywanie analizy i syntezy wyrazu zdania;
- ćwiczenia na klasyfikowanie i porządkowanie elementów: porządkowanie elementów według określonego warunku; posługiwanie się liczbą porządkową;
- ćwiczenia na kształtowanie pojęć matematycznych: liczenie na konkretach i w pamięci; przeliczanie elementów, układanie i rozwiązywanie zadań tekstowych, wykorzystanie sytuacji życiowych do układania i rozwiązywania zadań, układanie zadań do treści przedstawionych na obrazkach; układanie i przedstawianie treści zadań na rysunku;
- rozmowy na tematy abstrakcyjne, np. dobro, piękno, człowiek, prawda (rozważania filozoficzne);
- wykorzystanie zajęć artystycznych, np.: kojarzenie muzyki z plastyką;
- wykorzystanie metody dialogu w samodzielnym rozwiązywaniu zadań, problemów itp.;
- wykorzystanie pytań alternatywnych: „co by było”? „Jakbyś postąpił w takiej sytuacji?”

„Dlaczego niedźwiedzie w zimie śpią?” „Dlaczego nasze lasy są zanieczyszczone?” itp.;

• praca z zagadką słowną – w każdej zagadce zawarte jest jakieś zadanie umysłowe: podczas rozwiązywania konieczne jest przypomnienie, porównywanie i dopasowywanie danych cech i właściwości do przedmiotu, którego poszukujemy. Zagadki mają wpływ zarówno na rozwijanie kojarzenia, wnioskowania, uogólniania, jak i analizy;

- ćwiczenia z wykorzystaniem krzyżówek, rebusów itp.;
- porządkowanie elementów jakiejś całości według wzrastającej lub malejącej wielkości, ilości. Tego rodzaju ćwiczenia wpływają na rozwijanie analizy i syntezy, porównywanie;
- interpretacja historyjki obrazkowej (przy zaburzonej analizie, syntezie, zaburzonym wnioskowaniu);

• kształtowanie zdolności do klasyfikowania na poziomie konkretnym: segregowanie przedmiotów ze względu na posiadane cechy. Zabawa: „Zgadnij, jaki to guzik” – dzieci siedzą przy swoich stolikach, mają pudełko z guzikami i kartonikami. Nauczyciel objaśnia zasa-



Projekt „Uczenie się przez działanie. Innowacyjny program nauczania „Poznać i zrozumieć świat” do edukacji wczesnoszkolnej” jest finansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego, Program Operacyjny Kapitał Ludzki, działanie 3.3.4. Modernizacja treści i metod kształcenia – projekty konkursowe.

dy zabawy. Mówi: „Wysypcie z pudełka guziki i oglądnicie je, następnie poukładajcie na stole kartoniki. Każdy kartonik coś przedstawia albo jest na nim jakiś kolor, albo mała lub duża strzałka, która będzie określała wielkość guzika, albo ilość dziurek. Teraz jedno dziecko, kiedy ja się odwrócę, schowa w dłoni jeden guzik, spróbuję odgadnąć, jaki to guzik. Pomogę sobie kartonikami. Czy to jest guzik mały”? Dzieci odpowiadają: „nie”. Nauczyciel wskazuje więc na kartonik ze strzałką dużą i wie, że jest to duży guzik. Dalej po pytaniach i kartonikach zgaduje, jaki jest kolor guzika i ile ma dziurek. Kiedy dzieci znają już zasady zabawy, dobierają się w pary i bawią się ze sobą;

- wnioskowanie o stałości liczby elementów w zbiorze, mimo zmian sugerujących, że po zmianie może być ich więcej albo mniej. Przed każdym dzieckiem leży pudełko z 9 cukierkami. Nauczyciel prosi, aby dzieci wysypały cukierki i policzyły, układając je w szereg. Następnie nauczyciel każe zsunąć cukierki w stosik i pyta każde dziecko, czy nadal jest ich 9. Potem nauczyciel rozdaje dzieciom kartki ze wzorami i prosi o ułożenie cukierków. Podchodzi do każdego dziecka, obserwuje i pyta, czy nadal cukierków jest 9. Jeżeli jakiemuś dziecku się nie zgadza, to liczy z nim od nowa cukierki.

VI. Przykładowe ćwiczenia likwidujące mikrouszkodzenia procesów emocjonalnych i społecznych

Praca z dziećmi z problemami emocjonalnymi i społecznymi powinna się opierać przede wszystkim na dostarczaniu im wielu pozytywnych wzmocnień oraz przeżyć, dzięki czemu polepszy się ich samopoczucie oraz zwiększy wiarę w siebie. Ponadto dzieciom tym powinno się pomagać w nawiązywaniu kontaktów zarówno z rówieśnikami, jak i osobami dorosłymi.

W pracy terapeutycznej wykorzystujemy bajki terapeutyczne, muzykoterapię, terapię przez sztukę – teatroterapię, terapię przez plastykę, ćwiczenia relaksacyjnej, uspokajające lub pobudzające, w zależności od rodzaju zachowań ucznia.

Przykłady zajęć:

- zabawa „Pajęczyna przyjaźni”. Dzieci siedzą w kręgu. Jedno otrzymuje od nauczyciela kłębek wełny i rzuca go do następnej osoby, trzymając koniec nitki. Osoba, która złapie kłębek, podaje imię osoby, która do niej rzuciła i rzuca do następnej. Zabawa trwa tak długo, aż kłębek dotrze do każdego dziecka, w wyniku czego powstaje tzw. pajęczyna przyjaźni;

- grupowy kontrakt. Nauczyciel ustala razem z grupą normy i zasady, które będą obowiązywały wszystkich jej członków. Następnie wszystkie przyjęte reguły zapisuje na dużym brytstolu, a dzieci podpisują kontrakt;

- wykonywanie kompozycji plastycznej „Kim jestem?”. Na środku kartki dzieci rysują siebie. Następnie wydierają lub wycinają z kolorowych czasopism ubrania, zwierzęta, przedmioty, które im się podobają, oraz fotografie przedstawiające różne czynności. Wszystko przyklejają do kartki, tworząc w ten sposób obraz siebie samego. Następnie dzieci siadają w kole i opowiadają o swoim obrazku;

- zajęcia relaksacyjne „Co słyszysz?”. Po przedstawieniu prac nauczyciel proponuje dzieciom, aby położyły się swobodnie na dywanie, zamknęły oczy i wsłuchały się w dźwięki dobiegające z najbliższego otoczenia. Po otwarciu oczu dzieci opowiadają, co słyszały;

- zabawa w kręgu. Nauczyciel prosi o powstanie kolejno dzieci, które: lubią spać, nie lubią deszczu, denerwują się, gdy ktoś zabiera im zabawkę, wstydzą się mówić przed innymi, boją się burzy itp.; kolejne zdania dzieci wymyślają same;

- nazywamy uczucia. Nauczyciel pokazuje dzieciom zdjęcia postaci wyrażających swoją postawą różne uczucia. Dzieci nazywają poszczególne uczucia i podają przykłady wydarzeń,



Projekt „Uczenie się przez działanie. Innowacyjny program nauczania „Poznać i zrozumieć świat” do edukacji wczesnoszkolnej” jest finansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego, Program Operacyjny Kapitał Ludzki, działanie 3.3.4. Modernizacja treści i metod kształcenia – projekty konkursowe.

które mogły je wywołać. Chętne dzieci mogą opowiedzieć o swoich doświadczeniach, dzięki którym odczuwały radość, smutek, złość, zdziwienie, zadowolenie i strach;

- nauczyciel puszcza dzieciom nagrania, przedstawiające reakcje ludzi. Dzieci odgadują, że krzyk jest wynikiem strachu, śmiech – radości itd. Po odsłuchaniu wszystkich odgłosów dzieci rysują na kartkach twarz wyrażającą ich uczucia w danej chwili. Dzieci przedstawiają swoje rysunki i mówią: „Dzisiaj jestem... ponieważ...”.

- zabawa w parach. Dzieci dobierają się w pary i próbują każde po kolei przedstawić swoje imię koledze w różnych nastrojach (smutku, radości, zdziwienia, złości);

- zajęcia plastyczne, malowanie uczuć. Dzieci malują uczucia, które je ogarniają, kiedy są wściekłe, zdenerwowane, wystraszone lub bezradne. Chętne dzieci wyjaśniają później swój obrazek. Kolejny etap polega na próbie zamiany obrazka na bardziej pozytywny, poprzez zamalowanie, dodanie innych kolorów bądź kształtów. Na przykład należy spróbować „z agresji” zrobić „przyjaźń” itp.;

- ćwiczenia oddechowe – dzieci siadają na podłodze. Podajemy instrukcję rozluźniającą ciało. Prosimy, aby ręce opuściły wzdłuż boków, wyprostowały plecy, a głowę trzymały prosto; następnie podajemy przykłady prostych ćwiczeń oddechowych. Oto instrukcja, którą możemy modyfikować zależnie od potrzeb:

„Siedzimy na polanie w lesie. Jest ciepła, słoneczna pogoda. Wieje lekki wiatr. Słyszymy, jak szumią drzewa dookoła nas:

a) bierzemy głęboki wdech nosem i czujemy zapach lasu. Wpuszczamy leśne powietrze do brzucha, który napęlnia się nim jak nadmuchana piłka (w tym momencie współprowadzący mogą podejść do dzieci, pokazując, jak nabrać powietrze do brzucha),

b) zatrzymujemy powietrze, licząc do czterech,

c) powoli wydechamy powietrze przez nos. Brzuch opróżnia się, z piłki w naszym brzuchu wolno wypuszczamy powietrze i liczymy znów do czterech,

d) zatrzymujemy oddech licząc znów do czterech”.

Możemy powtórzyć to ćwiczenie, o ile okaże się to możliwe, tzn. dzieci nie będą znudzone lub zdekoncentrowane. Tłumaczymy dzieciom, że takie ćwiczenia będziemy robić częściej, by ich ciała były zdrowsze i by mniej się denerwowały na co dzień.

- „Strażnicy i przemytnicy” – jedna osoba staje w środku na krześle z zawiązanymi oczami, a pozostałe ustawiają się w szpaler za nią. Po kolei każda osoba ze szpaleru ma za zadanie przejść na drugą stronę sali obok „strażnika” na krześle tak cicho, aby nie została usłyszana. Gdy uda jej się minąć strażnika, który jej nie zatrzyma, oznacza to, że przeszła na drugą stronę granicy i udało jej się „przemycić” towar przez granicę. Strażnik stara się cofnąć każdą osobę, której przechodzenie przez granicę usłyszy (np. skrzypnięcie podłogi, oddech „przemytnika” itp.). Osoba, która została cofnięta w tej rundzie, już nie przekracza granicy;

- „Przypływ–odpływ”. Dzieci ustawiają się rzędami po jednej stronie sali. Na hasło prowadzącego „przypływ” stawiają jeden krok do przodu. Na hasło „odpływ” – jeden krok w tył, na hasło „cisza” stoją w bezruchu. Prowadzący zaczyna zabawę, mówiąc hasła wolno, tak by dzieci nauczyły się reagować zgodnie z poleceniami. Po paru minutach dzieci mogą zacząć bawić się, a odpada ten, kto się pomylił w reakcji na hasła. Nagradzamy jedną lub dwie ostatnie osoby.

- „Co ludzie czują?”. Czytamy lub opowiadamy dzieciom siedzącym w kręgu krótką historijkę, w której wyraźnie ludzie coś przeżywają. Pytamy dzieci, jak nazwać te uczucia. Następnie wspólnie z dziećmi sporządzamy listę emocji, które ludzie mogą przeżywać. Pod koniec ćwiczenia prosimy, by każdy wybrał z listy jedno uczucie, jakie teraz przedstawi innym bez słów. Pozostałe osoby próbują odgadnąć, co to za uczucie. Przedstawiającego nagradzamy oklaskami, nawet jeśli inni nie odgadli, co przedstawił.



Projekt „Uczenie się przez działanie. Innowacyjny program nauczania „Poznać i zrozumieć świat” do edukacji wczesnoszkolnej” jest finansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego, Program Operacyjny Kapitał Ludzki, działanie 3.3.4. Modernizacja treści i metod kształcenia – projekty konkursowe.

- „Ciesz się, podskakując”. Prosimy dzieci, by wstały i rozeszły się po sali, a następnie proponujemy, by na dane hasło, wyrażające np. radość lub smutek, dzieci zaczęły się poruszać (chodzić, ruszać rękoma, głową, podskakiwać), tak aby najlepiej wyrazić to uczucie ruchem, bez słów. Osoba współprowadząca bawi się razem z dziećmi i modeluje sposób poruszania się (żeby nie było gwałtownych reakcji, biegania, popychania się itp.). Inna wersja zabawy zakłada przedstawienie emocji, wybieranych przez samo dziecko ze sporządzonej poprzednio listy uczuć, również ruchem, tak aby inne dzieci odgadywały, co to za uczucie. Przedstawiającego również jak w poprzedniej zabawie nagradzamy oklaskami;

- „Co czujemy, gdy...”. Rozdajemy dzieciom pocięte w paski karteczki z niedokończonymi zdaniem na temat przeżywanych przez ludzi uczuć, np.:

- 1) gdy ktoś mnie popycha, czuję...
- 2) gdy ktoś mnie głaszcze po głowie, czuję...
- 3) gdy mama mnie całuje na dobranoc, czuję...
- 4) gdy pani w szkole krzyczy na mnie, czuję...
- 5) gdy ktoś wyrywa mi zeszyt, czuję...
- 6) gdy długo nie widzę kogoś, kogo bardzo lubię, czuję...
- 7) gdy ktoś przyłapie mnie na kłamstwie, czuję... itp.

Każde dziecko otrzymuje po 2–3 różniące się od siebie karteczki (najlepiej, żeby wszystkie karteczki dla grupy opisywały różne sytuacje). Jeśli zauważymy, że dzieci mają trudności z uzupełnieniem karteczek, robimy wspólnie z dziećmi najpierw listę przeżywanych przez ludzi uczuć. Następnie kładziemy listę pośrodku sali lub wieszamy ją na ścianie i dzieci uzupełniają swoje karteczki. Prosimy dzieci o odczytywanie karteczek lub zbieramy je i odczytujemy po kolei, zwracając uwagę, czy dobrze zostało nazwane uczucie wpisane przez dziecko;

- „Masaż”. Dzieci siadają w kręgu, lub jedno za drugim, i kładą sobie ręce na ramionach, po czym, zgodnie z instrukcją prowadzącego, zaczynają lekko masować sobie nawzajem barki i ramiona, początkowo lekko pukając palcami („pada deszczyk”), następnie ugniatając mięśnie barków („ugniatamy ciasto”), a na końcu uderzając kantami szybko pocieranych o siebie dłoni („tną nożyce”). Następuje zmiana kierunku siedzenia w kole lub dzieci dzielących się na pary. Kontynuują zabawę, dopóki chcą.

- „Kto to jest”. Prowadzący przygotowują przed zajęciami krótkie charakterystyki dzieci utrzymane wyłącznie w tonie pozytywnym, bez podanego imienia dziecka, np. „... jest to chłopiec, który bardzo często się śmieje. Potrafi przerwać rozmowę lub wygłupianie z kolegami, jeśli ktoś go o to poprosi. Lubi zwierzęta, a szczególnie psy. Umie ładnie rysować...” itp. Karteczki z charakterystykami prowadzący wkłada złożone do koszyka, który stawia w środku koła. Dzieci po kolei losują karteczki, odczytują charakterystykę, a następnie zgadują, kogo ona przedstawia. Jeśli nie odgadną po kilku próbach, prowadzący oddaje karteczkę osobie, którą ona opisuje. Pod koniec zabawy wszystkie dzieci otrzymują swoje pozytywne charakterystyki.