

Jolanta Witczak  
(oprac.)

## WPOMAGANIE ROZWOJU DZIECKA – prezentacja metod<sup>1</sup>

Wzrastająca liczba problemów szkolnych oraz zmiany zachodzące w środowisku, w społeczeństwie, ekonomii, ekologii sprawiają, że zachodzi potrzeba radzenia sobie z nowymi sytuacjami i zjawiskami wewnątrz placówek oświatowych.

W związku z tym coraz większego znaczenia nabiera doskonalenie nauczycieli.

Nasza prezentacja wychodzi naprzeciw oczekiwaniom nauczycieli, zawiera bowiem różnorodne metody pracy z dziećmi ukierunkowane na osiągnięcie jak najlepszych efektów uczenia się. Ma na celu:

- pobudzenie nauczycieli do doskonalenia i poszerzania wiedzy,
- zainicjowanie procesu samodzielnego poszukiwania skuteczniejszych metod pracy usprawniających proces dydaktyczno-wychowawczy,
- wspieranie posiadanych kwalifikacji,
- aktualizację posiadanej wiedzy i warsztatu pracy nauczycieli.

Odpowiadając na wyzwania współczesności, edukacja przedszkolna ma wspomagać i ukierunkowywać wszechstronny rozwój młodego człowieka, ma „kształcić dla rozwoju”. W myśl tych założeń głównym jej celem jest wszechstronny i harmonijny rozwój dziecka, wspomaganie i wspieranie tegoż rozwoju, zachęcanie dziecka do działania. Najważniejszym bowiem wyznacznikiem rozwoju jest aktywność własna dziecka bez udziału której rozwój nie mógłby się w ogóle dokonywać. Dzieci w wieku przedszkolnym uczą się przez manipulowanie, badanie, działanie, skupiają uwagę głównie na tym co je interesuje, zaciękuje. Zdobywają doświadczenie poprzez własną działalność i kontakty społeczne. Dziecko poznaje świat całościowo. Zatem edukacja przedszkolna poprzez różnorodne oddziaływania powinna w jak największym stopniu łączyć poszczególne „dziedziny wiedzy”, by ukazać scalony obraz świata. Proces działania dziecka i

---

<sup>1</sup> Projekt *Wspomaganie rozwoju dziecka*, został opracowany w ramach studiów podyplomowych „Edukacja elementarna – nauczyciel dziecka sześciolatniego” realizowanych przez Centrum Edukacji Nauczycielskiej Uniwersytetu Wrocławskiego na zlecenie Ministerstwa Edukacji Narodowej i Sportu. W opisie metod wykorzystano wiedzę i umiejętności zdobyte podczas zajęć. Autorkami poszczególnych części są słuchaczki tych studiów: Joanna Grzesik, Jolanta Jurusz, Mariola Kukło, Grażyna Mazur, Elżbieta Olejarczyk, Bożena Pajdowska-Herman, Danuta Stocka, Alicja Zarzycka, Beata Żupańska. Całość, opracowana w formie multimedialnej przez Jolantę Witczak, była prezentowana podczas II Dolnośląskiej Konferencji Naukowo-Metodycznej „Nauczyciel z pasją – szansą edukacji?”, która odbyła się we Wrocławiu 11 października 2003 r.

nauczyciela staje się „otwartym nauczaniem i uczeniem się” wspierającym dziecko na drodze rozwoju. Dziecko działa więc spontanicznie i samodzielnie w różnych sytuacjach życiowych będących podstawą integrowania propozycji edukacyjnych. Chodzi bowiem o rozwijanie predyspozycji intelektualnych, emocjonalnych, społecznych, pobudzanie motywów, zainteresowań dzieci oraz stworzenie dogodnych warunków dla rozwoju różnych form aktywności dziecięcej.

Jak pobudzać tę aktywność żywiołową i spontaniczną u dzieci? Jak uczyć, by dziecko nie było znudzone, a ciekawe tego, co będzie dalej? Jakie warunki muszą być spełnione, by dzieci uczyły się z radością, chęcią poznawania, tworzenia, by zechciały ujawnić swe zainteresowania i potrzeby? Jakie metody należy zastosować w pracy z dzieckiem by osiągnąć te cele?

Uważam, że metody jakie przedstawiłyśmy w naszym projekcie dadzą odpowiedź na powyższe pytania i pozwolą odejść od metod tradycyjnych. Zachęcą do pójścia nową drogą znacznie bardziej ciekawą, pozwalającą odkrywać nowe aspekty naszej pracy. Może będą inspiracją, zachętą do podjęcia wyzwania, jakim jest wspomaganie rozwoju dziecka.

Opracowując niniejszy projekt pokusiłyśmy się o przeprowadzenie w swoich placówkach ankiety, której celem było zdobycie informacji na temat znajomości metod pracy wspomagających rozwój dziecka. Na podstawie uzyskanych informacji stwierdziłyśmy, iż nauczyciele w większości znają przedstawione przez nas metody, lecz stosują tylko ich elementy, bądź nie stosują ich wcale.

Ankieta przeprowadzona została w przedszkolach, szkołach podstawowych i oddziałach przedszkolnych; w ankiecie wzięło w niej udział 50 dolnośląskich nauczycieli.

Celem przeprowadzenia ankiety było zdobycie informacji:

- jakie metody wspomagające wszechstronny rozwój dziecka są znane nauczycielom?
- które metody stosują w swojej pracy?
- które metody chcieliby poznać i dlaczego?

Nauczyciele byli pytani o znajomość następujących metod i technik:

- a) piłki Edu-ball,
- b) bajka relaksacyjna,
- c) Gimnastyka Mózgu,
- d) Metoda Dobrego Startu,
- e) Metoda Ruchu rozwijającego Weroniki Sherborne,
- f) Dziecięce liczenie Edyty Gruszczyk-Kolczyńskiej,
- g) Metoda czytania wg Glenna Domana,
- h) Wprowadzanie dziecka w świat pisma wg Ireny Majchrzak,
- i) Gry i zabawy integracyjne,
- j) Koncepcje wspomagające:
  - Marii Montessori,
  - Celestyna Freineta.

Nazwa metody lub techniki	liczba osób	%
Piłki Edu-ball	4	8
Gimnastyka Mózgu	16	32
Wprowadzanie dziecka w świat pisma	23	46
Nauka czytania wg G. Domana	25	50
Koncepcje wspomagające C. Freineta	29	58
Bajka relaksacyjna	33	66
Metoda Dobrego Startu	33	66
Dziecięce liczenie	33	66
Koncepcje wspomagające M. Montessori	36	72
Metoda Ruchu Rozwijającego	37	74
Gry i zabawy integracyjne	46	92

Z zebranych danych wynika, że najbardziej znane nauczycielom są gry i zabawy integracyjne (92%). Najmniej znane są piłki edukacyjne Edu-ball – zaledwie 8% nauczycieli odpowiedziało „tak”.

W kolejnym pytaniu nauczyciele mieli odpowiedzieć, które z tych metod najbardziej chcieliby poznać?

Nazwa metody lub techniki	liczba osób	%
Gimnastyka Mózgu	13	26
Piłki Edu-ball	11	22
Nauka czytania wg G. Domana	6	12
Wprowadzanie dziecka w świat pisma	6	12
Bajka relaksacyjna	2	4
Metoda Dobrego Startu	2	4
Metoda Ruchu Rozwijającego	1	2
Dziecięce liczenie	-	-
Gry i zabawy integracyjne	-	-
Koncepcje wspomagające M. Montessori	-	-
Koncepcje wspomagające C. Freineta	-	-

Z tabeli wynika, że nauczyciele są najbardziej zainteresowani poznaniem „Gimnastyki mózgu” (26% ankietowanych) oraz piłek edukacyjnych Edu-ball (22%).

#### WNIOSKI

Nauczyciele znają większość metod i technik, o które pytaliśmy. Rzadko jednak stosują je w codziennej pracy (poniżej 50%). Piłki edukacyjne Edu-ball nie są stosowane. Zainteresowaniem cieszy się Gimnastyka Mózgu, piłki edukacyjne Edu-ball, bajka relaksacyjna, metoda Dobrego Startu i Ruchu Rozwijającego oraz nauka czytania wg Glenna Domana i wprowadzanie dziecka w świat pisma Ireny Majchrzak. Te właśnie metody nauczyciele chcieliby poznać.

*Jolanta Witczak*

# 1.

## BAJKA RELAKSACYJNO-WYOBRAŻENIOWA jako metoda wspomagająca rozwój dziecka<sup>2</sup>

oprac. *Elżbieta Olejarczyk*

Z psychologicznego punktu widzenia wyobraźnia, twórcza odwaga, ciekawość świata i poznawcza dociekliwość, tak niezbędne dla prawidłowego rozwoju każdego dziecka, mają swoje korzenie w dziecięcych marzeniach. Bardzo dobrym sposobem na aktywizowanie dziecięcych marzeń jest bajka relaksacyjno-wyobrażeniowa. Prawidłowo skonstruowana i przedstawiona jest środkiem wspierającym proces terapeutyczny.

Tworząc bajkę relaksacyjno-wyobrażeniową musimy pamiętać o zapewnieniu dzieciom pełnego komfortu. Możemy to osiągnąć pamiętając o kilku bardzo ważnych zasadach:

1. *o stworzeniu atmosfery bezpieczeństwa* – miejsce akcji bajki musi być neutralne i pozbawione jakichkolwiek niebezpieczeństw,
2. *o zawarciu opisu zmysłowego* – miejsce akcji opisujemy aktywizując zmysł zapachu, smaku, słuchu, wzroku i dotyku,
3. *o umieszczeniu fabuły, czyli akcji* – bohater przeżywa ciekawe przygody, ale tylko takie, które są dla niego bezpieczne,
4. *o istnieniu pozytywnego bohatera*, którym może być nietypowe zwierzę np. baśniowy smok szczęścia lub osoba przyjazna dziecku,
5. *o wprowadzeniu elementów zaciekawienia*, co możemy uzyskać poprzez wprowadzenie podziału na świat realny i fantastyczny oraz przez stopniowe włączanie nowych bohaterów i baśniowych wydarzeń.

Zajęcie przeprowadzono w grupie integracyjnej w Przedszkolu Miejskim Nr 9 w Lubinie. Grupa liczy 20 dzieci w wieku od 3 do 10 lat, w tym 4 dziewczynki z orzeczeniami o potrzebie kształcenia specjalnego (zespół Downa) oraz 2 dzieci z diagnozami, ale bez orzeczeń (6-letnia Paulinka-F83, mieszane specyficzne zaburzenia rozwojowe; 7-letni Mateusz-opóźniony rozwój psychomotoryczny).

Początek roku szkolnego jest okresem trudnej adaptacji szczególnie dla dzieci niepełnosprawnych. Wprowadzając bajkę relaksacyjno-wyobrażeniową miałam nadzieję, że dzięki niej zachęcę wszystkie dzieci do wyrażania swoich myśli i pragnień poprzez twórcze działania.

„NA PLAŻY”

Wyobraź sobie, że jesteś na plaży. Jest ona bezpieczna i spokojna. Ciepłe promienie słońca muskają twoje ciało. Na twarzy czujesz delikatny powiew chłodnego wiatru. Idziesz po plaży, twoje stopy dotykają ciepłego, przyjemnego piasku, który leciutko łaskocze twoje stopy. Z każdym krokiem czujesz się coraz bardziej odprężona. Siadasz na piasku, patrzysz na spokojne, błękitne morze. Woda iskrzy tysiącem pereł. Głęboko oddychasz, z każdym oddechem czujesz się bardziej zrelaksowana i

<sup>2</sup> Warsztaty z tego zakresu w ramach studiów podyplomowych „Edukacja elementarna – Nauczyciel dziecka sześciolatniego” prowadziła Marta Kochan-Wóćik.

spokojna. Słyszysz szum morza, fale przypluwają do brzegu i rozlewają się na piasku, ukazując małe muszelki. Wstajesz, patrzysz na fale, które zachęcają Cię do wspólnej zabawy. Jeśli chcesz możesz przyjąć to zaproszenie. Możesz robić to na co masz ochotę. Teraz masz na to chwilę czasu... Pozwól aby woda przyjemnie chłodziła twoje ciało. Spoglądasz przed siebie i dostrzegasz moło. Jest wykonane z solidnego drewna i całkowicie bezpieczne, pachnące mokrym drzewem. Wchodzisz na pomost i siadasz na jego brzegu. Patrzysz na iskrzącą się wodę, z której wylania się delfin. Przygląda się Tobie. W jego oczach dostrzegasz błyski przyjaźni, potrząsa głową i wesoło skrzeczy. Widzisz jak znika w morskiej głębinie. Po chwili znów się pojawia ku Twojej wielkiej radości. W pysku przynosi coś dla Ciebie. Sprawdź co to jest? Słońce powoli chowa się za horyzontem. Spokojna i zrelaksowana wracasz. Czujesz w sobie energię.

Powoli będziemy kończyć. Policzę od 10 do 1, abyśmy się mogli wybudzić.

10,9,8,7,6.....

(Po zakończeniu ćwiczenia dzieci zostały poproszone o narysowanie tego, co przyniósł im delfin).

#### **Korzyści dla nauczyciela:**

- sprawdzenie techniki,
- wyciszenie grupy,
- stworzenie sytuacji do aktywności twórczej,
- zachęcenie dzieci do ujawnienia swoich marzeń, pragnień,
- zintegrowanie grupy w momencie tworzenia wystawy prac plastycznych wszystkich dzieci,
- zmobilizowanie do spontanicznych wypowiedzi.

#### **Korzyści dla dzieci:**

- usprawnianie percepcji słuchowej,
- uaktywnienie wszystkich zmysłów,
- osiągnięcie poczucia odprężenia, wyciszenia, rozluźnienia,
- uporządkowanie emocji,
- rozwijanie twórczego myślenia,
- możliwość wyrażania myśli i emocji w formie plastycznej (dowolność wyboru techniki i materiałów),
- wiara we własne możliwości i umiejętności,
- kontrola nad własnym działaniem.

## 2.

### AKTYWNOŚĆ RUCHOWA – berki<sup>3</sup>

*oprac. Grażyna Mazur*

Naczelnym zadaniem zarówno przedszkoli jak i szkół jest dążenie do wszechstronnego rozwoju wychowanków. Zgodnie z tymi założeniami również wychowanie fizyczne powinno oddziaływać na całą osobowość dziecka. Aktywność ruchowa

<sup>3</sup> Warsztaty z tego zakresu w ramach studiów podyplomowych „Edukacja elementarna – Nauczyciel dziecka sześciolatniego” prowadził Tadeusz Rzepa.

winna stać się zatem obszarem, w którym mały człowiek może dokonać identyfikacji własnej osoby. Zajęcia z wykorzystaniem ćwiczeń, zabaw i gier powinny stymulować i rozwijać właściwości osobowościowe wychowanka.

Podczas zajęć ruchowych w przedszkolu i szkole dominuje zabawa, której uczestnicy mają możliwość wyrażania swoich uczuć i wrażeń nie tylko w sposób ruchowy, ale również werbalny. Dzięki możliwości powtarzania zabaw dziecko ma okazję znajdowania ciągle nowych rozwiązań sytuacji zabawowych, realizuje w ten sposób własne potrzeby i ambicje.

Bardzo ważnym elementem jest doskonalenie umiejętności decyzyjnych przedszkolaków i uczniów. Podczas ćwiczeń, zabaw i gier pojawiają się sytuacje trudne. Według T. Rzepy to właśnie w takich „niepewnych sytuacjach” podjęcie decyzji poprzedzone jest rozumieniem, tj. poszukiwaniem pomysłów na rozwiązanie i ich weryfikacją. Świetną okazją w nabywaniu umiejętności decyzyjnych są gry, w których zachowuje się milczenie i należy podać piłkę. Dziecko zastanawia się „Komu podać?” i ma niewiele czasu na decyzje.

Często poczucie własnej wartości u dzieci nie odpowiada rzeczywistym możliwościom. Może być zawyżone lub zaniżone. Podczas zajęć uczniowie sami cały czas oceniają swoje umiejętności. Nauczyciel powinien więc tak organizować i planować zajęcia, by ćwiczenia kończyły się sukcesem. Przykładem może być zabawa w „Berka czarodzieja” uczeń, któremu uda się „odczarować” kolegę, czuje się dowartościowany. Wie, że udzielił koledze pomocy i to dzięki niemu kolega może się bawić dalej.

Realizacja procesu dydaktycznego zwłaszcza w szkołach sprzyja powstawaniu różnego typu konfliktów między uczniami, a czasem między uczniami i nauczycielem. Wychowanie fizyczne jest doskonałą okazją, by takim sytuacjom zapobiegać. Podczas ćwiczeń, gier i zabaw uczeń uczy się:

- obrony swoich praw,
- wyrażania uczuć pozytywnych,
- wyrażania uczuć negatywnych,
- przejawiania inicjatywy,
- przyjmowania opinii innych osób,
- wyrażania osobistych opinii i przekonań,
- zabierania głosu na szerszym forum,
- asertywnych reakcji na własne poczucie krzywdy i winy (T. Rzepa 1999).

Podsumowując należałoby jeszcze zwrócić uwagę na fakt iż aktywność ruchowa ma duże znaczenie dla rozwoju psychoruchowego dziecka ale i zdrowia. Zapobiega chorobom, jest terapią wielu zaburzeń, sposobem radzenia sobie ze stresem, ale przede wszystkim zdrowym stylem życia.

Oto przykładowe propozycje berków.

#### ***Berek kształtujący umiejętności decyzyjne***

- **Berek w parach:** „*Kto dłużej kozłuje?*”. Osoba bez piłki stara się wybić lub przejąć piłkę od drugiej osoby z pary, druga natomiast stara się kozłować tak, aby utrzymać jak najdłużej piłkę przy sobie.

*Uczniowie podejmują decyzję co do tego, w jaki sposób najdłużej bawić się lub najszybciej przejąć piłkę.*

- **Berek „Zabierz ogonek”**. Z grupy wyznaczamy dwóch berków. Wszyscy otrzymują piłki, a uciekający szarfy, których końce wkładają z tyłu za spodenki tak, aby zwisały ogonki. Zadaniem berka jest odebranie szarfy którejś z osób, a wówczas następuje zmiana berka.  
*Uczniowie sami decydują, jak bronić się przed utratą ogonka.*
- **Berek**. Prowadzenie piłki wewnętrzną częścią stopy. Z grupy ćwiczących wyznaczamy berka, który ma za zadanie trafić swoją piłką w piłkę lub nogi (od kolan w dół) uciekającego. Przy zbyt małym zaangażowaniu uczniów wprowadzamy drugiego berka.  
*Uczniowie sami decydują, gdzie się poruszać z piłką i jak obronić się przed trafieniem.*
- **„Berek zaczarowany”**. Ćwiczących dzielimy na dwie grupy i w każdej z nich wyznaczamy jednego berka. Zadaniem berka jest złapanie pozostałych ćwiczących ze swojej grupy. Osoba dotknięta przez berka („zaczarowana”) staje w rozkroku i uratować ją można przetaczając od tyłu piłkę między nogami. Berek porusza się po boisku tak, aby nikt z osób już złapanych nie został uratowany.  
*Uwaga: berek nie może stać przy osobie, którą „zaczarował”.*  
*Berek samodzielnie podejmuje decyzję, kogo złapać w pierwszej kolejności – czy najsprawniejszych, umożliwiając później mniej sprawnym uwolnienie ich, czy też łapać mniej sprawnych w pierwszej kolejności. Można co minutę zmieniać berka w grupie, zwłaszcza gdy berkowi nie udaje się „zaczarować” wszystkich osób.*
- **Berek w parach**. Jedna piłka koszowa na parę. Umieszczamy ją między sobą tak, aby nie była dotykana dłońmi nie wypadła podczas biegu. Jedna para jest berkiem. Zmiany następują przez dotknięcie ręką drugiej pary lub gdy którejś z par wypadnie piłka.  
*Decyzje – jak umieścić piłkę między sobą, aby nie wypadła podczas biegu oraz jak poruszać się po boisku, aby nie została berkiem – należy do uczniów.*

#### **Berek wzmacniający poczucie własnej wartości dziecka**

- **„Berek z podaniami piłki”**. Jedna osoba jest berkiem, pozostali uczniowie uciekając przed berkiem podają sobie piłki (nie można trzymać piłki dłużej niż 3 s.). Berek może dotknąć ucznia, który w danej chwili nie trzyma w rękach piłki. Osoba dotknięta przez berka zamienia się z nim rolą.  
*Uczeń mając piłkę może przez podanie do partnera, którego goni berek, uratować go. Tym samym przyczynia się on do uratowania kolegi, a przez to jego samoocena wzrasta. Również jego ocena wzrasta w oczach uratowanego wzrasta, gdyż jest on wdzięczny za podanie mu piłki w ważnym momencie.*
- **„Berek czarodziej”**. Jedna osoba jest berkiem, która goni pozostałych uczniów. Wszystkie dzieci poruszają się kozłując piłkę. Gdy berek dotknie którejś z osób uciekających, wówczas ta zatrzymuje się i staje w rozkroku (cały czas kozłując piłkę) – jest zaczarowana. Partner, aby odzaczarować kolegę, musi przekołować piłkę między jego nogami.  
*Uczeń, któremu uda się „odzaczarować” kolegę (przez przekołowanie piłki między jego nogami), czuje się dowartościowany, gdyż wie, że udzielił partnerowi pomocy. Zdaje sobie sprawę, że to dzięki niemu kolega może dalej czynnie uczestniczyć w zabawie.*

- „**Berek z piłką**”. Wszyscy uczniowie poruszają się koźlując piłkę, uciekając przed berkiem, który nie przerywając koźlowania stara się dotknąć dowolnego zawodnika. Złapany zawodnik powiększa liczbę berków. Ostatni złapany uczeń w nagrodę przy powtórzeniu zabawy jest pierwszym berkiem.

*Uczniowie, którzy zostają berkiem biorą w dalszym ciągu aktywny udział w zabawie, gdyż z roli uciekających zamieniają się w goniących. Uczniowie, którym uda się uciec przed berkiem (berkami) osiągają sukces, zadowolenie z zabawy, natomiast dziecko będące berkiem, gdy uda mu się złapać innych, również czuje się dowartościowane i zadowolone z zabawy.*

#### **Berek kształtujący umiejętności asertywne dziecka**

- **Berek** – z grupy ćwiczących wyznaczamy trzech berków, którzy otrzymują do rąk piłki. Pozostała część ćwiczących rozbiega się po sali. Zadaniem berka jest dogonić uciekającego i wręczyć mu do rąk piłki – po czym następuje zmiana berka. Uciekający może się obronić przed złapaniem przez położenie się na wznak z nogami w stronę nadbiegającego berka.

*Ćwiczenie to pozwala uczniom zaprezentować wiele technik obrony w sytuacji zagrożenia, np. od szybkiej ucieczki przez wykorzystanie zawodów itp. Uczeń sam wybiera, w jaki sposób obronić się przed berkiem (możliwość kształtowania u ucznia kreatywność).*

#### **Bibliografia**

Rzepa T. (1999) [red.] *Aktywność ruchowa z piłką w doskonaleniu wybranych właściwości osobowościowych ucznia*. AWF Wrocław.

## **3.**

### **GIMNASTYKA MÓZGU**

#### **Elementy metody Paula E. Dennisona<sup>4</sup>**

*oprac. Danuta Słocka*

Kinezylogia Edukacyjna jest efektywnym narzędziem uczenia się i funkcjonowania na optymalnym poziomie. Dzięki wykorzystaniu ćwiczeń Gimnastyki Mózgu wszystkie części mózgu włączają się i współpracują, żeby poprawić wybraną umiejętność. Stosując proponowane ćwiczenia na przekroczenie linii środka, energetyzujące, rozciągające, relaksujące znacznie poprawiamy umiejętność komunikacji, organizacji i koncentracji. Założenia Gimnastyki Mózgu/Kinezylogii Edukacyjnej są następujące:

- **Rozwój jest poszukiwaniem równowagi i jest osiąganym przez ruch.**
- **Uwaga podąża za intencją:** Mózg ludzki organizuje się wokół pojedynczego ogniska. Uwaga skierowana jest na to, co wydaje się mieć znaczenie. Jeśli dziecko nie ma swobody dokonywania wyborów zgodnie z jego potrzebami, żadne prawdziwe uczenie się nie ma miejsca.

<sup>4</sup> Warsztaty z tego zakresu w ramach studiów podyplomowych „Edukacja elementarna – Nauczyciel dziecka sześciolatniego” prowadziła Urszula Ułaszewska-Zuk.



- **Uczymy się tego, czego aktywnie doświadczamy:** Poczucie własnej wartości i samopoznanie to ostateczne cele w rozwoju jednostki, są to także warunki wstępne prawdziwego uczenia się.
- **Inteligencja jest wrodzona:** Motywacja do uczenia się jest właściwa istotom ludzkim. W idealnym środowisku społecznym i fizycznym uczenie się jest naturalną, radosną aktywnością, która trwa przez całe życie.
- **Każdy z nas oddziałuje na innych.** Indywidualne doświadczenia i wybory każdego ucznia dotyczące jego rozwoju osobowościowego oraz jego potrzeby edukacyjne muszą być brane pod uwagę.

Paul E. Dnnison w swojej metodzie wprowadza koncepcje i idee, które w znaczący sposób wpływają na style i metody uczenia się.

### **Ruch fizyczny stymuluje funkcjonowanie mózgu**

Specyficzne ruchy ciała stymulują poszczególne aspekty funkcjonowania mózgu. Dwadzieścia trzy ruchy Gimnastyki Mózgu przeznaczone są do aktywizowania różnych funkcji poznawczych jak: komunikacja, rozumienie i organizacja.

### **Stres hamuje uczenie się**

W warunkach stresu aktywność systemu intelekt/ciało jest skupiona we współczulnym układzie nerwowym, który przygotowuje ciało do reakcji walki/ucieczki (agresji/lęku).

W rezultacie aktywność układu limbicznego (gdzie zlokalizowana jest pamięć) i nowej kory mózgu (gdzie umiejscowione jest myślenie abstrakcyjne i wnioskowanie), zostaje znacznie obniżona.

Uczeń, który znajduje się w stresujących warunkach uczenia się może przejść w stan homolateralnego uczenia się, w którym półkula dominująca przejmuje kontrolę nad wszelkimi procesami umysłowymi. Pojawia się uczenie jednostronne przeszkadzające w osiągnięciach.

### **Blokady uczenia się mogą być usunięte przez Gimnastykę Mózgu**

Wszyscy jesteśmy w pewnym stopniu zablokowani jeśli chodzi o uczenie się, ruchy Gimnastyki Mózgu w sposób świadomy aktywizują cały system intelekt/ciało, stymulując aktywność układu nerwowego równomiernie we wszystkich częściach mózgu i osłabiają reakcję walki/ucieczki. Gdy uczenie się jest łatwe i pozbawione stresu, uczeń odnajduje swoje wrodzone zainteresowanie uczeniem się i jest znów zmotywowany do osiągnięcia celów związanych z nauką.

### **Zauważanie jest osobistym mechanizmem reakcji zwrotnej**

Nowe uczenie się zależy od umiejętności zauważania co pracuje, a co nie pracuje na rzecz usprawnienia nawyku, z którym mamy do czynienia. Gdy uczeń jest w stanie uświadomić sobie blokady w uczeniu się i podjąć oddziaływanie z pomocą efektywnych narzędzi Gimnastyki Mózgu, zapewnia mu to wzrost efektywności i poczucia własnej wartości. Narzędzia wybrane w procesie Gimnastyki Mózgu pokazują uczniowi, jak współdziałać i kontrolować swoją reakcję na środowisko związane z uczeniem się.

Istotą kinezylogii edukacyjnej są tzw. równoważenia organizmu w zakresie wybranych funkcji np. pisanie, czytanie, widzenie, słyszenie, koncentracji czy lateralności, które prowadzone są po zastosowaniu tzw. schematu odblokowania. Schemat ten przedstawia się następująco:

- **Woda – energetyczność.** Wpływa na usprawnienie przebiegu reakcji chemicznych i elektrycznych pomiędzy mózgiem a układem nerwowym oraz na efektywność przechowywania i odtwarzania informacji.
- **Punkty na myślenie – jasność.** Leżą tuż nad miejscem rozdzielenia tętnic szyjnych masując je, stymulujemy utlenianie komórek mózgowych, niwelując uczucie zmęczenia i przyspieszamy przesyłanie informacji pomiędzy stronami ciała i zawiadującymi nimi półkulami mózgu.
- **Ruchy naprzemienne – aktywność.** Celem wykonywania tych ruchów jest zintegrowanie obu półkul mózgowych. Jednoczesne ruchy prawą i lewą stroną ciała powodują, że prawa i lewa półkula mózgowa stymulowane są równocześnie, co sprzyja aktywizowaniu całego mózgu do pracy umysłowej.
- **Pozycja Dennisona – pozytywność.** Wiąże całą energię krążącą w organizmie, wpływa na skupienie uwagi, rozluźnienie mięśni przez co odblokowuje emocje i umożliwia kontakt z płatami czołowymi mózgu gromadzącymi zdobytą wiedzę.

Jednym z najlepszych sposobów na obniżenie stresu w procesie uczenia się jest więc według P. i G. Dennisonów przestrzeganie prawideł naturalnego rozwoju. Odkryciem w dziedzinie ruchu oraz mechanizmów integracji myśli i ruchu jest ujawnienie dwóch zasadniczych typów ruchów:

**1. Ruchy przekraczające linię środkową** – utworzoną przez lewą i prawą stronę ciała (jak praca oczu przy czytaniu, pisaniu, rysowaniu, praca narządów słuchu, praca rąk w trakcie wykonywania jakiejś czynności). Ruchy te integrują myślenie i ruch, powodują uaktywnienie naturalnych mechanizmów i w związku z tym dziesięciokrotnie zwiększają szybkość przekazywania informacji, umożliwiają swobodny rozwój funkcji psychofizycznych, zapewniają optymalną pracę układu nerwowego a także łatwość i spontaniczność uczenia się. Należy zauważyć, że tym mechanizmem natura obdarza każde dziecko.

**2. Jednostronne ruchy ciała** – powodujące rozdzielenie myśli i ruchu. Mechanizm ten stanowi podstawę procesów upośrednienia czynności przez znak lub symbol. Wymaga to wytężonej pracy umysłu, wysiłku i znacznej energii mózgu i ciała, prowadzi do skupienia świadomości zarówno w sytuacji uczenia się, jak i stresu. Ten typ ruchu skupia w sobie ruchy i nawyki pierwszego etapu uczenia się – etapu zapoznania się i świadomego prowadzenia operacji i działań.

Obydwa typy ruchów są konieczne. Mechanizm rozdzielenia myśli i ruchu (jednostronne ruchy ciała) jako podstawa ruchu drugiego typu jest konieczny w początkowym etapie nabywania umiejętności szkolnych. Na etapie przyswojenia i automatyzacji nawyku ustępuje on miejsca mechanizmowi integracji myśli i ruchu (ruchy przekraczające linię środkową).

### **3. Cel jakiemu służy metoda – przedmiot i podmiot oddziaływania**

P. i G. Dennisonowie stworzyli system szybkich, atrakcyjnych i podnoszących energię ciała ćwiczeń, których celem jest ożywienie „integracji myśli i ruchu”.

Pobudzają one określone części mózgu i mechanizmy integracji myśli i ruchu, dzięki czemu nowy sposób uczenia się jest bardziej naturalny, spontaniczny i sprzyja jednocześnie lepszemu zapamiętywaniu. Ćwiczenia Gimnastyki Mózgu nastawione są również na rozwój i usprawnianie analizatorów wzrokowego, słuchowego, polepszenie systemów koordynacji wzrokowo-ruchowej (koordynacja ręka – oko, koordynacja małej i dużej motoryki rąk przy pisaniu i rysowaniu itp.), pamięci i koncentra-

cji, likwidują efekt stresu wielu odruchów jak: „oddech obronny”, toniczny i symetryczny odruch szyjny, odruch ześrodkowania, uziemienia, grawitacji, odruch chodu. Wykonywanie ćwiczeń sprzyja zlikwidowaniu lub przekształceniu stresowych schematów ruchu i w ten sposób pozwala pozytywnie zmienić specyficzne nawyki.

Ćwiczenia należy wykonywać kompleksowo, każde przez 1-2 min., w umiarkowanym tempie, mają one sprawiać ćwiczącemu przyjemność. Autorzy podzielili je na cztery grupy.

**I grupa** to ćwiczenia umożliwiające przekroczenie linii środkowej, które stymulują pracę zarówno dużej jak i małej motoryki. Główny mechanizm „jedności myśli i ruchu”, będący ich podstawą sprzyja udoskonaleniu i integracji połączeń prawej i lewej półkuli mózgu oraz całościowemu odbiorowi materiału na poziomie analizy i uogólnień.

**II grupa** to ćwiczenia rozciągające mięśnie ciała, które likwidują negatywny wpływ różnych odruchów, w tym „oddechu obronnego”. Gdy mięśnie są rozciągnięte i mają właściwą długość, przekazują do mózgu sygnał o tym, że człowiek jest spokojny, rozluźniony, gotowy do pracy poznawczej, czyli możliwy jest przepływ informacji, przyswajanie wiadomości (doświadczenie).

**III grupa** to ćwiczenia energetyzujące ciało, zapewniające niezbędną prędkość i intensywność przebiegu procesów nerwowych pomiędzy komórkami i grupami komórek nerwowych mózgu.

**IV grupę** stanowią ćwiczenia sprzyjające pogłębieniu pozytywnego nastawienia własnego „Ja”. Ćwiczenia stabilizują i rytmizują procesy nerwowe organizmu, co sprzyja osiągnięciom w nauce.

Ćwiczenia te są szczególnie pomocne w pracy z dziećmi z problemami szkolnymi czy też wadami rozwojowymi. Można je z powodzeniem stosować we wszystkich przedziałach wiekowych zarówno w pracy indywidualnej, jak i grupowej. Dzięki nim trudności w nauce np. o charakterze dyslektycznym, dysortograficznym, dysgraficznym czy specyficzne trudności w nauce matematyki są łatwiejsze do pokonania.

#### LITERATURA:

- Dennison P., Dennison G.: *Gimnastyka mózgu. Podręcznik dla uczących się program. cz.I i II.*  
 Hannaford C.: *Zmysłne ruchy, które doskonałą umysł. Podstawy Kinezylogii Edukacyjnej.*  
 Zwolenska J. (red.): *Twórcza kinezylogia w praktyce. Propozycje dla każdego.*  
*Kinezylogia Edukacyjna – wsparcie dla uczniów o specjalnych potrzebach edukacyjnych.*  
*Nauka i praktyka radosnego uczenia się.* Warszawski Oddział Nr 1 Polskiego Towarzystwa Dysleksji.

#### Scenariusz zajęcia w grupie 5-6 latków z wykorzystaniem elementów Gimnastyki Mózgu P. Dennisona

Temat: Jesień wokół nas – zabawy logopedyczno-przyrodnicze

Cele:

- zwiększenie efektywności uczenia się poprzez stosowanie prostych ćwiczeń pozwalających na przekroczenie linii środkowej ciała,
- doskonalenie umiejętności uważnego słuchania i wykonywania poleceń,
- rozwijanie sprawności aparatu mowy.

*Umiejętności dziecka:*

- nazywa figury geometryczne płaskie,
- przedstawia stosując wybrane przez siebie elementy dramy (np. gest, mimika, ruch) oznaki jesieni,
- wykonuje oburącz rysunek zgodnie z sugestią słowną,
- naśladuje jazdę na rowerze w rytmie wiersza recytowanego przez nauczycielkę,
- wykonuje poprawnie ćwiczenia z Gimnastyki Mózgu: ruchy naprzemienne, rysowanie oburącz, leniwa ósemka, kapturek myśliciela, energetyczne ziewanie, oddychanie przeponowe.

Metoda: *zabawowo-zadaniowa*

*Forma pracy z dzieckiem:* zbiorowa, indywidualna

*Pomoce:* ilustracje związane z porą roku jesienią, plansza z narysowaną leniwą ósemką, kasetą z wybranymi piosenkami, magnetofon, woda i kubeczki jednorazowe.

**Przebieg zajęć:**

1. **Wprowadzenie** – *ruchy naprzemienne, picie wody*

Przy piosence *Marsz dzieci* marsz po kole i podskoki w ruchach naprzemiennych.

Po zakończeniu piosenki (chętni piją wodę), dzieci siadają na dywanie i rozpoznają figury geometryczne umieszczone na tablicy, pod figurami w 4 kolorach umieszczone są 4 fragmenty jesiennej ilustracji.

2. **Zabawa z kostką**

Dzieci rzucają kostką i zdejmują z tablicy tyle figur geometrycznych, ile oczek wyrzucą. Rzuty trwają do momentu, aż zostaną odsłonięte wszystkie fragmenty ilustracji. W trakcie zabawy dzieci nazywają zdejmowane przez siebie figury geometryczne. Następnie składają elementy ilustracji i wypowiadają się na temat jesieni.

3. **Zabawa ruchowa „Wyścigi rowerowe”** – *ruchy naprzemienne, pozycja Dennisona odprężenie i aktywizowanie obu półkul mózgowych*. Dzieci kładą się na plecach i wykonują ruchy naprzemienne, naśladując jazdę na rowerze w rytm recytowanego przez nauczycielkę wiersza:

*Raz, dwa, trzy, cztery,  
zapraszamy na rowery,  
pięć, sześć, siedem, osiem,  
kto dogoni nas na szosie,  
dziewięć, no a potem dziesięć,  
chcemy pierwsi być na mecie.*

Treść wiersza zaczerpnięto ze scenariusza zajęcia  
w: *Twórcza kinezylogia w praktyce.*  
*Propozycje dla każdego.*

Odpozynek w pozycji Dennisona. Chętni piją wodę.

4. **Elementy dramy**

Dzieci losują ilustracje przedstawiające zwiastuny jesieni. Następnie gestem, mimiką, ruchem przedstawiają je tak, aby pozostałe dzieci z grupy mogły je rozpoznać (np.: opadające liście, padający deszcz, odlatujące ptaki, zbieranie grzybów itp.)

5. **Ostatni motylek – leniwa ósemka**  
Dzieci rysują w powietrzu leniwe ósemki. Złączonymi dłońmi naśladują trzepotanie skrzydeł motyla, oczy wodzą za ruchem ręki.
6. **Ćwiczenia fonetyczne – kapturek myśliciela, energetyczne ziewanie, luźne skłony, oddychanie przeponowe**  
Dzieci odpoczywają robiąc ćwiczenia: kapturek myśliciela i energetyczne ziewanie, następnie naśladują odgłosy:
  - pada deszcz – uderzanie o podłogę palcami z równoczesnym wypowiedaniem słowa „kap”: mały deszcz, coraz mocniej pada, ulewa,
  - wieje wiatr naśladowanie ruchem z jednoczesnym wypowiedaniem spółgłoski „sz”,
  - liście na wietrze – dzieci dmuchają na kolorowe serwetki (liście) tak, aby unosiły się w powietrzu.
7. **Jesienny obraz – rysowanie oburącz w powietrzu**  
Wysoko po niebie płyną chmurki – rysowanie chmurki. Zerwał się wiatr – przedstawienie wiatru za pomocą kolistych ruchów rąk. Z drzewa zaczęły opadać liście – kreślenie oburącz kształtów liścia w powietrzu. Rozpadał się deszcz – ruchy nadgarstków. Po deszczu wyrosły grzyby – rysowanie oburącz grzyba. Zza chmur wyjrzało słońce – kreślenie okręgu i promieni.
8. **Zakończenie** – śpiewanie piosenki o jesieni. Chętne dzieci mogą narysować jesienną ilustrację.

*Zajęcia przeprowadzone w grupie dzieci 6-letnich  
w Przedszkolu Publicznym nr 2 w Głogowie.*

#### **Uwagi i spostrzeżenia dotyczące metody:**

1. Ćwiczenia powinna prowadzić osoba, która ukończyła, co najmniej I stopień kursu Gimnastyki Mózgu, gdzie pod okiem kinezyjologa – terapeuty poznała podstawy teoretyczne i sama praktycznie przeszła tok postępowania i stosowania ćwiczeń.
2. Poszczególne ćwiczenia najlepiej wprowadzać osobno, aż dzieci opanują technikę ich wykonywania (np. w postaci krótkich seansów, wplatania w zabawy i ćwiczenia ruchowe).
3. Ważną rolę w stosowaniu ćwiczeń Gimnastyki Mózgu odgrywa nawadnianie organizmu, należy, więc zapewnić dzieciom nieskrępowany dostęp do niegazowanej, czystej wody.
4. Należy pamiętać, że każde dziecko ma swój własny rytm uczenia się, oddziaływanie ćwiczeń na dzieci jest również zróżnicowane (autorzy metody podkreślają, że pierwsze efekty można zauważyć po ok. 6 tygodniach systematycznego stosowania ćwiczeń).
5. Ważne jest nie tylko zrozumienie celowości wykonywania ćwiczeń przez nauczyciela i dzieci, ale również przez rodziców, dlatego istotnym elementem jest zorganizowanie zajęcia pokazowego poprzedzonego wstępem teoretycznym informującym o założeniach i oddziaływaniu metody.

## 4.

METODA GLENNA DOMANA<sup>5</sup> oprac. Grażyna Mazur

*„Nie ma korelacji pomiędzy uszkodzeniem mózgu a inteligencją, natomiast korelacja istnieje pomiędzy uszkodzeniem mózgu a zdolnością przekazywania inteligencji (...)  
Dziedziczenie genetyczne nie decyduje o rozwoju i sprawności mózgu w tak dużym stopniu jak środowisko bogate w różnorakie bodźce stymulujące”  
(z wykładów w Filadelfii w Instytucie Osiągania Ludzkich Możliwości,  
Glenn Doman*

Glenn Doman opracował metody mające pomagać dzieciom głównie z porażeniem mózgowym, a także stymulować w najbardziej optymalny sposób wrodzony potencjał i możliwości mózgu małego dziecka dla rozwijania jego inteligencji. Opublikował wiele opracowań w których zawsze podkreśla fakt, że:

*„Każde dziecko w momencie urodzenia ma większą inteligencję potencjalną niż inteligencja, której używał Leonardo da Vinci.*

*Świat uważał, że wzrost i rozwój mózgu jest faktem z góry ustalonym i niezmiennym, wprost przeciwnie – wzrost i rozwój mózgu jest procesem dynamicznym i ciągle się zmieniającym.*

*Jest to proces, który może zostać zatrzymany. Jest to proces, który może być zwolniony. Ale najbardziej znaczące jest to, że proces ten może zostać przyspieszony.*

*W celu przyspieszenia tego procesu dajemy dzieciom wzrokowe, słuchowe i dotykowe informacje o zwiększonej częstotliwości, intensywności i trwaniu zgodnie z systematycznym sposobem, w jaki ludzki mózg rośnie.”*

Im wcześniej zacznie się proces usprawniania lub nauczania dziecka, tym będzie on łatwiejszy, szybszy i przyniesie wiele sukcesów, inteligencja to w zasadzie produkt trzech zjawisk:

- ✓ umiejętności czytania,
- ✓ umiejętności matematyki,
- ✓ pewien zasób wiedzy encyklopedycznej.

**Metody nauczania małych dzieci**

*„Małe dzieci raczej uczą się niż bawią lub jedzą.  
Można je nauczyć absolutnie wszystkiego,  
co prezentuje się im w sposób rzetelny za pomocą faktów  
- fakty są podstawą wiedzy ”*

*Glenn Doman*

Wprowadzenie procesu nauczania od najmłodszych lat (a nawet miesięcy) jest bardzo trafne, ponieważ im młodszy mózg, tym większe ma potencjalne możliwości.

Do szóstego roku życia następuje rzeczywisty rozwój mózgu, dlatego im młodsze dziecko, tym szybciej i łatwiej przyswaja sobie nowe informacje dostępne w ota-

<sup>5</sup> Warsztaty z tego zakresu w ramach studiów podyplomowych „Edukacja elementarna – Nauczyciel dziecka sześciolatniego” prowadziła Izabela Starzec.

czającym je środowisku, jak i te, które przekazuje się mu w sposób celowy. Małe dzieci często wydają się być rodzicom zbyt ruchliwe i męczące, a przecież wynika to z faktu, iż pragną one wszystko zobaczyć, usłyszeć, dotknąć, wziąć do ręki, polizać – pragną poznawać wszystko, co je otacza. Jeżeli zostawia się dziecko na dłuższy czas samo w łóżeczku z jedną zabawką, to w ten sposób poprzez eliminację wielu bodźców stymulujących hamuje się jego naturalny pęd do poznawania świata. O nieograniczonych możliwościach młodego mózgu świadczy również fakt, że w jak krótkim czasie dziecko opanowuje podstawowe czynności, uczy się chodzić oraz mówić. Patrząc na całe życie człowieka najwięcej i najszybciej uczy się w tym najmłodszym okresie (z czego nie zdajemy sobie sprawy). Dlatego gdyby rozpocząć proces nauczania dziecka od początku jego życia, nauka byłaby dla niego czymś naturalnym, automatycznym i bezwysiłkowym oraz stymulowałaby mózg w czasie jego najlepszego i najbardziej dynamicznego rozwoju. To, czego dziecko szybko nauczy się w tym okresie będzie procentowało w całym przyszłym życiu. Im później mózg przyswaja nowe informacje tym dłużej trwa ten proces i jest on coraz trudniejszy, dlatego powinno się wykorzystać ten naturalnie tkwiący w mózgu potencjał.

### **Nauczanie czytania małego dziecka**

Małe dzieci (2-3 letnie) mają „nieograniczony głód wiedzy połączony z łatwością przyswajania sobie nowych informacji” (G. Doman 1992). Łatwość ta zanika w przyszłym życiu. Małe dziecko chce i potrafi uczyć się wszystkiego bardzo szybko. Pragnienie uczenia się osiąga swój szczyt między 1 a 5 rokiem życia. Jest to okres, w którym mózg dziecka jest całkowicie otwarty na wszelkie informacje, które przyswajane są bez jakiegokolwiek świadomego wysiłku. Dziecko chce poznać każdą rzecz wielozmysłowo – dotknąć, usłyszeć i zobaczyć. Może ono skojarzyć i przyswoić sobie równie szybko słowo mówione jak i pisane, dlatego od wczesnego okresu życia może ono nauczyć się czytać łatwo i w naturalny sposób, jeżeli tylko stworzy się mu ku temu odpowiednie warunki. „Dzieci mogą czytać słowa, gdy mają rok, zdania, gdy mają dwa lata i całe książki, gdy mają trzy lata – i uwielbiają to” (G. Doman 1992).

Zaczynając program nauki czytania małego dziecka należy bezwzględnie pamiętać o wytworzeniu atmosfery wielkiej radości i entuzjazmu oraz bardzo szybkim prezentowaniu kolejno eksponowanych słów.

Program nauki czytania należy podzielić na pięć kolejnych etapów:

#### **1. Nauka pojedynczych słów**

Słowa należy pisać na tekturowych kartonach o wymiarach około 10 cm x 60 cm. Litery mają 8 cm wielkości – są drukowane i czerwone (dla niedoskonałego jeszcze wzroku dziecka jest to najbardziej wyraźny kolor).

Pierwsze słowa powinny być znane i przyjemne dla dziecka np. imiona rodziców, rodzice czy też przedmioty z otoczenia dziecka. Najpierw wprowadzamy prezentowanie rzeczowników (np. rzeczy dziecka: „auto”, „kocyk”, „skarpetki” itd.; sprzęty: „krzesło”, „stół”, „łóżko” itd.; zwierzęta: „koń”, „słoń”, „pies” itd.). Gdy dziecko pozna już około pięćdziesięciu rzeczowników, wprowadzamy czasowniki (np. „pije”, „siedzi”), na końcu przymiotniki („ładny”, „duży”, „ciepły”).

Zaczynamy od eksponowania i czytania pięciu słów (około pięć sekund) 3 razy dziennie. Pięć słów tworzy jeden zestaw. Codziennie dokładamy jeden zestaw (pięć nowych słów), aż dojdziemy do pięciu zestawów dziennie eksponowanych każdy trzy razy. Wtedy wycofamy ten najstarszy i na jego miejsce wprowadzimy nowy. Tak postępuje się każdego następnego dnia.

## 2. Wyrażenie dwuwyrzowe

Na tym etapie łączymy w pary słowa, które dziecko już przyswoiło sobie po kilku dniach ekspozycji np.: „mama kocha” (rzeczownik + czasownik) „ładny kotek” (przymiotnik + rzeczownik). Kolor i wielkość druku utrzymujemy bez zmian.

## 3. Proste zdania

Stopniowo zmniejszamy druk z 8 cm do 5 cm. Jak wyżej stosujemy kombinacje słów, które dziecko już poznało. Wprowadzamy słowo „jest” np.: „Mama jest duża”, „Piesek jest mały”. Dziennie wprowadzamy 2 nowe zdania.

## 4. Rozbudowane zdania

Wprowadzamy przyimki: w, na, za, pod itd. Stopniowo zmniejszamy litery do wysokości 3,5 cm. Zwiększamy liczbę słów oraz zmieniamy kolor druku z czerwonego na czarny.

## 5. Książeczki

Wykonane domowym sposobem książeczki powinny mieć wymiar 20 cm x 45 cm. Najlepiej gdy jest to książeczka o dziecku. Na każdej stronie znajduje się jedno zdanie, dobrze gdy ilustruje je zdjęcie lub obrazek. Książeczkę czytamy 2 do 3 razy dziennie przez kilka dni. Możemy dodawać kolejne strony ze zdaniami wraz z fotografią. G. Doman uważa, iż małe dzieci chcą, mogą i powinny uczyć się czytać, co związane jest z ich naturalnym zmysłem eksploracyjnym oraz możliwościami mózgu. Tempo procesu nauczania powinno być wyznaczone przez „szczęśliwe łaknienie dziecka”. Zainteresowanie i entuzjazm dziecka są podyktowane trzema czynnikami: radosną postawą matki (lub ojca), ilością nowego materiału oraz szybkością jego prezentowania.

## Nauczanie małego dziecka matematyki

Nauka matematyki przebiega według tych samych zasad, co nauka czytania oraz przekazywanie wiedzy encyklopedycznej.

Na początku przez 5 pierwszych dni prezentuje się bardzo szybko 10 plansz zawierających od 1 do 10 czerwonych kropek. Przy ekspozycji wymieniamy równocześnie liczbę kropek na każdej planszy. Po 5 dniach codziennie wycofuje się jedną starą planszę i zastępuje ją nową czyli np. szóstego dnia wycofamy kartę z jedną kropką a wprowadzimy z jedenastoma. Nauka ta trwa 3 miesiące – aż do opanowania liczb do 100 kropek.

W rezultacie dziecko z łatwością odróżni 38 kropek od 39; potrafi rozpoznać rzeczywiste wartości, a nie tylko ich symbole – cyfry.

## Dodawanie

Od trzydziestego dnia nauki gdy dziecko zna już karty z 35 kropkami wprowadzamy dodawanie. Zaczynamy od planszy z dwoma, mówimy „jeden dodać jeden równa się dwa”. Nie tłumaczymy znaczenia słów „dodać” i „równa się”, gdyż dziecko zrozumie je automatycznie. W pierwszym dniu dodawania kończymy na „jeden dodać dziewięć równa się dziesięć”. W następnym, trzydzie-



stym pierwszym dniu dodajemy dwa do kolejnej liczby kropek tak, aby ostatni wynik wyniósł dziesięć czyli „dwa dodać osiem równa się dziesięć”.

W kolejnym trzydziestym drugim dniu wprowadzamy dodawanie trzech kropek do kolejnych kropek „trzy dodać jeden” aż do „trzy dodać siedem równa się – dziesięć”. Kontynuujemy ten tok postępowania przez kolejne dni.

Od trzydziestego szóstego dnia prezentujemy dodawanie w przypadkowej kolejności pamiętając, aby nie przekroczyć największej liczby kropek prezentowanych dziecku do tej pory.

### **Odejmowanie**

W czterdziestym dniu nauki rozpoczyna się odejmowanie. Dziecko zna w tym czasie karty do 45 kropek i potrafi dodawać w tym zakresie. Zaczynamy odejmując kolejno kropki od dziesięciu „dziesięć odjąć jeden równa się dziewięć” – prezentujemy planszę z dziewięcioma kropkami.

Na tym etapie prowadzimy 9 sesji dziennie:

- 3 sesje prezentując kolejne karty z kropkami,
- 3 sesje dodawania,
- 3 sesje odejmowania.

Gdy skończymy odejmować od dziesięciu (pierwszego dnia), wprowadzamy odejmowanie od dwudziestu, a następnie od trzydziestu. W czterdziestym trzecim dniu odejmujemy nie przestrzegając kolejności (na wrywki).

### **Rozwiązywanie zadań**

Na początku kładziemy przed dzieckiem dwie karty różniące się przynajmniej o sześć kropek (np. 24 i 33) i pytamy: „gdzie są 24 kropki?” lub „ile jest 10 dodać 12?”. Jeżeli dziecko początkowo dłużej się namyśla mówimy „to są 24 kropki – prawda?”. W miarę rozwiązywania zadań karty kładzone przed dzieckiem mogą się różnić tylko o jedną kropkę.

### **Mnożenie**

Naukę mnożenia wprowadza się w pięćdziesiątym dniu. Do tego czasu dziecko powinno znać liczby do 55 i w tym zakresie dodawać i odejmować.

Mnożymy kolejno przez 2 przez 3 itd. w zakresie znanych dla dziecka liczb. Na tym etapie mamy 12 sesji dziennie (każda powinna trwać około jednej minuty!).

### **Dzielenie**

Wprowadzamy od sześćdziesiątego dnia nauki. Dzielimy poznane przez dziecko liczby (w tym czasie do około 65) kolejno przez 2, 3, 4 itd: tak aby nie powstawały ułamki czyli liczby podzielne przez dwa dzielimy przez dwa, a podzielne przez trzy dzielimy przez trzy.

### **Równania**

Wprowadzamy je w siedemdziesiątym dniu nauki matematyki. Kolejno prezentujemy: równania trzystopniowe np. „osiem dodać dwa pomnożone przez trzy równa się trzydzieści” równocześnie pokazujemy kartę z 30 kropkami.

*Następnie wprowadzamy równania cztero-, pięcio-, i sześciostopniowe.*

### **Cyfry**

W dziewięćdziesiątym szóstym dniu równocześnie eksponujemy karty z kropkami oraz odpowiadające im ilościowo na innych kartach (od 1 do 25). Następnego dnia w ten sam sposób prezentujemy liczby od 26 do 50. Po czterech dniach dziecko poznaje liczby w postaci symboli od 1 do 100.

### **Przygotowanie materiałów**

Na stu kartonach o wymiarach 28cm x 28cm rozmieszczamy (rysujemy bądź przyklejamy) w chaotyczny sposób kropki od 1 do 100 o średnicy 18 mm. Po drugiej stronie planszy wypisujemy dla siebie określoną liczbę odpowiadającą liczbie kropek. Na stu kolejnych kartonach o wymiarach 14 cm x 14 cm wypisujemy czerwonym mazakiem liczby od 1 do 100. Liczby od 1 do 9 wypisujemy cyframi o wymiarach 12,5 cm x 7,5 cm, pozostałe liczby wypisujemy cyframi o wymiarach 7,5 cm x 5,0 cm – czerwonym mazakiem.

Jak w każdej z dotychczas opisywanych metod nauczania małych dzieci należy pamiętać, aby nigdy nie popędzać dziecka oraz nie sprawdzać zbyt często czego się nauczyło, ponieważ to może zniechęcić. Dziecko nie może się nudzić, dlatego zasada „im szybciej, tym lepiej” oraz wielki entuzjazm muszą charakteryzować każdą sesję.

Niezależnie jednak od tego, w jakim wieku zaczynamy wprowadzać program czytania, matematyki czy przekazywania dziecku wiedzy encyklopedycznej, *powinniśmy pamiętać o zasadach, które, według G. Domana są podstawą dobrego uczenia i wzbudzają w dziecku motywację, która jest gwarantem sukcesu:*

- ✓ powinno zacząć się w możliwie najmłodszym wieku,
- ✓ każdej sesji towarzyszy radość i entuzjazm.

Ważne jest:

- ✓ traktowanie nauki, jako świetnej zabawy,
- ✓ stale dostarczanie nowych informacji,
- ✓ prowadzenie nauki tylko wtedy gdy matka i dziecko są szczęśliwi, wypoczęci i zdrowi,
- ✓ w miarę postępowania nauki odkładanie starych informacji,
- ✓ mówienie do dziecka wyraźnie, głośno z dużym entuzjazmem,
- ✓ wykonywanie programów systematycznie,
- ✓ wykonane materiały są duże, wyraziste i łatwe do zobaczenia,
- ✓ zlikwidowanie bodźców rozpraszających uwagę dziecka,
- ✓ prezentowanie materiałów w bardzo szybki sposób „im szybciej, tym lepiej”,
- ✓ zawsze należy skończyć zanim dziecko o to poprosi,
- ✓ gotowość do zmiany dynamiki programu w zależności od potrzeb i wieku dziecka,
- ✓ mówienie prawdy i dotrzymywanie obietnicy,
- ✓ dawanie jasnych, prostych odpowiedzi,
- ✓ nie należy ciągle kontrolować i kwestionować wyników nauki,
- ✓ materiały powinno się przygotować starannie i z wyprzedzeniem.

Każde małe dziecko cechuje duża ciekawość i ogromna pasja nauczania się wszystkiego co osiągalne, a ponieważ nie posiada prawie wcale gustu ani nie potrafi samo oceniać jest w stanie przyswoić sobie z takim samym zainteresowaniem i równie szybko informacje o kotach, jak i informacje dotyczące malarstwa np. Jana Matejki; oraz bez wysiłku nauczy się czytać. Rodzice powinni pokierować programem nauczania tak, aby dziecko przyswoiło sobie to wszystko, co piękne, ciekawe, mądre i ludzkie.

Na końcu warto podsumować jak wiele korzyści przynosi, zdaniem G. Domana przekazywanie wiedzy małemu dziecku w odpowiednio zorganizowany sposób zgodnie z jego metodą:

- ✓ dziecko zauważa, że nauka jest procesem bardziej radosnym niż inne czynności i takie podejście będzie miało przez całe życie,
- ✓ buduje ono potężną bazę informacyjną, pomocną w późniejszej nauce,
- ✓ wiedza dziecka tworzy się w oparciu o fakty i jest stopniowo rozszerzana,
- ✓ „dziecko zdobywa ogromną wiedzę poboczną bez świadomego wysiłku ze swojej strony w wyniku krzyżowania się różnych serii z odrębnych Kategorii z różnych Dziedzin”,
- ✓ „następuje rzeczywisty fizyczny rozwój mózgu jako wynik wzrokowego, słuchowego i dotykowego pobudzenia, jaki otrzymał z odpowiednią częstotliwością, natężeniem oraz czasem trwania”,
- ✓ „uzyskuje duży wzrost inteligencji jako małe dziecko oraz ogromny bank wiedzy niezbędny do rozwoju inteligencji w dorosłym życiu” (G. Doman 1990).

### Sprawdzanie czyli ocena osiągnięć

*„Uczyć dziecko, to dawać mu olśniewający prezent.  
Sprawdzanie jest żądaniem zapłaty z góry”*

*Glenn Doman*

Sprawdzanie jest w istocie próbą dowiedzenia się, czego dziecko nie wie. Im częściej będziemy sprawdzać dzieci, tym wolniej będą się uczyć.

Sprawdzanie jest przeciwieństwem uczenia. Jest pełne stresu. Wg Glenna Domana sprawdzanie jest przede wszystkim okazywaniem braku szacunku do dziecka, ponieważ ono odgaduje, że nie wierzymy w jego umiejętności, dopóki ich nie udowodni.

Zamiast sprawdzać dziecko dajemy mu okazję do rozwiązywania problemów.

„Celem rozwiązywania problemów jest pozwolenie dziecku wykazanie się swoją wiedzą, jeśli ma na to ochotę.”

Należy zadawać dziecku pytania dostosowane do wiedzy i zainteresowań. Właściwie zadane pytania stwarzają okazję do rozwiązywania problemu, której nie można się oprzeć.

Pokazując dziecku dwie karty z napisanymi słowami np. „pies” i „kot” zadajemy pytanie: „Które ze zwierząt potrafi głośno szczekać?”. W ten sposób dowiemy się, gdzie jest napisany wyraz „pies”. Jest to zdecydowanie mniej nudne, niż zadanie pytania „Gdzie jest napisane pies?”.

Pomysłów na rozwiązywanie problemów jest mnóstwo i jest to okazja do dobrej zabawy. Na przykład po przeczytaniu książeczki pt. „Las”, zadajemy pytania odnośnie wiadomości zawartych w treści.

Nie wolno jednak nadużywać takich zabaw pod żadnym pozorem.

*„Motywacja jest produktem sukcesu” Glenn Doman*

Wszystkie zaplanowane działania są nastawione na sukces dziecka. Ocenianie polega wyłącznie na nagradzaniu uśmiechem, gestem i pozytywnym motywowaniu typu: „potrafisz to zrobić...”, „to jest proste...”.

### Przykładowa sesja czytania wg Domana

Zabawę zaczynamy od zapowiedzi. Mówimy np. tak: „*Zaraz przyniosę słowa i będziemy je czytać!*”. Oczywiście mówimy to z entuzjazmem. Następnie zaczynamy pokazywać pierwsze słowo i sugestywnie, wyraźnie mówimy: „*Tutaj jest napisane: mama.*” Jeśli tylko dziecko zatrzymało wzrok na tym wyrazie, przechodzimy do następnego: „*Tutaj jest wyraz: tata.*” Analogicznie postępujemy z wszystkimi słowami. Unikamy dłuższych przerw. Słowa przedstawiamy w takiej kolejności, aby te, które zaczynają się na tę samą literę, nie następowały bezpośrednio po sobie. Jeśli dziecko jakoś zareaguje, to starajmy się to dostrzec i również okazać swój entuzjazm. Sesja nie może trwać za długo. Trzeba ją skończyć, zanim dziecko się znudzi.

Jeśli dziecko jest małe i nie siedzi samodzielnie, to – aby urozmaicić, a jednocześnie wzmocnić proces nauki – po przeczytaniu słowa można je „zobrazować” w inny sposób. Np. po wypowiedzeniu wyrazu piłka pokazujemy dziecku piłkę, dajemy do rączki, aby dotknęło. Im więcej sugestywności i zaangażowania z naszej strony – tym lepiej. Starszym dzieciom można zaproponować różnego rodzaju zabawy, które jednocześnie umożliwiają nam swoistą obserwację postępów dziecka. Jedną z nich polega na położeniu kilku wyrazów na podłodze i spytaniu dziecka: „Gdzie jest napisane piłka?”. Jeśli dziecko wybierze złą kartę (np. wskaże wyraz klocki), nadal z zaangażowaniem czytamy: „Tutaj jest napisane klocki”. Bierzymy kartę z napisem „piłka” i mówimy „Tutaj jest piłka”. Dużo bardziej prawdopodobne jest jednak to, że dziecko wskaże właściwy wyraz. Wtedy dobrze jest okazać radość i entuzjastycznie pochwalić dziecko, mówiąc np.: „Tak! tutaj jest napisane piłka! Świetnie to przeczytałeś!”. Równie ważne jest zakończenie sesji wyrażeniem uznania i radości dla dziecka. Nie szczędź dziecku pochwał i uścisków.

### Scenariusz zajęć doskonalących czytanie

Ośrodek zainteresowań: Chrońmy nasz wspólny dom – Ziemię

Temat dnia: *Próba uzasadnienia postanowienia bohaterów czytanki R. Przymusa „Fruwające drzewko”.*

Klasa: II

#### Cele ogólne:

- Formułowanie odpowiedzi na pytania.
- Kształtowanie postawy dbania o najbliższe otoczenie.
- Doskonalenie umiejętności czytania.

#### Cele szczegółowe:

- Dziecko:
  - poprawia technikę czytania,
  - doskonali umiejętność czytania ze zrozumieniem,
  - przełamuje opory związane z nauką czytania,
  - wypowiada się na określony temat,
  - odszukuje określone fragmenty tekstu.

#### Metody pracy:

- słowne: rozmowa,
- oglądowe: obserwacja, wyrazy do globalnego czytania wg Glenna Domana,

- działania praktyczne: gromadzenie słownictwa, uzupełnianie tekstu z lukami, ćwiczenia „Gimnastyki mózgu”.

**Formy pracy:** Zbiorowa jednolita, indywidualna jednolita

**Pomoce:** Zestaw wyrazów do nauki czytania, zestaw zdań do pisania, woda, kubeczki, podręcznik, rzutnik.

### Przebieg zajęć

Przygotowanie do zajęć PACE (picie wody, punkty na myślenie, ruchy naprzemiennie, pozycja Dennisona)	PACE: picie wody, punkty na myślenie, ruchy naprzemiennie, pozycja Dennisona.
Głośne czytanie „w słuchawkach”, energetyczne ziewanie	Uczniowie przynoszą ulubione teksty (książki, czasopisma, inne). Po wejściu do klasy siadają w ławkach, przykrywają uszy dłońmi – „nakładają słuchawki”, i odizolowani od otoczenia głośno czytają. Po 5 minutach chowają „czytanki” do plecaków, gotowość do dalszej pracy oznajmniają <i>energetycznym ziewaniem i masażem twarzy</i> .
Globalne czytanie – wyrazy Kapturek myśliciela, krążenie szyją, Punkty na myślenie	Uczniowie wykonują ćwiczenie <i>kapturek myśliciela</i> , po czym chórem głośno odczytują wyświetlane na rzutniku wyrazy – nie mniej niż 5 i nie więcej niż 10 wyrazów z tekstu przeznaczonego do czytania w dalszej części zajęć. Podczas gdy nauczyciel rozdaje koperty z wcześniej czytanyimi wyrazami, umieszczonymi na odrębnych karteczkach, uczniowie wykonują krążenia szyją i aktywizują punkty na myślenie. Odczytują wyrazy i układają je w dowolnej lub zadanej przez nauczyciela kolejności, np. od najdłuższego do najkrótszego, najkrótszego porządku alfabetycznym. „W słuchawkach” Uczą się je czytać głośno, szybko i poprawnie. Czynność ta nie powinna trwać dłużej niż 3 minuty, kończy się konkursem „kto najszybciej poprawnie przeczyta wyrazy”. <i>Aneks 1</i>
Relaks picie wody, ruch naprzemiennie przy muzyce	Po treningu czas na picie wody i odpoczynek przy muzyce. Idąc po wodę, uczniowie wykonują ruchy naprzemiennie.
Praca z nowym tekstem pozycja Dennisona	Wzorcowe odczytanie czytanki przez nauczyciela. Uczniowie słuchają w <i>pozycji Dennisona (książki są zamknięte)</i> . Formułowanie odpowiedzi na pytania: Dlaczego papierowe strzały,

na, aktywna ręka, pompowanie piętą wypadki	gołębie i samoloty pani nazwała „Fruwającymi drzewkami”?, Jak te słowa wpłynęły na zachowanie chłopców? <i>Aneks 2</i> Po przekonaniu się, że uczniowie rozumieją treść czytanego tekstu, nauczyciel poleca samodzielnie głośno („w słuchawkach”) przeczytanie czytanki. Wyszukiwanie w tekście opowiadania i odczytanie zdań wypowiedzianych przez nauczycielkę. Rozmowa na temat zachowania chłopców oraz odczytywanie fragmentów opowiadania: - Jak zachowywali się chłopcy na przerwie? - Dlaczego chłopcy postanowili zmienić swoje postępowanie?
Relaks <i>punkty pozytywne</i>	Uczniowie z zamkniętymi oczami wykonują ćwiczenie <i>punkty pozytywne</i> . W tym czasie, nauczyciel przygotowuje 5 zdań do ćwiczeń w pisaniu z pamięci. <i>Aneks 3</i>
Pisanie z pamięci Słóń, punkty ziemni	Uczniowie wykonują ćwiczenie <i>słóń</i> . <i>Z chwilę na rzutniku pojawi się zdanie, które należy przeczytać i zapamiętać. Po upływie 9 sekund rzutnik zostanie zasłonięty, a wy postarajcie się jak najdokładniej zapisać je w zeszytach. Polecenie dotyczy wszystkich zdań, uczniowie sami je sprawdzają.</i>
Relaks energetyzator	Cała grupa wykonuje ćwiczenia <i>energetyzator</i> przy spokojnej muzyce.

**Uwaga!**

*Trening umiejętności czytania jest częścią całego dnia zajęć szkolnych lub przed-szkolnych. Powinien odbywać się codziennie. Przy pomocy tych samych ćwiczeń można realizować różne treści w edukacji elementarnej. Stopień trudności powinien się systematycznie zwiększać. Uczniowie znają ćwiczenia z Gimnastyki Mózgu i wykonują je samodzielnie.*

**ŹRÓDŁA:**

„Moja szkoła”. Podręcznik z ćwiczeniami do kształcenia zintegrowanego klasa II.  
Materiały ze szkolenia „Uczyć czytać ale jak?” Małgorzaty Małyskiej.  
Materiały do kursu Gimnastyka Mózgu Doktor Paul Dennison i Gail Dennison.

**Aneks 1**

**chłopcy**  
**strzałami**  
**gołębiami**

**z zeszytów  
uświadomiły  
oszczędzając  
chronią  
drzewa  
postanowili  
sposób**

**Aneks 2**

**Fruwające drzewko**

*Była przerwa, ale my, chłopcy, nie chcieliśmy wyjść z klasy. Skakaliśmy przez ławki i puszczaaliśmy papierowe gołębie i strzały. Bawiliśmy się wspaniale i ani się spostrzeżliśmy, jak nasza pani weszła na zajęcia. Wtedy jeden z „ptaszków” usiadł jej na ramieniu. Pani pokiwała głową i powiedziała:*

*- Zabierzcie te strzały i gołębie i połóżcie je na stole....*

*Koleżanki spojrzały na nas z uciechą.*

*- Teraz dostaniecie za swoje.... Aha! – powiedziała Ela.*

*Ale pani nie krzyczała na nas, tylko zapytała:*

*- Co widzicie na stole?*

*Milczeliśmy, ale dziewczynki natychmiast zawołały:*

*- To są strzały i gołębie i samoloty. Chłopaki wrywają kartki z zeszytów. Mają już takie cieniutkie aż strach....*

*- Tak, macie rację. A ja widzę przed sobą zielone, fruwające drzewko....*

*Zdziwiliśmy się, przecież mamy oczy i każdy widzi stos gołębi i samolotów....*

*A nasza pani dokończyła:*

*- Tak, widzę zielone drzewo, rosnące w lesie, które dawało cień i na którym śpiewały ptaki. Z niego powstał ten papier i teraz będzie musiało zginąć inne, jakaś sosna albo świerk.*

*Zaczerwieniliśmy się. Popatrzyliśmy na siebie. Wiedzieliśmy już, że w naszej klasie nie będzie więcej „fruwających drzewek”.*

Ryszard Przymus

**Aneks 3**

Chłopcy bawili się papierowymi strzałami i gołębiami.

Wyrwali coraz to nowe kartki z zeszytów, marnując cenny papier.

Dopiero słowa nauczycielki uświadomiły im, że oszczędzając papier – chronią drzewa.

Chłopcy postanowili nigdy już nie bawić się w ten sposób.

**5.****EKSPERYMENT<sup>6</sup>**

*oprac. Joanna Grzesik*

Terminy „doświadczenie” i „eksperyment” traktujemy jako synonimy.

Metody badawcze polegają na stworzeniu dzieciom w mniejszym lub większym stopniu sytuacji problemowej oraz organizują proces poznawczy, dzięki czemu dzieci poznają rzeczywistość w „naturalnym” lub sztucznie stworzonym środowisku. Metody zaliczane do grupy metod badawczych to eksperyment naturalny, eksperyment laboratoryjny.

Eksperymenty, ze względu na to kto je wykonuje i kto obserwuje ich wyniki dzielimy na:

- *Eksperymenty-pokazy* – w których nauczyciel demonstruje obiekty i zjawiska a dzieci obserwują ich cechy;
- *Eksperymenty uczniowskie* – tj. takie, które samodzielnie wykonują uczniowie.

W czasie eksperymentu dobiera się celowo oraz zmienia warunki czynniki, ustala zachodzące zmiany, określa oraz przedstawia możliwie ilościowo uzyskane wyniki. Eksperyment powinien zwykle wynikać z określonej sytuacji problemowej. Przed przystąpieniem do przeprowadzenia eksperymentu dzieci powinny przeanalizować dokładnie przyczynowe związki między poznawanymi zjawiskami.

W czasie eksperymentu rola badacza staje się czynna. Przeprowadzając eksperyment, badacz nie oczekuje, aż dane zjawisko wystąpi, lecz sam je wywołuje, organizując w odpowiedni sposób sytuację. Można więc organizować sytuacje, w których występuje uczenie się, rozwiązywanie problemów, koncentracja uwagi, jakiegoś przeżycie emocjonalne lub współdziałanie kilku osób. Eksperyment może ujednolicić warunki badań prowadzonych przez różne osoby i pozwolić na uzyskiwanie wyników w pełni porównywalnych oraz pozwala również w dowolny sposób warunki te modyfikować i przez to sprawdzać określone hipotezy.

Ze względu na to, że dzieci nie mają doświadczenia w przeprowadzaniu eksperymentów, każdy eksperyment powinien być szczególnie dokładnie przygotowany przez nauczyciela, tak aby w toku wykonywania go przez dzieci jego przebieg był niezakłócony. Wiąże się z tym konieczność próbnego przeprowadzenia każdego eks-

<sup>6</sup> Warsztaty z tego zakresu w ramach studiów podyplomowych „Edukacja elementarna – Nauczyciel dziecka sześciolatniego” prowadził Wojciech Gańcza.



perymentu przez nauczyciela przed zajęciami oraz dokładnego przygotowania dzieci do przeprowadzenia ćwiczeń.

Każde nieudane doświadczenie wyrządza dzieciom podwójną szkodę. Przede wszystkim nie pozwala im osiągnąć zamierzonego w eksperymencie celu: albo dojścia do określonych uogólnień, albo utrwalenia określonych wiadomości. Kierujący pracą nauczyciel zwraca uwagę na ważniejsze etapy eksperymentów, naprowadza dzieci na określone wnioski. Dzieci, opierając się na instrukcji, wykonują kolejne działania i obserwują przebieg wywołanych zjawisk. Po przeprowadzeniu ćwiczeń nauczyciel wspólnie z dziećmi zbiera wyniki doświadczeń, porządkuje wnioski i uogólnienia.

### Przykłady eksperymentów wykonanych w grupie 6-latków

#### **EKSPERYMENT – „Mówiący sznurek”**

Doświadczenie to ukazuje, że dźwięk może przenosić się przez ciało.

Potrzebne przedmioty: sznurek długości co najmniej 10 m, dwa plastikowe kubeczki.

*Przebieg:*

1. Zrób małą dziurkę w dnie każdego kubeczka. Przeciśnij koniec sznurka przez każdy otwór i zawiąż na nim węzeł.
2. Mocno naciągnij sznurek pomiędzy kubeczkami. Sam stań przy jednym końcu, a kolega przy drugim. Upewnij się, że sznurek nie dotyka niczego innego.
3. Na zmianę niech jedno z was trzyma swój kubeczek przy uchu, podczas gdy drugie szepcze do swojego. Czy możecie się nawzajem usłyszeć?

*Twój głos może być słyszany nawet z daleka, ponieważ przenosi się wzdłuż sznurka, który jest ciałem stałym. Dźwięki przenoszą się lepiej i szybciej przez ciała stałe niż przez powietrze.*

#### **EKSPERYMENT – „Powietrze podnosi wodę”**

Potrzebne przedmioty: miska, szklanka, woda.

*Przebieg:*

1. Włóż szklankę do wody i odwróć ją do góry dnem.
2. Podnieś ją uważając, żeby krawędź nie wyszła z wody.

Co się dzieje?

*Woda w szklance podnosi się ponad poziom wody w misce.*

Dlaczego?

*Ciśnienie powietrza działające na powierzchnię wody znajdującej się w misce wypycha wodę do szklanki. Kiedy krawędź szklanki znajdzie się nad powierzchnią wody, powietrze w postaci bąbelków dostanie się do szklanki i wypchnie wodę.*

#### **EKSPERYMENT – „Silniejsze od wody”**

Potrzebne przedmioty: szklanka o gładkiej krawędzi, idealna gładka widokówka lub kartonik o podobnie gładkiej powierzchni, woda, akwarium, miska

*Przebieg:*

1. Napełnić szklankę wodą
2. Starannie przyłożyć widokówkę gładką stroną do krawędzi szklanki. Widokówka powinna dotknąć wody.
3. Przytrzymując widokówkę otwartą dłonią, odwróć szklankę do góry dnem.
4. Cofnij rękę przytrzymując kartkę.

Co się dzieje ?

Kartka nie odpada i woda nie wypływa.

Dlaczego?

*Sila z jaką powietrze działa od dołu na kartkę, jest większa od ciężaru wody w szklance, dlatego kartka nie spada i nie pozwala wypłynąć wodzie.*

### **EKSPERYMENT – „Wyścig w spadaniu”**

Potrzebne przedmioty: plastelina, kartka papieru

*Przebieg:*

1. Trzymaj kartkę papieru w jednej ręce, a kulę z plasteliny w drugiej.  
Które z nich jest cięższe? Jak sądzisz, które szybciej spadnie?
2. Ściśnij kartkę z papieru w jak najbardziej ciasną kulę. Upuść kulę z plasteliny i papier z tej samej wysokości i w tym samym momencie.  
Które ląduje jako pierwsze?

Co się stało?

*Przedmioty spadają, ponieważ są przyciągane w dół siłą zwaną ciężeniem lub siłą grawitacji, czy też siłą ciężkości.*

*Kula papierowa ląduje w tym samym czasie co kula z plasteliny. Jest tak dlatego, że siła ciężkości wywiera jednakowy wpływ na oba przedmioty.*

## 6.

### „DZIECIĘCA MATEMATYKA”<sup>7</sup>

Edyta Gruszczyk-Kolczyńska

oprac. Beata Żupańska

„Myślą przewodnią *Dziecięcej matematyki* Gruszczyk-Kolczyńskiej jest wtopienie edukacji matematycznej w proces wspomagania rozwoju umysłowego.”

Edukacja matematyczna sześciolatków musi być więc połączona z intensywnym rozwojem myślenia, z kształtowaniem odporności emocjonalnej oraz z ćwiczeniem pewnych umiejętności matematycznych.

Najważniejsze w tej edukacji są osobiste doświadczenia dziecka. To one stanowią budulec, z którego dziecko tworzy pojęcia i umiejętności. Specjalnie dobrane wpływają na rozwój myślenia i hartowanie dziecięcej odporności. W trakcie ich przetwarzania dziecko nazywa przedmioty raz wykonywane czynności, co sprzyja rozwojowi koncentracji jego uwagi i pomaga dostrzegać mu to, co ważne.

„Na swój sposób dziecko ma czuć sens tego co robi”. Na podstawie jego wypowiedzi dorosły może stwierdzić, czy dziecko rozumie prawidłowo i czy uczy się tego co trzeba.

Organizując zajęcia dla dzieci opierające się na metodzie E. Gruszczyk-Kolczyńskiej dorosły (nauczyciel, rodzic) powinien wiedzieć, iż muszą być one wypełnione zabawami, ciekawymi zadaniami i grami. Dorosły powinien również rozmawiać z dzieckiem, gdyż sprzyja to rozwojowi jego myślenia.

<sup>7</sup> Warsztaty z tego zakresu w ramach studiów podyplomowych „Edukacja elementarna – Nauczyciel dziecka sześciolatka” prowadziła Melania Kubik.

Dorosły powinien wiedzieć, co i w jaki sposób należy kształtować w umysłach dzieci, a znając prawidłowości rozwoju musi uwzględniać również stopniowanie trudności w czasie realizacji 12 kręgów tematycznych tj.

1. Orientacji przestrzennej, czyli kształtowania umiejętności pozwalających dziecku dobrze orientować się w przestrzeni i swobodnie rozmawiać o tym, co się wokół niego znajduje;
2. Rytmu traktowanego jako sposobu rozwijania umiejętności skupiania uwagi na prawidłowościach i korzystania z nich w różnych sytuacjach;
3. Kształtowania umiejętności liczenia, a także dodawania i odejmowania obejmującego proces począwszy od liczenia konkretnych przedmiotów przez liczenie na palcach aż do rachowania w pamięci;
4. Wspomagania rozwoju operacyjnego rozumowania, czyli przygotowania dziecka do zrozumienia pojęcia liczby naturalnej;
5. Rozwijania umiejętności mierzenia długości;
6. Klasyfikacji, czyli wspomagania rozwoju czynności umysłowych potrzebnych do tworzenia pojęć, wprowadzenia dzieci do rozwiązywania zadań o zbiorach i ich elementach;
7. Układania i rozwiązywania zadań arytmetycznych jako dalsze doskonalenie umiejętności rachunkowych dzieci;
8. Zapoznanie dzieci z wagą i sensem ważenia;
9. Mierzenia płynów – ćwiczenia ułatwiające dziecku zrozumieć sens mierzenia i rozwiązywania zadań;
10. Intuicji geometrycznych, czyli kształtowania pojęć geometrycznych;
11. Konstruowania gier przez dzieci, hartujące odporność emocjonalną i rozwijające umiejętności rachunkowe dzieci;
12. Zapisywania czynności matematycznych zgodnie z możliwościami sześciolatków stanowiących bezpośrednie przygotowanie dzieci do tego co będą robiły na lekcjach matematyki w szkole.

Zajęcia z sześciolatkami należy prowadzić żywo i w sposób przyjazny dla dziecka dotąd, dopóki sprawiają im przyjemność.

#### **Scenariusz zajęć w grupie 6-latków z wykorzystaniem metody E. Gruszczyk-Kolczyńskiej**

Temat: Wiem jak wyglądam, potrafię nazywać części swojego ciała, a także porozumiewać się miną oraz gestem

##### *Cele:*

- organizowanie doświadczeń pomagających dzieciom w kształtowaniu świadomości własnego ciała ze szczególnym uwzględnieniem jego symetrii i różnicowania lewej i prawej strony;
- rozwijanie u dzieci zdolności do skupienia uwagi na gestach i mimice drugiego człowieka (niewerbalnego porozumiewania się);
- wdrażanie dzieci do korzystania z wiedzy o sobie i innych w trakcie rysowania postaci;
- doskonalenie umiejętności uważnego słuchania i wykonywania poleceń.

*Umiejętności dziecka:*

- określa kolor swoich włosów i oczu,
- nazywa części ciała,
- przedstawia stosując wybrane przez siebie elementy dramy (np. gest, mimika, ruch) scenkę „Moje ciało mówi”,
- wykonuje rysunek postaci ludzkiej.

*Metoda:* zabawowo-zadaniowa

*Pomoce:* lustro dla każdego dziecka (powinny być wielkości co najmniej pocztówki) bez ramek i ozdób, kartki z bloku rysunkowego, kredki świecowe, krzeselka.

*Przebieg zajęcia:***1. Zabawa „Lustreczko, lustreczko powiedz proszę ...”**

Dzieci zajmują miejsca przy lusterkach leżących na dywanie, przyglądają się sobie, ustalają kolor swoich włosów. Dzielą się na grupy – kryterium podziału stanowi kolor włosów.

Następnie ustalają kolor swoich oczu i szukają podobieństw, np. niebieskie jak niebo, zielone jak trawa ...

**2. Zabawa „Odkrywamy tajemnice naszej głowy”**

Dzieci dotykają swojej głowy, głaszczą, dotykają, próbują określić jej kształt. Wyróżniają części twarzy: czoło, brwi, powieki, rzęsy itd.

**3. Zabawa logopedyczna „Myjemy zęby”**

Patrząc w lustro dzieci „myją” językiem zęby : górne, dolne, kolejno od prawego do lewego policzka. Ponownie przyglądają się swojej twarzy i próbują dostrzec jej symetrię przykładając ręce do buzi i odsłaniając raz jedną, raz drugą jej stronę.

**4. Zabawa „Wesołe i smutne miny”**

Dzieci siedzą w półkolu obserwują swój wyraz twarzy w lusterkach, gdy się uśmiechają, gdy są smutne, zagniewane, niezadowolone.

**5. „Paluszkowe zabawy”**

Dzieci słuchają wiersza „Ten gruby to dziadzius ...”. Pokazują kolejno występujące w wierszu palce. Nazywają je powtarzając za nauczycielką: kciuk, wskazujący, środkowy, serdeczny, mały. Zabawa „Palec wita się z palcem”.

**6. „Nasze ręce potrafią mówić”**

Dzieci wymieniają części ręki: dłoń, nadgarstek, przedramię, łokieć, ramię, bark. Pokaz i omawianie znaczenia niektórych gestów wyrażanych za pomocą rąk np. chodź do mnie, nie chcę, nie wolno, itp.

**7. Zabawa „Roztańczone nogi”**

Dzieci oglądają swoje nogi i nazywają wskazywane przez nauczycielkę części. Podejmują próby przekazywania informacji ruchem nóg i ich odczytywania.

**8. Zabawa ze śpiewem „Gimnastyka”****9. Zabawa „Teatr jednego aktora” – zagadki pantomimiczne**

Chętne dzieci za pomocą swojej mimiki oraz gestów przekazują różne komunikaty, które pozostali mają odczytać oraz podać przyczynę takiej reakcji.

**10. Zabawa „Portrety”**

## 7.

### WPROWADZANIE DZIECKA W ŚWIAT PISMA wg metody Ireny Majchrzak<sup>8</sup>

oprac. Jolanta Jurusz

Autorka książki „Wprowadzanie dziecka w świat pisma” dzieli się z czytelnikami swymi doświadczeniami, jak sama pisze „pedagogicznej przygody”. Jako socjolog bada społeczną i kulturową problematykę indiańskiej ludności w Meksyku. Jednym z badanych zagadnień jest również oświata.

Swoje obserwacje, wątpliwości, refleksje na temat reformy w Meksyku I. Majchrzak spisuje w raporcie – listach do autora reformy, Salomona Nahmada. Zostają one opublikowane w formie książkowej przez meksykańskie ministerstwo oświaty w 1982 roku.

„Listy do Salomona” sprawiają, że autorka otrzymuje propozycję, by stworzyć własny program pomocy pedagogicznej dla dzieci należących do indiańskiej grupy etnicznej Czontali. Propozycja ta stanowi niezwykle wyzwanie nie tylko dla ciekawości autorki, ale również dla jej pragnienia społecznego działania.

Źródłem inspiracji stają się dla autorki idee i wskazówki Marii Montessori, a także materiały dydaktyczne rozpowszechniane przez towarzystwo jej imienia. Rozpoczyna pracę na początku roku szkolnego 1984/85.

#### *Narodziny pomysłu*

Pomysł wprowadzania dziecka w świat pisma zrodził się po spotkaniu autorki z małą dziewczynką o wdzięcznym imieniu Simona.

Simona miała osiem lat, chodziła do drugiej klasy i zupełnie nie radziła sobie ze swoimi zadaniami. Jakkolwiek знаła wszystkie litery umiała je rozróżnić i nazwać, to jednak nie mogła ich zebrać w słowa.

Ta mała dziewczynka stała się inspiracją do wprowadzenia czegoś nowego, co spowodowałoby pozytywny stosunek dziecka do podejmowania tak trudnych dla niego działań. Tym motywem stał się kontakt z własnym imieniem jako pierwszym słowem napisanym. To pomogło dziecku zrozumieć, że jego własne imię może być napisane i przeczytane. Ten moment wtajemniczenia jest też sposobem na wzbudzenie zainteresowania kodem literowym u bardzo małego dziecka.

Od samego początku dziecko wchodzi w świat pisma jako w świat znaczeń, a nie izolowanych liter.

Autorka proponuje:

1. **Akt inicjacji** – wprowadzenie wizytówek z imionami dzieci. Na wizytówkach wpisujemy imiona według propozycji dzieci. Mogą być zdrobnienia. Wizytówki wypisujemy przy dziecku, objaśniając każdą napisaną literę. Gdy wszyscy mają swoje wizytówki i gdy obejrzą je sobie do woli, przywieszają je wokół na ścianach.

---

<sup>8</sup> Warsztaty z tego zakresu w ramach studiów podyplomowych „Edukacja elementarna – Nauczyciel dziecka sześciolatniego” prowadziła Izabela Starzec.

2. **Ściana pełna liter** – Równocześnie wieszane są na wysokości oczu dziecka wszystkie litery alfabetu, zarówno duże jak i małe. Są to litery drukowane, ale mogą być również pisane.
3. **Prezentacja alfabetu** – nauczycielka prezentuje wszystkie litery alfabetu duże i małe. Jedna litera na dzień. Omawia ich kształt oraz brzmienie. Dzieci sprawdzają, czy wskazana litera znajduje się w ich imieniu.
4. **Targ liter** – dzieci układają swoje imię z rozsypani literowej. Najpierw według wzoru, potem bez. Potem proponujemy dzieciom szukanie ukrytych w imieniu słów, jak w grze w inteligencję. Efektem tego doświadczenia jest stwierdzenie, że za pomocą liter naszego imienia da się utworzyć tylko ograniczoną ilość słów. Aby móc napisać wszystko, co nam przyjdzie namysł, musimy zdobyć wszystkie litery.
5. **Gry w sylaby** – Na kartkach papieru piszemy sylaby, zrazu tylko najprostsze, później bardziej skomplikowane i rozdajemy je dzieciom pytając „Masz słowo, czy nie masz słowa?” Komu sylaby ułożą się w słowa ten wygrywa.
6. **Nazywanie świata** – to ćwiczenie, które polega na przyporządkowaniu odpowiedniej nazwy do wszystkiego co znajduje się wokół nas.

Główne zalety innowacji:

- Prostota realizacji;
- Wielkie zainteresowanie dziecka z powodu wprowadzenia własnego imienia;
- Głębsze poznawanie osobowości wychowanków;
- Przedstawienie alfabetu w pełnym zestawie liter, co jest korzystne dla dziecka i wygodne dla nauczyciela;
- Od samego początku uzmysłowienie dziecku, że jednemu głosowi mogą odpowiadać różne litery lub kilka liter;
- Wiedza cząstkowa nie musi, a nawet nie powinna być sprawdzana;
- Dziecko i nauczyciel są wolni od ciągłego stresu, który wywołuje głośkowanie oraz głośnie czytanie przed innymi;
- Radość dzieci;
- Uznanie rodziców;
- Satysfakcja osobista;
- Krótki czas prezentacji poszczególnych liter;
- Precyzyjne podana przez autorkę strategia działania w książce;
- Realizacja pozostałych treści programowych może przebiegać w trybie dotychczasowym;
- Nie ma żadnych przeszkód w łączeniu metody I. Majchrzak z innymi innowacjami metodycznymi programowymi, albowiem dotyczy ona tylko czytania i realizuje się niejako obok innych treści.

Niedogodności:

- Konieczność całkowitego odrzucenia tego, co wpajano nam od lat na temat nauki czytania, poznawania liter, głośkowania, przyporządkowania każdej literze konkretnego obrazka;
- Stałe wykonywanie wielu napisów;
- Zmiana stylów zabaw i gier dziecięcych w taki sposób, aby wykorzystywać wizytówki, słowa, zdania, sylaby;
- Konieczność przystosowania sali;
- Konieczność zgromadzenia wielu obrazków do dopasowania podpisów.

**LITERATURA:**

- I. Majchrzak – *Wprowadzanie dziecka w świat pisma*. Warszawa 1995.  
E. Arciszewska – *Czytające przedszkolaki. Mit czy norma*. Warszawa 2002.

**Scenariusz zajęć otwartych dla rodziców  
z elementami metody Ireny Majchrzak w grupie 5-latków**

*Temat:* Jesienne zabawy z literami

*Cele:*

- zapoznanie rodziców z umiejętnościami dzieci,
- zaprezentowanie możliwości kierunku pracy z dzieckiem.

*Umiejętności dziecka:*

- rozpoznaje własne imię wśród innych imion,
- rozpoznaje i nazywa pierwszą literę swojego imienia,
- układa według wzoru własne imię.

*Pomoce:*

Kartoniki z imionami, litery umieszczone na „lizakach policyjnych”, liście i grzybki z imionami, kolorowanka utrwalająca literę, nagranie magnetofonowe piosenki pt. „Jesień”.

*Przebieg zajęć:*

1. Zabawa „**Wiatr i imiona**”

Nauczycielka opowiada historię, która wydarzyła się w sali: Do naszej sali dzisiaj rano przez otwarte okno wpadł psotny wiatr. Porozwalał zabawki, przewracał kwiatki, a na firankach pozamieniał wasze wizytówki. Waszym zadaniem będzie teraz odszukanie własnego imienia. Przyjrzyjcie się im uważnie, kto odszuka swoje imię – stanie pod kartonikiem, a ja sprawdzę czy dobrze odczytaliście swoje imię.

2. Zabawa „**Spacer do lasu**”

Czy wiecie jaka jest teraz pora roku? (jesień).

Najpiękniej jesienią jest w lesie. Co można zbierać jesienią w lesie? (liście i grzyby).

Zapraszam was na spacer do lasu. Słyszycie muzykę? Jaka to piosenka? („Jesień”).

Zapraszam Was do zbierania liści i grzybów, ale musicie wyszukać liście i grzyby tylko z waszymi imionami.

3. Zabawa „**Do mnie**”

Dzieci biegają po dywanie. Nauczycielka podnosi do góry „lizak” z literką. Przybiegają te dzieci, których imię rozpoczyna się wskazaną literą.

4. Zabawa „**Ułóż swoje imię**”

Każde dziecko otrzymuje kopertę w której jest cała oraz pocięta wizytówka. Zadaniem dzieci jest ułożenie własnego imienia z rozsypki literowej. Dziecko może, ale nie musi korzystać z wzoru.

5. Zabawa „**Dla kogo ten rysunek?**”

Nauczycielka pokazuje dzieciom kartki, na których są przedmioty rozpoczynające się na określoną literę. Dzieci wybierają taką kartkę, na której są przedmioty rozpoczynające się na pierwszą literę jego imienia. Dzieci kolorują rysunki.

## 8.

### METODA DOBREGO STARTU<sup>9</sup>

oprac. Mariola Kuklo

W programie wychowania przedszkolnego metoda ta powinna występować wśród innych zajęć rozwijających funkcje percepcyjno-motoryczne, takich jak: zajęcia plastyczne, rytmika, zajęcia umuzykalniające. Służy ona bowiem nie tylko usprawnianiu czynności poszczególnych analizatorów, które uczestniczą w procesie pisania i czytania ale także rozwija współdziałanie między nimi, czyli koordynację wzrokowo-słuchowo-ruchową.

Ma ona za zadanie uzupełnić dotychczas stosowane metody o charakterze stymulującym i terapeutycznym a nie zastępować dotychczasowe formy pracy, dlatego zajęcia prowadzone tą metodą muszą występować wraz z zajęciami kształtującymi mowę, myślenie, dojrzałość społeczną itp. Wprowadzając te metody:

- ✓ musimy rozważyć jej przydatność w odniesieniu do dzieci z którymi pracujemy.
- ✓ musimy podjąć decyzję czy zajęcia będziemy prowadzić z całą grupą przedszkolną w celu przygotowania do nauki pisania i czytania, czy też tylko z małą grupą, która wykazuje opóźnienie rozwoju niektórych funkcji psychomotorycznych (grupa korekcyjna) w celu zlikwidowania tych zaburzeń.
- ✓ trzeba zdecydować czy stosować ją indywidualnie, czy też włączyć dziecko w zespół rehabilitacyjny, gdzie będzie ćwiczyło zespołowo.
- ✓ należy również określić czy metoda będzie stosowana jako jedyna, czy też jako jedna z wielu innych metod oddziaływania.

Z punktu widzenia metodyki, w metodzie tej można wyodrębnić trzy podstawowe rodzaje ćwiczeń:

- a) *ćwiczenia ruchowe* – usprawniają analizator kinestetyczno-ruchowy,
- b) *ćwiczenia ruchowo-słuchowe* usprawniają analizator kinestetyczno-ruchowy i słuchowy,
- c) *ćwiczenia ruchowo-słuchowo-wzrokowe* usprawniają analizator kinestetyczno-ruchowy, słuchowy i wzrokowy.

Z punktu widzenia organizacji zajęć zajęcia prowadzone tą metodą przebiegają zawsze według stałego schematu, w którym można wyróżnić trzy etapy:

1. zajęcia wprowadzające,
2. zajęcia właściwe,
3. zakończenie zajęć.

#### ZAJĘCIA WPROWADZAJĄCE

Przygotowaniem do właściwych ćwiczeń są *ćwiczenia orientacyjno-porządkowe*.

<sup>9</sup> Warsztaty z tego zakresu nie były prowadzone w ramach studiów podyplomowych „Edukacja elementarna – Nauczyciel dziecka sześciolatniego”.



- marsz przy muzyce lub zbiórka w szeregu (dwuszeregu) – ćwiczenia dyscyplinujące i koncentrujące uwagę na rozpoczynających się zajęciach;
- ćwiczenia o charakterze „musztry” – przyjmowanie postawy: baczność, spoczynij, zwrot w lewo, zwrot w prawo, zwrot w tył (postawa ciała, orientacja w przestrzeni – lewo, prawo);
- różne sposoby powitania np. podanie ręki, salutowanie (ćwiczenia w orientacji w schemacie ciała, usprawnienie motoryki rąk).

Następnie organizuje się zajęcia wprowadzające, polegające na słuchaniu (w pozycji siedzącej) piosenki, która będzie towarzyszyła nam podczas wykonywania wszystkich zajęć. Pytamy o treść piosenki, zrozumienie sensu piosenki, trudniejsze pojęcia w tekście, wyjaśniamy trudne wyrazy, pokazujemy plansze z rysunkami instrumentów muzycznych, nazywamy je i pokazujemy. (Przy piosence „Łowiczanka” np. pokazujemy mapę Polski – pokazać miasto Łowicz, opisać strój łowicki itp.) W razie potrzeby wprowadza się pojęcia nadrzędne (owoce, warzywa). Np. „Idzie Jesień” – pytamy – „co jesień przyniosła w koszyku?” W czasie tych rozważań dziecko musi analizować, syntetyzować, uogólniać i abstrahować cechy przedmiotu. W ten sposób kształcimy jego procesy myślenia. Słuchając wypowiedzi zwracamy uwagę na sposób wypowiedzania się dzieci: prawidłowe formułowanie zdań, poprawność wymowy – korygujemy błędy. Rozmowa ta stwarza również okazję do ćwiczeń słuchu fonetycznego.

Prowadzenie ćwiczeń wymaga zawsze przechodzenia od zadań łatwiejszych do trudniejszych. W pierwszym okresie zajęć pobudzamy więc dzieci do wyodrębniania zdań z tekstu piosenki. Później wprowadzamy wyodrębnianie pojedynczych wyrazów, następnie sylab, głosek (w określonej kolejności samogłoski, spółgłoski, w nagłosie, w wygłosie, w śródgłosie).

Można też wprowadzić ćwiczenia ortofoniczne.

## ZAJĘCIA WŁAŚCIWE

### *Ćwiczenia ruchowe*

Ćwiczenia ruchowe stanowią pierwszy etap w każdym z zajęć prowadzonych Metodą Dobrego Startu (np. chód bociana, chód wróbla, kulawy wróbel, utykający wróbel). Ćwiczenia te to zabawa ruchowa, która ma charakter usprawniający i relaksacyjny (pozycja stojąca, w kręgu na środku sali). Zabawa zależna jest od treści piosenki, która towarzyszy nam w trakcie zajęć.

W czasie zabawy dzieci wykonują ruchy całymimi kończynami, dłońmi, stopami, palcami odtwarzając treść piosenki. Co tydzień powinien mieć miejsce inny zestaw ćwiczeń odpowiedni do zmieniającego się tematu piosenki. Według **podstawowej zasady pedagogiki**, Przechodzimy od ćwiczeń łatwych do trudnych. Zaczynamy od kształcenia ruchów całego ciała (motoryka duża), następnie usprawnienie ruchu rąk (motoryka mała).

Przechodzimy od ćwiczenia ruchów globalnych do precyzyjnych (cała kończyna, dłoń, palec). Najpierw ćwiczymy jedną kończyną, następnie obydwoma naraz – co kształci koordynację ruchów jednoczesnych, następnie ruchy wykonywane oboma kończynami na przemian.

Stosujemy ruchy szybkie i powolne.

Oprócz ćwiczeń usprawniających stosujemy również ćwiczenia relaksacyjne np. po serii wyczerpujących ćwiczeń – szczególnie dla dzieci mało sprawnych ruchowo, leworęcznych przestawionych na rękę prawą (występuje u nich napięcie mięśniowe – łamią ołówki, silnie je naciskając). Do ćwiczeń ruchowych wprowadzamy też elementy kształcące i utrwalające orientację w schemacie ciała i przestrzeni – polecenia słowne: lewa, prawa, w górę, w dół.

Podobną formą zajęć są zabawy paluszkowe: „idzie rak”, „idzie kominiarz”, itp., które polegają na wykonywaniu ruchów palcami i dłońmi wraz z wypowiedzianiem rytmicznego wierszyka.

Możemy też wplatać ćwiczenia ortofoniczne np. dzieci naśladują jednocześnie ruchy i głosy ptaków.

#### *Ćwiczenia ruchowo-słuchowe*

W następnym etapie zajęć, do ćwiczeń ruchowych jest dołączony element muzyczny (słuchowy) – piosenka. Zasadnicze ćwiczenia ruchowo-słuchowe – to rytmiczne ćwiczenia pięści, dłoni, palców na waleczkach z piaskiem. Odbywają się one w postawie siedzącej. Podczas prezentowania sposobu wykonywania ćwiczenia prowadzący je stoi obok dziecka (nie naprzeciwko). Dzieci również powinny siedzieć obok siebie, aby zapobiec naśladowaniu siebie nawzajem. Ćwiczenia ruchowe rąk na waleczkach wykonywane są w rytm piosenki, stanowiącej podkład muzyczny do wzoru graficznego, przewidzianego w trzecim etapie ćwiczenia. Dzieci ćwiczą kolejno wewnętrzną, zewnętrzną stronę i brzegiem dłoni, kolejno jednym palcem, dwoma i wszystkimi. Ćwiczymy najpierw jedną ręką, potem dwoma. Przemieszczamy następnie waleczki, jak również stukamy od końców waleczka do wewnątrz i odwrotnie. W pierwszym okresie ćwiczeń można zastąpić waleczki – woreczkami.

Zamiast piosenki można stosować głośne liczenie. Dla ułatwienia orientacji przestrzennej woreczki mogą różnić się kolorami. Rytm można odtwarzać w sposób zróżnicowany z mniejszą lub z większą siłą. Ruchy mogą przyjmować różne formy: naciskania, uderzania, głaskania waleczka. Po zakończeniu cyklu ćwiczeń na woreczkach i waleczkach kształcących precyzję ruchu rąk i ich koordynację, można przejść do ćwiczeń ruchów całego ciała, powiązanych ze śpiewaną jednocześnie piosenką. Charakter ćwiczeń ruchowo-słuchowych mają też zabawy polegające na ilustrowaniu ruchem treści piosenki, tzw. Pląsy ruchowe lub zabawy z piosenką. Ćwiczenia ruchowo-słuchowe kształcą **gnozę** palców, precyzję i elastyczność ruchów, koordynację ruchów obu rąk, rozwijają percepcję słuchową i poczucie rytmu. Aktywizują więc czynność analizatora kinestatyczno-ruchowego i słuchowego. Kształcą również orientację w lewej i prawej stronie ciała, oraz w przestrzeni, jak również orientację czasowo-przestrzenną.

#### *Ćwiczenia ruchowo-słuchowo-wzrokowe*

Ćwiczenia ruchowo-słuchowo-wzrokowe są zasadniczą częścią Metody Dobrego Startu i występują podczas każdego kolejnych zajęć.

Podstawę ćwiczeń stanowią wzory graficzne. Występują więc najpierw wzory zawierające linie pionowe i poziome, potem ukośne i łamane, figury geometryczne (koło, kwadrat, prostokąt, trójkąt), wreszcie linie krzywe, które wymagają przy odtwarzaniu najwyższej precyzji. Do wzorów dobiera się piosenki, których rytm jest zgodny z układem elementów wzoru. Ćwiczenia polegają na odtworzeniu ruchem

(element ruchowy) wzorów graficznych (element wzrokowy) w rytm jednocześnie śpiewanej piosenki (element słuchowy). Przebiegają według ustalonego schematu.

**Etapy ćwiczeń:**

1. Próba samodzielnego odtwarzania ruchem rytmu piosenki lub dobieranie wzoru do piosenki.
2. Pokaz i omówienie wzoru, demonstracja ćwiczenia.
3. Utrwalenie wzoru i jego powiązania z piosenką – wodzenie palcem po wzorze.
4. Odtwarzanie wzoru różnymi technikami:
  - a) w powietrzu – ręką, na podłodze nogą
  - b) na powierzchni stołu lub podłogi – palcem, na tackach z piaskiem – palcem.
  - c) na dużym arkuszu (np. papieru) lub na tabliczkach – kredą (węglem itp.)
  - d) na kartce papieru z bloku rysunkowego – pędzlem, ołówkiem, kredką lub w zeszytach bez linijek – ołówkiem
  - e) w zeszytach z liniaturą – ołówkiem (mazakiem, długopisem).

Wszystkie wymienione etapy ćwiczenia występują w każdym z zajęć prowadzonych Metodą Dobrego Startu.

Ćwiczenia ruchowo-słuchowo-wzrokowe mają różny stopień trudności w zakresie motoryki. Ważne jest kontrolowanie i korygowanie sposobu wykonywania ćwiczeń. Kształcą one koordynację wzrokowo-ruchową, usprawniają motorykę kończyn: precyzję i koordynację ruchów, ćwiczą też pamięć wzrokową, oraz rozwijają współdziałanie wszystkich trzech analizatorów.

**ZAKOŃCZENIE ZAJĘĆ**

Zajęcia można zakończyć zabawą z piosenką bądź też piosenkami zuchowymi. Zajęcia te mają charakter ćwiczeń słuchowo-ruchowych. Polegają na ilustrowaniu treści śpiewanej piosenki ruchami odpowiednio dobranymi pod kątem przydatności terapeutycznej. Są prowadzone w formie zabawy. Dają jednocześnie odpoczynek, relaksują i rozładowują napięcie emocjonalne.

Liczebność zespołu, który wykonuje ćwiczenia może być większa, jeśli metodę stosujemy w celu nauki pisanie i czytania dla dzieci bez zaburzeń.

W przedszkolu – grupa do 15 dzieci.

W szkole – cała klasa.

Dzieci z zaburzeniami – 7-8 dzieci.

Zajęcia w przedszkolu odbywają się raz w tygodniu i trwają 20 minut dla dzieci 5-letnich, a 30 minut dla dzieci 6-letnich. Powtórnie powinno się je prowadzić z dziećmi w grupie korekcyjnej.

W zespole terapeutycznym – dzieci w wieku szkolnym – zajęcia mogą trwać 45 minut.

Ćwiczenia zwykle zalicza się do działu „Wychowanie estetyczne” – jest to jednak kwestia umowna.

Zapis w dzienniku zajęć powinien zawierać uwagi o przebiegu ćwiczeń, o trudnościach obserwowanych, konkretnych dzieci.

Do prowadzenia ćwiczeń potrzebne jest odpowiednie pomieszczenie oraz zestaw pomocy. W planowaniu całorocznego cyklu zajęć uwzględnić należy przede wszystkim szybkość postępu dzieci w trzecim etapie ćwiczeń. Wzór i związana z

nim piosenka zmieniają się co tydzień. Szybkość przechodzenia do następnego wzoru zależy od możliwości i postępów zespołu.

Metoda Dobrego Startu usprawnia przede wszystkim funkcje percepcyjno-motoryczne, ale ma również korzystny wpływ na cały rozwój psychomotoryczny dziecka. Kształci zarówno sferę intelektualną, jak i pozaintelektualną: emocjonalno-motywacyjną. Wiązanie śpiewu, ruchu, muzyki i plastyki aktywizuje cały układ nerwowy, wszechstronnie oddziałuje i dlatego metoda ta nosi nazwę metody psychomotorycznej.

### Scenariusz zajęć prowadzonych MDS

#### Cele

##### *Edukacyjny*

- kształcący: rozwijanie funkcji językowych, percepcyjno-motorycznych. Świadomości schematu ciała: prawa ręka, usprawnianie ruchów dłoni i palców. Ćwiczenia analizy słuchowej: wyodrębnianie zdań, słów, pierwszej i ostatniej głoski w wyrazach.
- dydaktyczny: ćwiczenia w kreśleniu linii skośnych, utrwalanie właściwego układu ręki i zeszytu podczas rysowania.
- wychowawczy: uspołecznienie, wdrażanie do samokontroli i autokorekty.

*Terapeutyczny:* zmiana nieprawidłowego kierunku ruchu ręki podczas kreślenia linii pionowych, korekta sposobu trzymania pędzla i ołówka

#### Informacje organizacyjne

Forma zajęć: *zajęcia zespołowe*

Miejsce – *Przedszkole Publiczne w Szczytnej*. Dzieci – grupa dzieci w wieku 6 lat.

Termin: 12.09.2003 r.

#### Program zajęć

*Temat: Opracowanie piosenki pociąg krasnoludków i wzoru graficznego 2D (za: Bogdanowicz, Szlagowska)*

##### 1. Zajęcia wprowadzające

- a. Marsz przy akompaniamencie pianina.
- b. Przywitanie się dzieci przez podanie prawej ręki, prawych stóp i palców wskazujących prawej ręki.
- c. Słuchanie piosenki *Pociąg krasnoludków* (odtworzanej z taśmy magnetofonowej).
- d. Rozmowa na temat piosenki: omówienie treści, wyjaśnienie trudniejszych pojęć.
- e. Ćwiczenie funkcji językowych (kompetencji fonologicznej i syntaktycznej); wyodrębnianie z tekstu piosenki:
  - zdania „Co robi pociąg?” „Co zrobił maszynista?” – opowiedzcie słowami piosenki);
  - słów („Jakie towary może przewozić pociąg?”);
  - głosek i sylab (Podziel wyrazy: „maszynista”, „krasnoludek”, „ryby”, „grzyby” na sylaby. Jaką głoskę słyszysz na początku wyrazu „pociąg”, jakie znasz inne słowa, które zaczynają się na tę samą głoskę).

##### 2. Zajęcia właściwe

- A. **ćwiczenia ruchowe:** zabawa ruchowa w pociąg, dzieci ruchem ilustrują treść piosenki.

- B. **ćwiczenia ruchowo-słuchowe:** dzieci siedzą przy stole i wystukują rytm śpiewanej piosenki na leżących przed nimi wałeczkach. Uderzając jedną ręką (prawą) w środek wałeczka wystukują rytm:
- B1 – pięścią
  - B2 – wewnętrzną stroną dłoni
  - B3 – zewnętrzną stroną dłoni
  - B4 – brzegiem dłoni.
- Następnie w pozycji stojącej według własnego pomysłu samodzielnie odtwarzają ruchem rytm piosenki (klaskaniem, przytupywaniem).
- C. **ćwiczenia ruchowo-słuchowo-wzrokowe wzór 2D – Pociąg krasnoludków.**
1. Demonstracja wzoru. Wzór prezentowany jest jako znak opracowanej piosenki.  
Omówienie wzoru: rodzaj, liczba, ułożenie w przestrzeni elementów występujących we wzorze. Demonstracja przez nauczycielkę sposobu wykonania ćwiczenia – wraz ze śpiewem piosenki, odtwarzanie wzoru od strony lewej ku prawej.
  2. Polisensoryczne uczenie się wzoru: ćwiczenie to wykonuje kolejno dwoje dzieci reszta obserwuje wykonywane ćwiczenie. Następnie każde dziecko wykonuje ćwiczenie na swojej kartce ze wzorem wyklejonym na kartce o różnej fakturze, wodząc po nim palcem.
  3. Odtwarzanie wzoru w powietrzu.
  4. Odtwarzanie wzoru z pamięci.
  5. Odtwarzanie wzoru palcem na powierzchni stołu
  6. Odtwarzanie wzoru w rytm piosenki na tacy z kaszą – wielokrotnie po tym samym śladzie.
  7. Odtwarzanie jednorazowe – wzoru pędzlem i farbą plakatową na kartkach z bloku rysunkowego A4 z jednoczesnym śpiewaniem piosenki.
  8. Omówienie wykonywanych prac wspólnie z dziećmi.

### 3. Zajęcia końcowe

Ćwiczenie oddechowe – naśladowanie lokomotywy .

**Pomoce do zajęć:** plansza ze znakiem graficznym 2B, woreczek z kaszą, tacka z kaszą, kartka z bloku rysunkowego A4, gruby pędzel, miseczka z farbą.

## 9.

### GRY I ZABAWY INTEGRACYJNE<sup>10</sup>

oprac. Alicja Zarzycka

**Metody integracyjne** mają ułatwić kontakt między osobami. Ich **celem** jest zintegrowanie, zespolenie grupy, zbudowanie w niej jedności; odprężają i relaksują, wprowadzają dobry nastrój i życzliwą atmosferę, zapewniają poczucie bez-

<sup>10</sup> Warsztaty z tego zakresu w ramach studiów podyplomowych „Edukacja elementarna – Nauczyciel dziecka sześciolatniego” prowadziły Anna Olszowa i Joanna Piskorz.

pieczeństwa i tożsamości z grupą, uczą efektywnej komunikacji, pomagają uporządkować problemy, uczą twórczego myślenia i współpracy, dostarczają świetnej zabawy. Są pomocne przy przełamaniu onieśmienia i budowaniu wzajemnego zaufania, przy wzajemnym poznawaniu się uczestników grupy. Sprzyjają doskonaleniu komunikacji oraz rozwijaniu empatii i zrozumienia. Pomagają w przekształceniu luźnego zbioru jednostek we wspólnotę osób, które się znają i choćby w minimalnym stopniu nawiązały więzi. A więzi są podstawą wspólnej pracy i współdziałania.

Metody integracyjne proponują pewną strukturę nawiązywania kontaktu. Nadają porządek pierwszym trudnym krokom we wzajemnym kontakcie. Są tak zbudowane, aby każdy mógł zaistnieć w grupie, zaznaczyć swoją obecność i być dostrzeżony przez innych. Bardzo wyraźny jest w nich element zabawowy, atmosfera relaksu i rozluźnienia. Niosą radość, zadowolenie ze wspólnego odkrywania i przeżywania pewnych treści, stymulują radosne i twórcze poznanie siebie nawzajem, wzbogacają wzajemne kontakty, pomagają w odkrywaniu radości bycia z sobą i w tworzeniu pogodnej atmosfery.

Nawiązanie kontaktu, budowanie więzi jest zwykle trudne. Istnieje wiele barier między nami – nie znamy się, różnimy się wiekiem, wykształceniem, pozycją społeczną. Dlatego czasem tak trudno rozpocząć rozmowę, trudno przełamać „pierwsze lody”. Metody integracyjne ułatwiają zmniejszenie obaw i dystansu między wszystkimi członkami grupy, w tym także między prowadzącym a grupą.

Istotą tych metod jest zachęta, propozycja, pobudzenie zainteresowania, a nie nakaz czy przymus.

Znaczenie metod integracyjnych potwierdzają doświadczenia w różnorodnych grupach – także wiekowych. Nie tylko dzieci czy młodzież, ale także dorośli chętnie w nich uczestniczą.

Metody integracyjne można podzielić na:

- metody ukierunkowane na poznanie imion,
- tańce integracyjne,
- zabawy integracyjne,
- zabawy z chustą.

#### **METODY UKIERUNKOWANE NA POZNANIE IMION**

Celem tych metod jest stworzenie możliwości zaistnienia w grupie każdemu uczestnikowi i poznawanie imion w atmosferze radości, zabawy. Przy stosowaniu tych metod ważne jest, by grupa nie była zbyt duża. Optymalna ilość uczestników to 15 osób. Wówczas jest szansa, iż zapamiętamy imiona wszystkich. Jeśli grupa jest dużo większa, należy podzielić ją na mniejsze i ustalić w każdej z nich osoby kierujące poznawaniem imion (mogą to być np. animatorzy). Najlepiej jest, kiedy uczestnicy zabawy siedzą w kręgu i wszyscy mają ze sobą kontakt wzrokowy.

#### ***IMIĘ I NASTRÓJ***

Każdy z uczestników mówi swoje imię w określony, podany przez prowadzącego sposób, np. bardzo wesoło, bardzo smutno, nieśmiało, filozoficznie, krzycząc itp.

Zmiana sposobu mówienia następuje po wypowiedzeniu się wszystkich uczestników zabawy.

### **IMIĘ I GEST**

Każdy z uczestników wypowiada swoje imię, dołączając do tego dowolnie wybrany przez siebie gest. Reszta grupy powtarza to imię i gest. W następnej rundce grupa próbuje sama powtórzyć wszystkie imiona i gesty. „Wywołane” osoby pomagają w razie potrzeby.

### **IMIĘ DO IMIENIA**

Każdy z uczestników wymienia swoje imię. Osoba, która otrzyma przedmiot (do tej metody potrzebny jest rekwizyt, np. miś, piłka) wymienia swoje imię oraz imię osoby, do której chce rzucić przedmiot, a następnie rzuca go. W razie pomyłki przedmiot wraca do rzucającego, a grupa pomaga mu wymienić właściwe imię.

### **TAŃCE INTEGRACYJNE**

Są to tańce, które całą grupą tańczy razem w kręgu (jeśli grupa jest bardzo duża, to w kilku kręgach), a niekiedy i na siedząco. Tańce te pochodzą z różnych stron świata i z różnych kultur. Ich kroki są zwykle proste. Są wśród nich tańce szybkie, rozluźniające, ale i spokojne, mające charakter modlitewny, medytacyjny, pozwalający na wyciszenie się grupy po intensywnej zabawie. Są również tańce, które podnoszą nastrój i budzą poczucie wspólnoty w grupie. Tańce te mogą pełnić rolę integracyjną i występować w formie przerywników w bloku zajęć lub też stanowić element pewnej całości. Ułatwiają nawiązanie kontaktu w grupie, opartego na zaufaniu i współpracy, dają możliwość poczucia wspólnoty i wyrażenia uczuć.

Taniec pozwala na rozwijanie: świadomości własnego ciała; wzmożenie koordynacji ruchowej; ma wpływ na lateralizację; wzmacnia poczucie rytmu; uwrażliwia na muzykę; uświadamia istnienie przestrzeni, w której istniejemy, poruszamy się; uczy dzielenia przestrzeni z innymi ludźmi i nawiązywania z nimi kontaktu.

Tańce integracyjne prowadzone są w różnych środowiskach i różnych grupach wiekowych, praktycznie od dzieci w wieku przedszkolnym po osoby starsze.

### **ZABAWY INTEGRACYJNE**

Istotą tych zabaw jest współdziałanie wyzwalające wiele pozytywnych emocji – bez elementu konkurencji. To współdziałanie prowadzi do porozumienia i integracji w grupie.

### **KONSTRUKCJE Z GAZET**

Pierwszym etapem tej metody jest rozłożenie papieru gazetowego i poczynając od jednego rogu skręcanie cienkich choć twardych „patyczków” i sklejanie ich taśmą. Z takich „patyczków” można za pomocą taśmy zbudować np. ostrosłupy. Z przygotowanych w ten sposób elementów można budować najróżniejsze konstrukcje – mosty, bramy itp.

### **CZTERY KĄTY**

Wszyscy uczestnicy dzielą się na 4 grupy ustawione w 4 kątach sali. Zadaniem każdej grupy jest wymyślenie wspólnego hasła i gestu jako „wizytówki” całej grupy. Każda grupa prezentuje swoje hasło na forum ogólnym. Po takiej prezentacji na sygnał prowadzącego wszystkie grupy jednocześnie prezentują jedną z czterech „wizytówek”. Zabawa kończy się w momencie, kiedy wszystkie cztery grupy zaprezentują jedną „wizytówkę” – wybiorą równocześnie jeden okrzyk i gest.

### **ZABAWY MUZYCZNE**

Cała grupa gestami ilustruje pewne działania np. pieczenie ciasta czy start samolotu. Gestykulacji towarzyszy melodia.

### *NIE DOKOŃCZONE ZDANIA*

Istotą tej metody jest zakończenie danego zdania. Przy odpowiednim sformułowaniu tych zdań można uzyskać od uczestników informacje o ich oczekiwaniach i nastawieniu względem spotkania.

### *CEBULA*

Ta metoda umożliwi przeprowadzenie rozmów w kilku różnych parach. Może ona posłużyć jako zabawa integrująca grupę na początku wspólnej pracy. Nie wymaga żadnych materiałów. Może w niej wziąć udział dowolna parzysta liczba uczestników.

Na początek prowadzący prosi, by uczestnicy utworzyli dwa równoliczne koła – wewnętrzne i zewnętrzne. Koła muszą stanąć twarzą do siebie – tworząc pary. Następnie prowadzący poleca przywitać się z partnerem i przedstawić się. Potem podaje zadanie do wykonania przez uczestników, np.: opowiedzcie sobie nawzajem o waszym najpiękniejszym wydarzeniu w życiu. Po wykonaniu polecenia prowadzący prosi uczestników, by pożegnali się ze sobą, a koło zewnętrzne (lub wewnętrzne) ma przesunąć się np. o trzy osoby zgodnie z ruchem wskazówek zegara. Powstają w ten sposób nowe pary. Znowu trzeba się przywitać, przedstawić. Prowadzący podaje kolejne polecenie. Jeśli grupa jest duża, może być potrzebne nagłośnienie do przeprowadzenia tej metody.

### *NAZYWAM SIĘ... JESTEM... LUBIĘ... MAM...*

Istotą tej metody jest głośne kończenie na forum grupy zdań rozpoczynających się od zaproponowanych słów. Metoda ta umożliwia bliższe poznanie uczestników grupy.

### **ZABAWY Z CHUSTĄ**

Do tych zabaw jest potrzebna pomoc – kolorowa chusta (zwana także spadochronem) o średnicy 5 m (lub w innych wymiarach) z uchwytami na obwodzie. Wokół takiej chusty stoi grupa, trzymając ją za uchwyty. Jest ona dość mocna – można po niej np. chodzić. Jeśli podczas takiego chodzenia osoby trzymające za uchwyty intensywnie poruszają chustą w górę i w dół – stwarza to wrażenie chodzenia po falach. Dysponując taką chustą, można grupie zaproponować wiele zabaw. Oto kilka przykładowych:

#### *PRZEBIEGANIE POD CHUSTĄ*

Podnosimy i opuszczamy chustę, trzymając za uchwyty. W pewnej chwili prowadzący proponuje zamianę miejsc poprzez przebieganie pod chustą, np.: „wszyscy, którzy trzymają za niebieskie”; „wszyscy, którzy są w spodniach” itd.

#### *RYBAK I RYBKA*

Wybieramy dwie osoby, które przyjmują w zabawie rolę „rybaka” i „rybki”. „Rybak” wchodzi na chustę i stara się złapać pływającą pod spodem „rybkę”. Trzymający chustę, falując nią, utrudniają „rybakowi” zadanie, gdyż „rybka” zręcznie wykorzystuje fale do ukrycia. Zabawy nie należy przeciągać, nawet jeśli „rybak” nic nie złowi. Oczywiście następuje wymiana par.

#### *REKIN*

Siedzimy, trzymając chustę za krawędzie, unosząc ją na wysokość barków tak, by nie widzieć co dzieje się pod spodem. Wchodzi tam wybrana osoba, która zmienia się teraz w rekina. Wybieramy także kilku ratowników, których zadaniem będzie ochrona trzymających chustę. Rekin natomiast stara się wciągnąć pod powierzchnię



jak najwięcej osób, które po tym „pożarciu” zamieniają się także w rekiny. W chwili, gdy rekin łapie ofiarę, ta krzyczy, wołając ratownika. Zabawa kończy się, gdy wszyscy staną się rekinami.

Przy tej zabawie należy bardzo dokładnie podać zasady działania „rekina”, „ratownika” i trzymających chustę. Rekin nigdy nie ciągnie „na siłę” – po wyczuciu oporu zostawia „ofiara”; ratownik łapie ofiarę za ręce lub pod pachy; ofiara nie może trzymać się kurczowo chusty, tylko puszcza ją szybko, by nie zaplątać się w nią. Zabawa jest tym lepsza, im gładsza powierzchnia.

#### LITERATURA:

K.W. Vopel: *Gry i zabawy integracyjne dla dzieci i młodzieży*. Kielce „Jedność” 1999.

Zabawy interakcyjne. Kielce „Jedność” 1999.

Zabawy, które łączą: otwartość i zaufanie w początkowej fazie istnienia grupy. Kielce „Jedność” 2001.

### Scenariusz zabawy integracyjnej dla dzieci 6-letnich

#### „ZASZYJ DZIURĘ”

– zabawa na poznanie i utrwalenie imion kolegów i koleżanek z grupy

##### Cele:

- poznanie i utrwalenie imion kolegów i koleżanek,
- współdziałanie w celu zapamiętania imion kolegów,
- stworzenie możliwości zaistnienia w grupie każdemu dziecku,
- budowanie więzi między członkami grupy.

##### Opis przebiegu zabawy:

Uczestnicy zabawy stoją w kole dość blisko siebie. Prowadząca – nauczycielka – wprowadza dzieci w zasady zabawy. Wywołuje po imieniu dziecko i wychodzi z koła pozostawiając po sobie wolne miejsce – dziurę.

Wywołane dziecko ma „zaszyć” dziurę po prowadzącej, jednocześnie wywołując imię dziecka, które ma zaszyć dziurę powstałą po nim.

Jeśli dziecko nie pamięta imion to może poprosić dziecko, o którym myśli by się przedstawiło albo chętne dziecko podpowiada imię.

Zabawa trwa tak długo, aż wszystkie dzieci wezmą w niej udział przynajmniej jeden raz. Prowadząca kończy zabawę „zaszywając” dziurę i mówiąc swoje imię.

## 10.

### RUCH ROZWIJAJĄCY<sup>11</sup>

oprac. Bożena Pajdowska-Herman

Weronika Sherborne w latach sześćdziesiątych wypracowała system ćwiczeń, który ma zastosowanie we wspomaganie prawidłowego rozwoju dzieci i

<sup>11</sup> Warsztaty z tego zakresu w ramach studiów podyplomowych „Edukacja elementarna – Nauczyciel dziecka sześciolatniego” prowadziła Elżbieta Kaszewiak.

korygowaniu jego zaburzeń. Ćwiczenia te wywodzą się ze szkoły Rudolfa Labana i doświadczeń własnych. Znane są pod nazwą Ruch Rozwijający. Nazwa ta wyraża główną ideę metody: *posługiwanie się ruchem jako narzędziem wspomagania rozwoju psychoruchowego dziecka i terapii tego rozwoju*.

Ćwiczenia te wywodzą się z naturalnych potrzeb dziecka, które są zaspakajane w kontakcie z dorosłymi w trakcie tak zwanego „baraszkowania”.

Podstawowe założenia metody Weroniki Sherborne to rozwijanie przez ruch:

- świadomości własnego ciała i usprawniania ruchowego,
- świadomości przestrzeni i działania w niej,
- dzielenia przestrzeni z innymi ludźmi i nawiązywanie z nimi bliskiego kontaktu.

Udział w ćwiczeniach metodą Weroniki Sherborne ma na celu stworzyć dziecku okazję do poznania własnego ciała, usprawnienia motoryki, poczucia swojej siły, sprawności i w związku z tym możliwości ruchowych.

Ponieważ dzięki temu zaczyna mieć ono zaufanie do siebie, zyskuje też poczucie bezpieczeństwa. Podczas ćwiczeń ruchowych dziecko może poznać przestrzeń, w której się znajduje, przestaje być ona dla niego groźna, czuje się w niej bezpieczniej, staje się bardziej aktywne, przejawia większą inicjatywę, może być twórcze.

Projektując zajęcia metodą Weroniki Sherborne, warto pamiętać, że mają one pomóc dziecku w poznaniu siebie, w zdobyciu do siebie zaufania, w poznaniu innych i nauczaniu się ufania im, a dalej – poprzez nabywanie pewności siebie i wiary we własne możliwości – w nauczaniu się aktywnego i twórczego życia.

Chcemy w tym dziecku pomóc, mając do dyspozycji przede wszystkim ruch i możliwość bliskiego, fizycznego kontaktu z drugim człowiekiem. Jeżeli naprawdę będziemy rozumieć cel tych zajęć, to ich forma i propozycje różnych ćwiczeń będą się nam nasuwały same.

Będzie się to działo w sposób naturalny, tak jak naturalnie i spontanicznie robią to małe dzieci w kontaktach ze swoimi rodzicami, tuląc się do nich, gdy czują się zagrożone, lub podskakując z radości, gdy się cieszą.

Zarówno projektując, jak i prowadząc zajęcia, należy pamiętać o obowiązujących zasadach, którymi powinna kierować się osoba prowadząca:

- Uczestniczenie w zajęciach jest dobrowolne (możesz dziecko zachęcać).
- Postaraj się nawiązać kontakt z dzieckiem (wzrokiem, dotykiem).
- Zajęcia powinny być dla dziecka przyjemne i dawać radość z aktywności ruchowej.
- Bierz udział we wszystkich ćwiczeniach – baw się.
- Przestrzegaj praw dziecka do swobodnej, własnej decyzji.
- Zauważaj i stymuluj aktywność dziecka, daj mu szansę na działanie twórcze.
- Miej poczucie humoru.
- Nie krytykuj dziecka.
- Chwal dziecko nie za efekt, co za jego starania i wysiłek.
- Unikaj stwarzania sytuacji rywalizujących.
- Rozszerzaj krąg doświadczeń społecznych dziecka.

- Większość, szczególnie początkowych ćwiczeń, prowadź na podłodze.
- Zaczynaj od ćwiczeń prostych, stopniowo je utrudniając.
- Zmniejszaj udział swojej inicjatywy na rzecz coraz aktywniejszego udziału dziecka.
- Proponuj na przemian ćwiczenia dynamiczne i relaksacyjne.
- Miej zawsze na uwadze samopoczucie dziecka.
- Ucz dzieci zarówno używania siły, jak i zachowania delikatności i opiekuńczości w stosunku do drugiej osoby.
- We wszystkich ćwiczeniach dbaj o to, aby dziecko znalazło się także w pozycji dominującej.
- Zaplanuj początek ćwiczeń tak, aby zawierał propozycję ćwiczeń – spotkań dających poczucie bezpieczeństwa, oparcia i bliskiego kontaktu.
- Na zakończenia zajęć proponuj ćwiczenia wyciszające, uspokajające.

Zajęcia z wykorzystaniem metody Weroniki Sherborne można z powodzeniem stosować jako oddziaływania indywidualne, jednakże z uwagi na wartość, jaką dla rozwoju społecznego dziecka niesie możliwość kontaktu z innymi osobami, zdecydowanie zachęcać należy do prowadzenia ich w formie zajęć grupowych.

Aby dziecko swobodnie i bezpiecznie czuło się w grupie, nie może ona być zbyt liczna. Najbardziej komfortowe warunki zapewnia grupa licząca 6-14 dzieci, ale w przypadku oddziaływań profilaktycznych liczebność grupy może wynosić około 25-28 dzieci. Wiek nie jest ograniczony: mogą to być dzieci w wieku niemowlęcym, jak i dorośli.

Najczęściej jednak pracuje się z dziećmi w wieku przedszkolnym, i szkolnym. Dobrze jest, gdy każdemu dziecku można zapewnić starszego lub dorosłego partnera. Rolę partnerów dzieci młodszych z powodzeniem mogą pełnić dzieci starsze.

Dla celów terapeutycznych zajęcia winny odbywać się systematycznie, minimum raz w tygodniu, lepiej gdy odbywają się częściej.

Czas trwania zajęć prowadzonych metodą Ruchu Rozwijającego zależy od samopoczucia i zainteresowań dzieci oraz od ich możliwości rozwojowych, najczęściej około 1 godziny (albo krócej).

Należy również zadbać o odpowiednie warunki lokalowe: przestrzeń, odpowiednie podłoże (najlepiej parkiet), świeże powietrze. Zajęcia mogą odbywać się wszędzie, w każdych warunkach, ponieważ nie wymagają żadnych urządzeń czy pomocy do ćwiczeń. W niektórych sytuacjach mogą być jednak pomocne matrace lub koce; szczególnie, gdy zajęcia prowadzi się z dziećmi ze znacznym kalectwem. Wszyscy uczestnicy ćwiczeń powinni mieć ubranie zapewniające im pełną swobodę ruchów, najlepiej, gdy ćwiczą boso, bo daje to im najlepszy kontakt z podłogą i poczucie oparcia o nią.

Metodę Weroniki Sherborne można zaliczyć do niewerbalnych treningów interpersonalnych. Zajęcia w grupie są szansą na zdobywanie i wzbogacanie doświadczeń społecznych. Mogą pomóc dzieciom w nauce bycia z innymi, czerpania satysfakcji z różnych form kontaktów społecznych.

W programie ćwiczeń ruchowych Weronika Sherborne wyróżnia następujące grupy ćwiczeń wspomagających rozwój dziecka:

**Ćwiczenia prowadzące do poznania własnego ciała:**

- Wyczuwanie brzucha, pleców, pośladków.
- Wyczuwanie nóg w ruchu i siedząc.
- Wyczuwanie łokci.
- Wyczuwanie twarzy.
- Wyczuwanie całego ciała.

**Ćwiczenia pozwalające zdobyć pewność siebie i poczucie bezpieczeństwa w otoczeniu:**

- Ćwiczenia indywidualne.
- Ćwiczenia w parach.
- Ćwiczenia w grupie.

**Ćwiczenia ułatwiające nawiązanie kontaktu i współpracy z partnerem i z grupą:**

- Ćwiczenia „z” w parach.
- Ćwiczenia „przeciwko” w parach.
- Ćwiczenia „razem” w parach.
- Ćwiczenia „razem” w grupie.

**Ćwiczenia twórcze**

Metoda Weroniki Sherborne jest metodą ogromnie uniwersalną, o wielu możliwościach jej stosowania. Jest ona skuteczna jako metoda terapeutyczna, daje się też z powodzeniem wykorzystać w profilaktyce, może być pomocna w poszerzaniu doświadczeń psychologicznych i społecznych osób zainteresowanych własnym rozwojem.

Jako metoda terapii znajduje zastosowanie w pracy z *dziećmi z zaburzeniami rozwoju psychoruchowego*, a więc przede wszystkim w przypadkach *upośledzenia umysłowego*. Również dla dzieci z tzw. normą intelektualną, przejawiających *zaburzenia w zakresie sfery emocjonalnej i społecznej*, zajęcia Ruchu Rozwijającego są bardzo wskazane.

Metoda ta bywa wykorzystywana jako wstępny etap do innych zajęć terapeutycznych, np. *dla dzieci mających trudności w czytaniu i pisaniu*, czy jako część programu terapii *psychologiczno-logopedycznej dzieci jękających się* lub *psychoterapii dzieci nerwicowych*.

Jako metoda wspomagająca rozwój, a więc stymulująca go, wyrównująca opóźnienia rozwojowe, jest bardzo przydatna w pracy z *dziećmi przebywającymi w instytucjach wychowania zbiorowego*.

**Scenariusz zajęć ruchowych prowadzonych metodą Ruchu Rozwijającego W. Sherborne w grupie 6-latków**

**Temat: Wyprawa niedźwiadków do lasu**

*Umiejętności dziecka:*

- poznaje własne ciało,
- zdobywa pewność siebie,
- czuje się bezpiecznie w otoczeniu,
- nawiązuje kontakt i współpracuje z partnerem i grupą.

*Przebieg zajęć:*

*Wprowadzenie*

Zaproszenie do wspólnej zabawy piosenką „*Stajmy razem wkoło*”;

Zabawa ożywiająca „Berek”(na czworakach) – każde dziecko dostaje szarfę, która jest wetknięta za pasek od spodenek. Zabawa trwa dopóki berek nie pozbiera wszystkich szarf. Po czym wszyscy siadają w kole i następuje powitanie piosenką:

*„Wszyscy są, witam Was,  
powitania jest już czas,  
jestem ja, jesteś ty, 1,2,3.”*

**„Wyprawa niedźwiadków do lasu”**

1. **„Baraszkowanie na leśnej polanie”** – ćwiczenia prowadzące do poznawania własnego ciała.
  - pozycja siedząca – kręcenie się w kółko na pośladkach – przyciąganie głowy, rozprostowywanie się do leżenia;
  - czołganie się na brzuchu do przodu, z wyciąganiem i zginaniem rąk i nóg;
  - marsz i bieganie z podnoszeniem wysoko kolan, chodzenie i bieganie na sztywnych i miękkich (gumowych) nogach.
2. **„We dwoje weselej”** – ćwiczenia pozwalające zdobyć pewność siebie i poczucie bezpieczeństwa w otoczeniu
  - łączenie się w pary przy piosence „Małe misie” (relaks)
 

*Ty i ja –3x  
Misie szare, misie małe obydwaj,  
I kochają się te misie  
Przytulają swoje pysie  
Misie szare, misie małe obydwaj.*
  - przechodzenie przez mostek – jedno dziecko robi mostek, drugie obchodzi je na czworakach, przechodzi pod i nad;
3. **Ćwiczenia ułatwiające nawiązanie kontaktu i współpracy z partnerem i grupą**
  - a. ćwiczenia „z” w parach (partner aktywny i bierny)
    - „**Kto silniejszy miś czy drzewo ?**” – dzieci w siadzie opierają się plecami o siebie, jedno pcha starając się pokonać opór drugiego;
    - „**Przesuwanie wyciętych drzew**” – ciągnięcie za kostki ćwiczącego, leżącego na plecach;
    - „**Kolysanie zmęczonego misia**” – pozycja siedząca, tworzenie „fotelika” dla ćwiczącego „pasywnego” i obejmowanie go, łagodnie kołyszac do przodu;
  - b. ćwiczenia „przeciwko” w parach – „**Oczyszczanie polany z kamieni**”
    - „**Przesuwanie kamieni – skała**” – ćwiczący siedzi mocno podparty o podłoże, współćwiczący próbuje przesunąć „skałę”, pchając lub ciągnąc w różnych kierunkach;
    - „**Podnoszenie kamieni**” – odklejanie partnera od podłogi;
    - „**Relaks**” – leżenie na plecach, napinanie i rozluźnianie mięśni;
  - c. ćwiczenia „razem” w parach (obaj partnerzy aktywni)
    - „**Ścinanie drzew**” – przeciąganie w parach, w siadzie skrzyżnym;

- **„Opieka nad osłabionym misiem”** – dwóch ćwiczących siedzi naprzeciwko, pomiędzy nimi znajduje się trzeci ćwiczący; kolana lekko ugięte i rozsunięte, ręce wyciągnięte do przodu. Ćwiczący w środku jest kołysany na boki przez partnerów (uwaga skupia się na podtrzymywaniu jego głowy i ramion, należy uważać nad płynnością ruchów);
- **„Pomoc misiovi w powrocie do domu”** – ćwiczenia skoczne: dwóch współćwiczących wspomaga osobę skaczącą trzymając ją za łokcie i dłonie;
- **„Powrót do domu”** – przejście pod tunelem i nad tunelem

#### **Zakończenie**

- **„Przywitanie z mamą niedźwiedzicą”** – siad na materacu. Nauczyciel stara się objąć wszystkie dzieci. Kołysząc się nuci piosenkę ;
- Zabawy przy piosence „Dwa małe misie”