

„Sensoplastyka a grafomotoryka”

Sensoplastyka ma charakter zarówno terapeutyczny, jak i profilaktyczny. Dostarcza wielu doznań sensorycznych, bazuje na zmysłach człowieka, stymuluje je. Często bywa formą profilaktyki w zaburzeniach przetwarzania sensorycznego. Prowadzący – terapeuta dąży w ramach zajęć do utrzymania właściwej równowagi między nadzorowaniem terapii, a zapewnieniem wolności wyboru dziecku. Pamiętamy, że podczas zajęć z sensoplastyki niewskazana jest duża ingerencja, gdyż wówczas wywołuje przeciwny skutek. Dlatego polecamy, by dziecko korzystało właśnie z takich zajęć? Rozwój dziecka możliwy jest poprzez kontrolowanie docierających bodźców, które są następnie segregowane i analizowane przez mózg w celu tworzenia prawidłowej reakcji. Podczas najprostszych zabaw dziecko organizuje bodźce pochodzące z ciała i z zewnątrz. Integruje zmysły. Podczas zajęć sensoplastycznych ma okazję organizować sobie zabawę; rozwija swoje umiejętności, a w przyszłości lepiej radzi sobie w procesie nauki szkolnej. Mózg intensywnie przetwarza sensorycznie przez pierwsze 7 lat życia. Są to lata rozwoju sensorycznego, czyli odbierania doświadczeń przez zmysły. Podczas zabawy dziecko zdobywa umiejętności praktyczne, jest to tzw. nauka przez zabawę. Odpowiednie porządkowanie bodźców daje wiele satysfakcji i sprawia, że zbieramy doświadczenia, które wpływają na nasze umiejętności, co w praktyce pozwala nam dorastać i się rozwijać. Człowiek w naturalny sposób poszukuje bodźców, które pomagają zorganizować rozwój mózgu i jego procesów. Zajęcia z sensoplastyki wpływają na optymalny rozwój całego organizmu dziecka. Pobudzają jego receptory, wpływają na rozwój połączeń nerwowych w mózgu. Ich ilość z kolei przekłada się na swobodne myślenie i sprawność procesów analizy i syntezy. Sensoplastyka ma bardzo duże znaczenie w kształtowaniu prawidłowej sprawności manualnej, która nie jest dana dziecku wraz z jego urodzeniem. Trzeba ją nabyć, a w zasadzie wykształcić zarówno poprzez swobodny ruch, jak i działania sterowane. Stopniowo powinna rozwijać się u dziecka także grafomotoryka, która najpowszechniej postrzegana jest jako umiejętność pisanie i rysowanie. Wpływa na nią rozwój całego ciała dziecka. Bardzo dużą rolę odgrywa tutaj motoryka duża, czyli ogólna sprawność pociechy. Dlatego tak ważne jest wspieranie aktywności fizycznej, już od najmłodszych lat. Jako wtórna kształtuje się motoryka mała związana bezpośrednio z operowaniem dłońmi i umiejętnością wykonywania precyzyjnych ruchów nadgarstkiem, czy palcami, a to pozwala najmłodszym na pisanie, rysowanie. Grafomotoryka zintegrowana jest z szeregiem innych umiejętności, powinna być zatem ćwiczona na długo przed momentem rozpoczęcia nauki pisanie, rozpoczyna się jeszcze przed poznaniem pierwszych liter. Precyzji

swoich ruchów uczymy się już w wieku przedszkolnym wykonując szereg ćwiczeń wspierających motorykę dużą: bieganie, skakanie, wspinanie się, czołganie, pełzanie, jazda na rowerze, aktywności sportowe na placu zabaw, gra w piłkę itp. Dzięki formie zabawowej nasze dzieci chętnie podejmują się ćwiczeń małej motoryki, a co za tym idzie nabierają zwinności, zręczności, szybkości i precyzji. Aby dobrze wykształcić u dziecka sprawność manualną pomocne są różnego rodzaju zadania, które może wykonywać wraz z rodzicami podczas codziennych czynności, np.: prawidłowe trzymanie sztućców i nauka jedzenia, odkręcanie butelek, pomoc w kuchni - wałkowanie ciasta, wycinanie ciasteczek, zapinanie guzików, nawlekanie koralików, zabawa masami plastycznymi o różnych strukturach, w tym piaskiem, zabawa puzzlami, klockami, itp. Aby dziecko w przyszłości ładnie pisało i rysowało musi opanować koordynację wzrokowo-ruchową, nauczyć się ruchów sekwencyjnych, precyzyjnych, jak również naśladownictwa. Wymaga to od niego uprzedniej, ogromnej ilości ćwiczeń motorycznych, zarówno dużych i małych. Jest więc to pewien proces, który z założenia trwa długo, od maleńkości. Zajęcia sensoplastyczne urozmaicają i uatrakcyjniają nabywanie tych umiejętności dając przy tym wiele radości najmłodszym. W połączeniu z ćwiczeniami grafomotorycznymi pozwalają na skorygowanie niewłaściwego sposobu trzymania narzędzia pisarskiego, modulowanie siły nacisku w trakcie kreślenia znaków, symboli, liter, cyfr. Dzieci łatwiej wówczas przyjmują prawidłowe nawyki związane z odpowiednią podstawą ciała w trakcie pracy przy stoliku, biurku. Zdecydowanie inaczej odbierają owe zajęcia, nie postrzegają ich jedynie przez pryzmat żmudnego „pisanie szlaczków”.

Korzyści dla uczestników biorących udział w zajęciach sensoplastycznych:

- pobudzanie ekspresji twórczej,
- wspieranie samodzielności,
- czerpanie satysfakcji z kreatywnego działania,
- doświadczanie sukcesów w realizacji swoich pomysłów,
- wspieranie aktywności we wprowadzaniu zmian i ulepszeń,
- wychodzenie ze schematów,
- kreatywne podejście do zmian w stale zmieniającym się świecie,
- zapoznanie się z różnorodnymi formami wyrazu i działań artystycznych,
- współdziałanie w grupie i naturalna chęć wzajemnej pomocy,
- innowacyjność w samodzielnym i kreatywnym działaniu.

Przykłady wybranych ćwiczeń grafomotorycznych do pracy rodzica z dzieckiem w domu:

- *rysowanie po śladzie obrazków, kalkowanie,*

- szlaczki do rysowania na kartach (w późniejszym etapie, pierwotnie kreślenie np. na piasku, w ciastolinie, itp.). Narysuj kilka szlaczków, zostaw pod każdym z nich wolne miejsce.

Poproś, by dziecko odtworzyło taki sam wzór poniżej Twojego. Jeśli dziecko nie radzi sobie jeszcze z samodzielnym rysowaniem szlaczków zastosuj sposób z przerywaną linią.

- *kolorowanie mozaiki*

Grubym flamastrem wykonaj na kartce kilka poziomych, pionowych i skośnych linii.

Następnie w każdym „okienku” mozaiki postaw kolorową kropkę (flamastrem lub kredką).

Zadaniem dziecka jest pokolorowanie mozaiki z wykorzystaniem kolorów wskazanych przez dorosłego. Zachęć młodego człowieka do precyzyjnego kolorowania, aby jak najmniej „wychodził za kreskę”.

- *łączenie kropek*

Narysuj na kartce kilka kropek (mogą tworzyć konkretny wzór np. zygzak, koło, wielobok), a następnie poproś dziecko o połączenie kropek linią. Starszym dzieciom możesz stworzyć bardziej skomplikowane kompozycje, jednocześnie oznaczając prawidłową kolejność kropek cyframi bądź literami.

- *odrysowywanie przedmiotów*

Przygotuj przedmioty o różnych kształtach, a następnie poproś dziecko o odrysowanie wybranych obiektów na kartce. Możecie wykorzystać do tego ćwiczenia usprawniającego grafomotorykę np. własne dłonie i stopy.

- *tablice grafomotoryczne* , możesz je zakupić , nie są drogie mają konkretne – wycięte wzory. Wodzimy w nich palcem po wyciętych kształtach, wypełniamy wzory ciastoliną, ryżem, kukurydzą, piszemy szlaczki wewnątrz tabliczki, przerysowujemy dany wzór na kartkę.

Opracowała:

Beata Iwińska-Kłak