



Współfinansowany
w ramach programu
Unii Europejskiej Erasmus+

Erasmus+

*KA2. Współpraca na rzecz innowacji i wymiany dobrych praktyk.
KA201. Partnerstwa strategiczne na rzecz edukacji szkolnej*

2018-1-SI01-KA201-047041

Wdrażanie sportu do życia dzieci ze specjalnymi potrzebami

Podręcznik NeedSport



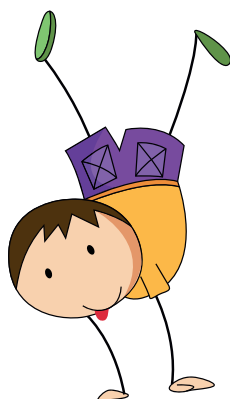
Tytuł:
***Wdrażanie sportu do życia dzieci
ze specjalnymi potrzebami***

Autorzy:

*Joana Pinho, Bruno Avelar Rosa, Romero Santiago,
(Stowarzyszenie Rozwoju Sportu Młodzieży),
(Artur Sprusiński, oligofrenopedagog, instruktor
wychowania fizycznego dla dzieci ze spektrum autyzmu).*

Recenzenci:

*Maria João Campos, Hugo Sarmento, Alan Massart, José
Pedro Ferreira (Wydział Sportu i Wychowania Fizycznego
Uniwersytetu w Coimbrze).*



*Pierwsza edycja / Czerwiec 2020
© NeedSport Konsorcjum projektowe.*



Spis treści:

Wprowadzenie

Zanim rozpoczniesz

1. Zalety sportu

1.1. Korzyści fizyczne

1.2. Korzyści poznawcze

1.3. Korzyści społeczne

2. Zalety integracji

2.1. Dla tych, którzy integrują

2.2. Dla dzieci ze specjalnymi potrzebami

2.3. Dla wszystkich

2.4. Wartości integracji

3. Jesteś gotowy?

4. Mity i błędy

5. Bariery i czynniki ułatwiające

6. Możliwości i niepełnosprawności

7. Strategie integracji

7.1. Domena kognitywna

7.2. Domena komunikacyjna

7.3. Domena motoryczna

7.4. Domeny społeczne i behawioralne

7.5. Siedem zmysłów

8. Ćwiczenia

9. Integracja rodziców

Bibliografia

Wsparcie instytucjonalne



“Szacuje się, że w Unii Europejskiej jest 80 milionów osób niepełnosprawnych, co stanowi około 15% jej populacji. Osoby niepełnosprawne rzadziej uczestniczą w zorganizowanym sporcie uprawianym w klubach sportowych niż osoby w pełni sprawne. UE jest sygnatariuszem Konwencji ONZ o prawach osób niepełnosprawnych, która w szczególności wymaga umożliwienia osobom niepełnosprawnym uczestnictwa na równych zasadach z innymi osobami w działaniach rekreacyjnych i sportowych. Unijna strategia w sprawie niepełnosprawności na lata 2010–2020 ma również na celu wzmocnienie pozycji osób niepełnosprawnych, aby mogły one korzystać ze swoich praw i w pełni uczestniczyć w życiu społecznym.

Komunikat Komisji Europejskiej „Rozwijaj europejski wymiar sportu” (2011 r.) podkreśla prawo osób niepełnosprawnych do równego udziału (z osobami pełnosprawnymi) w zajęciach sportowych”.



Publikacja:

(„Przedstawienie dostępu do sportu dla osób niepełnosprawnych” (Komisja Europejska, 2019, s. 4).

Wprowadzenie

Drogi Czytelniku,

główną przyczyną powstania podręcznika w ramach projektu „Wdrażanie sportu do życia dzieci ze specjalnymi potrzebami” było stworzenie użytecznego narzędzia dla nauczycieli, trenerów, rodziców oraz innych osób pracujących z dziećmi o specjalnych potrzebach. Ma on pomóc w procesie włączania tychże dzieci do zajęć sportowych.

Podręcznik jest podzielony na dwie części: pierwsza – teoretyczna, gdzie znajdziesz informacje o zaletach sportu, integracji, mitach i błędach z nią związanych, możliwościach i ograniczeniach oraz strategiach; druga – praktyczna, zawiera przykłady ćwiczeń sportowych odnoszących się do różnych niepełnosprawności i kategorii sportowych.

Mamy nadzieję, że materiał okaże się przydatny. Jeśli chcesz dowiedzieć się więcej o projekcie i podręczniku, sprawdź również stronę internetową <http://needsport.net>.

Zespół projektowy

Zanim rozpocznie



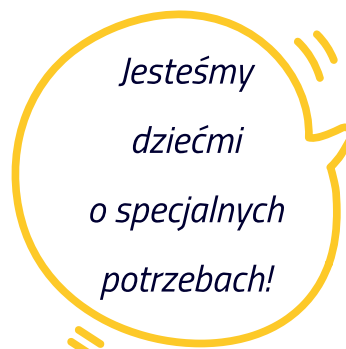
Ważne, aby
wspierać tych,
którzy nam
pomagają.



Jesteśmy dziećmi
z ograniczeniami!
Kogo to
interesuje?



Jesteśmy dziećmi
z ograniczeniami!



Jesteśmy
dziećmi
o specjalnych
potrzebach!

Ta książka jest dla nas wszystkich. Dla tych, którzy potrzebują pomocy każdego dnia lub tylko okazjonalnie. Dla tych, którzy chcą pomagać każdego dnia. Dla tych, którzy pomagają, gdyż są zobowiązani. Dla tych, którzy potrzebują pomocy, aby czasami pomóc najbliższym. Jest to idealny podręcznik dla uczniów, rodziców, specjalistów na wszystkich poziomach zainteresowanych integracją, sportem, nauką o niepełnosprawności oraz kulturą sportową.

Integracja to...

Proces dostosowania do siebie zachowań ludzi, który zastosowany w praktyce gwarantuje:

- *uczciwe możliwości rozwoju, zaangażowanie i uczestnictwo we wszystkich istotnych działaniach;*
- *przeciwdziałanie dyskryminacji i nietolerancji;*
- *równość wszystkich ludzi niezależnie od rasy, płci, niepełnosprawności czy innych czynników;*
- *zainteresowanie zdolnościami, a nie niepełnosprawnością;*
- *rozwój pewności, szacunku do samego siebie i poczucia własnej wartości u każdego;*
- *świadomość, że wszyscy ludzie mogą żyć pełnią życia;*
- *szansę na naukę, dzielenie się i bycie lepszym!*

Prawdziwe włączenie oparte jest na sprawiedliwości, a nie na równości.

Sprawiedliwość cechuje tych, którzy szanują wszelkie indywidualne różnice

i potrafią dopasować

istniejące możliwości

do konkretnych sytuacji

lub osób. Takie podejście

przyczynia się do wyrów-

nania szans.



1. Zalety sportu

1.1. Korzyści fizyczne:

- *wzmacnianie ciała,*
- *wpływ na utrzymanie gęstości kości,*
- *poprawa zdolności motorycznych (siła, wytrzymałość, zwinność),*
- *promowanie zdrowego rozwoju,*
- *sprzyjanie układowi sercowo-naczyniowemu,*
- *pomoc w utrzymaniu zdrowego trybu życia,*
- *zapobieganie pojawiania się chorób, takich jak cukrzyca i otyłość,*
- *zwiększanie zaangażowania i umiejętności w wykonywaniu codziennych czynności.*

CZY WIESZ, ŻE...

Chłopcy byli dwa razy bardziej skłonni do monitorowania swoich osiągnięć sportowych niż dziewczęta, a młodzież o niskim i średnim poziomie społeczno-ekonomicznym rzadziej obserwowała swoją aktywność sportową niż ich koledzy? (Tebar i in., 2019)



1. Zalety sportu

1.2. Korzyści poznawcze:

- *poprawa umiejętności psychomotorycznych (koordynacji, lateralizacji, świadomości budowy ciała),*
- *sprzyjanie funkcjom wykonawczym (pamięci roboczej, planowaniu, regulacji),*
- *pomoc w pokonywaniu trudności i akceptowaniu porażki,*
- *zwiększanie zdolności rozumowania, podejmowania decyzji i radzenia sobie z presją,*
- *zwiększanie samoświadomości i wiedzy o sobie,*
- *alternatywa dla zajęć rekreacyjnych, poprzez zwiększanie liczby wyzwań i codziennych aktywności,*
- *poprawa zdrowia emocjonalnego i psychicznego.*



CZY WIESZ, ŻE...

*Zachodzi pozytywny związek między dziećmi uprawiającymi sport w dzieciństwie i korzyściami z tego płynącymi w zakresie łatwości przyswajania wiedzy bez występowania różnic w koordynacji ruchowej a dziećmi niepraktykującymi?
(Mazzoccante, 2019)*

1. Zalety sportu

1.3. Korzyści społeczne:

- *wpływ na proces uspołeczniania, tworzenia i umacniania przyjaźni,*
- *pomoc w rozwijaniu umiejętności komunikacji i społecznej akceptacji,*
- *wzmacnianie nabywania i doskonalenia umiejętności społecznych,*
- *promowanie pracy zespołowej, szacunku i koleżeństwa,*
- *zwiększanie samooceny i równowagi emocjonalnej,*
- *zmniejszanie odczuwania lęku i depresji,*
- *zapewnienie rozrywki, która promuje uczestnictwo i zaangażowanie w znaczących działaniach, głównie rekreacyjnych,*
- *zwiększanie udziału w życiu społecznym,*
- *promowanie zdrowych nawyków.*



2. Zalety integracji

2.1. Dla tych, którzy integrują

Ci, którzy mają kontakt z dziećmi ze specjalnymi potrzebami, mogą pomóc im wyeliminować różnice.

Wystarczy traktować je w sposób naturalny w życiu codziennym, tworząc świat, w którym szacunek i wzajemna pomoc są czymś normalnym. W ten sposób dziecko rozwija empatię (rozwój emocjonalny, który jest związany z późniejszym sukcesem w życiu dorosłym), zwiększa wrażliwość i szacunek do wszelkich różnic.

Dzięki temu dziecko uczy się funkcjonowania w społeczeństwie. Z czasem zaczyna rozumieć postawę altruisty oraz jest pewniejsze siebie.

Należy pamiętać, że mimo braku społecznej równości, każdy zasługuje na szacunek, przyjaźń i miłość, bowiem posiada ten sam potencjał rozwoju.

Z biegiem czasu dorastające dzieci będą miały mniej uprzedzeń wobec osób niepełnosprawnych, łamiąc psychologiczne bariery, które prowadzą do ich stygmatyzacji i odizolowania.



2. Zalety integracji

2.2. Dla dzieci ze specjalnymi potrzebami

W przypadku dzieci ze specjalnymi potrzebami, które tak często są pomijane, integracja pozwoli zaufać światu i uwierzyć w to, że są częścią grupy i pełnią istotne role w społeczeństwie.

Integracja pozwala łamać bariery, które dzieci często widzą jako coś normalnego. Ponadto, pozwala zapewnić pełniejszy rozwój oraz zdobywać niezbędne doświadczenia.

Podczas współpracy, doświadczając wzmożonej liczby bodźców oraz większej zmienności reakcji i zachowań, dziecko o specjalnych potrzebach rozwinię większą świadomość ciała i zwiększy swoje umiejętności. Każda różnorodność doznań pozwala zdobyć bogatsze i lepsze doświadczenia, zarówno te indywidualne, jak i zbiorowe.

Dzieci te zyskują poczucie spełnienia i zwiększają samoocenę – to prowadzi do większego zaangażowania i uczestnictwa w życiu społecznym.



2. Zalety integracji

2.3. Dla wszystkich

Pomyśl, jak czułbyś się, gdybyś nie był przez nikogo akceptowany, szanowany i nigdzie nie pasował?

Dzięki odpowiednim relacjom wszyscy są wygrani. Takie współdziałanie pozwala dzielić się spostrzeżeniami i wiedzą, powodując że dzieci stają się bardziej kreatywne, empatyczne i tolerancyjne. Wszyscy cieszą się wtedy bogatszym i efektywniejszym życiem społecznym; dostrzegają wartość przyjaźni i umacniają relacje braterskie.



2. Zalety integracji

2.4. Wartości integracji

**Dla
włączających**

Odrębność i akceptacja

Pomoc i szacunek

Empatia i altruizm

Sukcesy w dorosłości

Wrażliwość

Wartości społeczne

Dobre samopoczucie

Mniej uprzedzeń

Pewność siebie
Role społeczne i uczestnictwo w nich

Rozwój

Zmienność i różnorodność

Poczucie spełnienia

Samoocena

**Dla dzieci
ze specjalnymi
potrzebami**

Dla obu grup

Dzielenie się

Kreatywność

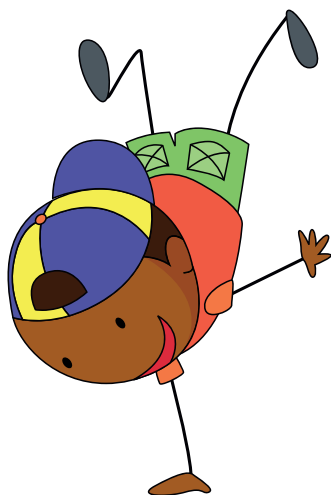
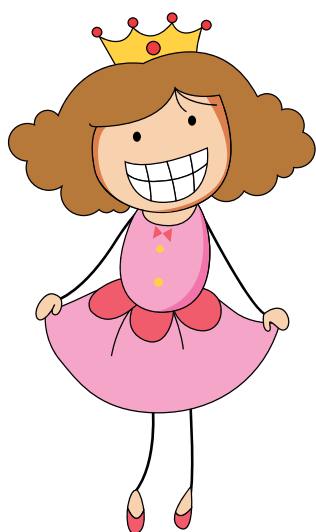
Tolerancja

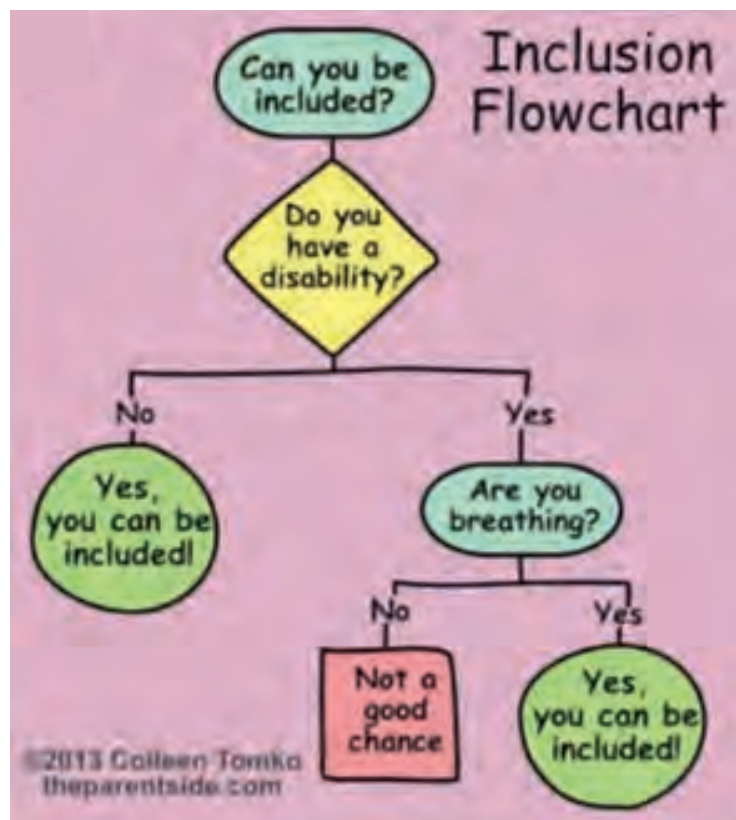
Życie towarzyskie

Przyjaźń

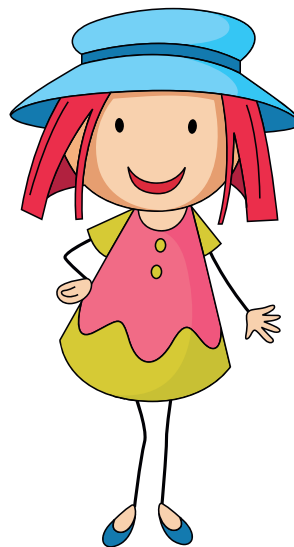
3. Jesteś gotowy?

*Jeśli myślisz, że jesteś gotowy,
by zagłębić się w świat
integracji i ciągle go ulepszać,
ten podręcznik jest dla Ciebie.
Zaczynamy!*

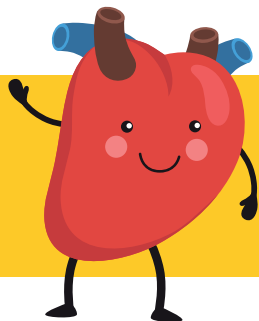




**Najważniejsza
rada:**



Myśl



, a odczuwaj



Czas zobaczyć, czy jesteś gotów włączyć dziecko do swoich zajęć...

Czy masz w swojej klasie dziecko z jakimiś problemami?

Czy uwzględniasz dziecko, ponieważ jest to obowiązkowe

Lepiej jest zrobić coś innego

Czy jesteś zmotywowany, żeby to zrobić?

Czy znasz dobrze przypadek tego dziecka?

Hmmm... pomyśl i przygotuj się lepiej

Czy wiesz z jakimi trudnościami mierzy się to dziecko?

*Gratulacje!
Jesteś gotowy na rozpoczęcie przygody!*

Czy masz pomysł, jak je rozwiązać?

Czy jesteś gotowy poprosić o pomoc kiedy będzie taka potrzeba?

4. Mity i błędy

Poniżej znajdziesz listę mitów i błędów, które dotyczą integracji dzieci ze specjalnymi potrzebami. Poznajesz je?

„Dziecko mnie nie nauczy!”

Wiele z tych dzieci pozwala nam zrozumieć ważne wartości, jak: miłość, przyjaźń, zaufanie, solidarność, życzliwość, szczęście, nie prosząc o nic w zamian. Największym mędrcom jest ten, kto wie, jak ich obserwować, słuchać i uczyć się od nich.



„Nie rozumiem, co mówię”

Komunikacja to znacznie więcej niż porozumiewanie się. Język może być werbalny i niewerbalny. Ten pierwszy można dodatkowo podzielić na język ekspresyjny i wszechstronny. Dziecko, które nie potrafi mówić, nie musi być dzieckiem, które nie rozumie. Kiedy jest w pobliżu, nie mów tak, jakby go nie było. Ono może zrozumieć więcej niż myślisz.





„Dzieci ze specjalnymi potrzebami są łatwe do zdiagnozowania”

Wiele osób uważa, że w prosty sposób może rozpoznać dzieci ze specjalnymi potrzebami. „Przecież te braki są widoczne” – mówią. Jednak szczególne potrzeby to tylko kilka z wielu cech.

Poważne schorzenie w obszarach zdrowia psychicznego, zachowania i przetwarzania sensorycznego nie są często identyfikowane, ponieważ nie ujawniają fizycznych objawów. Bądź świadomy, że niektóre specjalne potrzeby nie są widoczne na pierwszy rzut oka. Dlatego też zawsze pomyśl dwa razy, zanim skrytykujesz czyjeś zachowanie odbiegające od ogólnoprzyjętej normy. Dobrym nawykiem jest być życzliwym i troskliwym wobec wszystkich. Nie możesz poznać czyjejś sytuacji, jedynie patrząc na daną osobę.

„Te dzieci nie zdają sobie sprawy, co się z nimi dzieje. Nie odczuwają, nie potrafią być szczęśliwe”

Mózg jest wyjątkowo złożonym organem naszego ciała, spełnia różne funkcje. Posiada wiele obszarów, które są między sobą połączone. Jeśli jednak jeden z nich jest naruszony, nie oznacza, że pozostałe również. Nie koncentruj się zatem na niepełnosprawności, a skup na wyrazie twarzy, komunikacji niewerbalnej. To często mówi więcej niż słowa. Jeśli zaś przyjrzyj się uważnie, to dostrzeżesz uśmiech zaadresowany właśnie do Ciebie.



„Infantylizuj i mów dziecięcym głosem”

Jest to naturalny odruch, gdy zakładamy, że dziecko nas nie rozumie. Z reguły jest to kojarzone z wczesnym dzieciństwem. Myślimy wówczas, że mówiąc „głosem dziecka” jesteśmy bardziej rozumiani. Podobnie jednak, jak dzieci, które przecież nie rozumieją lepiej po zmianie głosu, osoby o specjalnych potrzebach również nie muszą być traktowane infantylnie. Ważne, by traktować wszystkich jednakowo, rozmawiać i zachowywać się zwyczajnie. Musisz połączyć sposób komunikacji z osobą, jej cechami i umiejętnościami.



Niedocenie osób z niepełnosprawnościami

Nie wyręczaj osoby z ograniczeniami lub niepełnosprawnościami. Może się wydawać, że taka osoba nie słyszy, nie rozumie, nie czuje, lecz tak naprawdę może rozumieć wszystko, co dzieje się wokół. W ten sposób możesz ją nieświadomie zranić. Czasem trudności ewoluują etapami, czasem może też nastąpić regres. Mimo wszystko postaraj się podjąć próbę, uwierz i daj szansę dziecku, aby mogło udowodnić, że jest w stanie sprostać zadaniu.





Ucz i oceniaj wszystkich ludzi w ten sam sposób

Wyobraź sobie, że z pozoru błahy błąd popełniony przez dzieci ze specjalnymi potrzebami, zupełnie inaczej oddziałuje na ich psychikę, niż na dzieci bez żadnych dysfunkcji. Mimo to, dziecko zawsze może się uczyć, niezależnie od danej niepełnosprawności. W końcu każdy może się doszkalać i rozwijać. Jeśli jednak tak się nie dzieje, spróbuj innych sposobów. Uwierz w siebie, a odkryjesz, że poczucie spełnienia jest nie do opisania.

„Mogę Cię zawstydzić, zadając pytania”

Pytanie o niepełnosprawność bywa czasem nie na miejscu. Jeśli jednak uznasz, że pewne informacje są niezbędne i mogą pomóc w danej sytuacji, to jest to uzasadnione. Formułuj pytania w taki sposób, aby uzyskać konkretne odpowiedzi. Prawdopodobnie taka osoba wielokrotnie była już pytana o swoją niepełnosprawność i potrafi w kilku zdaniach ją opisać. Może też nie udzielić odpowiedzi i podziękować bez żadnej urazy. Gdy zakładasz, że doskonale znasz jej niepełnosprawność, albo zignorujesz trudności z którymi się zmagają, możesz ją tym urazić. Lepiej więc zapytać, niż być pewnym swojej opinii.



5. Bariery i czynniki ułatwiające

Międzynarodowa Klasyfikacja Funkcjonowania, Niepełnosprawności i Zdrowia (ICF), utworzona jako uzupełnienie Międzynarodowej Klasyfikacji Chorób (ICD), to dokument, który pozwala ustrukturyzować i opisać nie tylko zdrowie danej osoby, ale także funkcjonowanie i niektóre elementy na to zdrowie wpływające. Wszystko przy użyciu ujednoliconego i znormalizowanego języka. Ujmuje ona funkcjonowanie jako „dynamiczną interakcję między stanem zdrowia danej osoby, czynnikami środowiskowymi i czynnikami osobistymi”. Koncepcja ta uznaje rolę czynników środowiskowych w tworzeniu niepełnosprawności, a także rolę warunków zdrowotnych (Üstün i in., 2003, cit. W ICF, 2013).

Funkcje ciała są jak kompetencje fizjologiczne, odzwierciedlają one funkcjonowanie organizmu. Jako struktury ciała odnoszą się obiektywnie do anatomicznych części ciała, takich jak narządy, kończyny i ich części składowe. Kiedy występują problemy z funkcjami lub strukturami ciała w ICF, jesteśmy narażeni na upośledzenie.

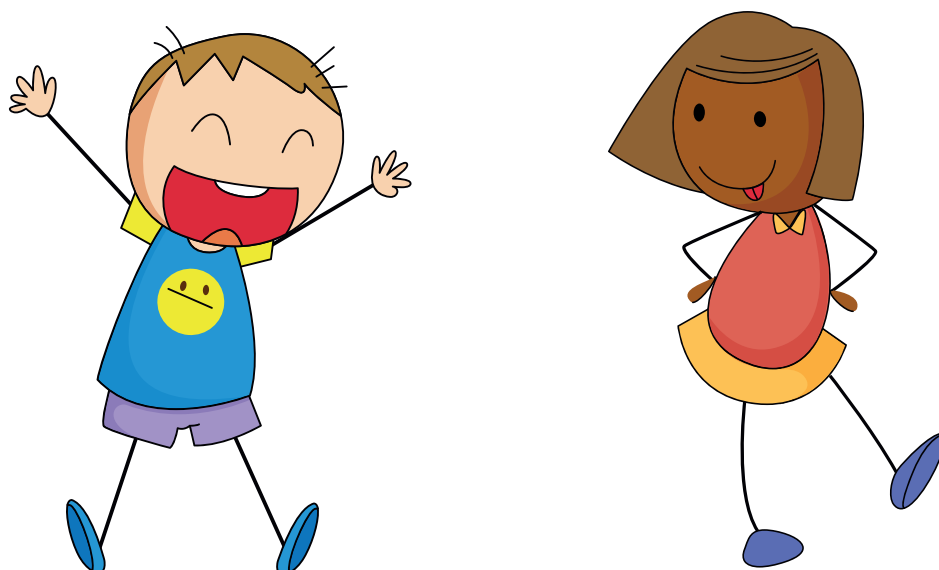


5. Bariery i czynniki ułatwiające

Działanie to odnosi się do jednostek uczestniczących i świadczy o pozytywnych aspektach interakcji pomiędzy stanem zdrowia a sytuacją. Oznacza, że obejmuje funkcje i struktury ciała, jak również aktywności – zadania lub działania oraz uczestnictwo – zaangażowanie w codzienne sytuacje danej jednostki.

Z drugiej strony niepełnosprawność wpływa na negatywne skutki interakcji z drugą osobą i sytuacją. Jest ogólnym terminem określającym upośledzenie, ograniczenia aktywności i uczestnictwa.

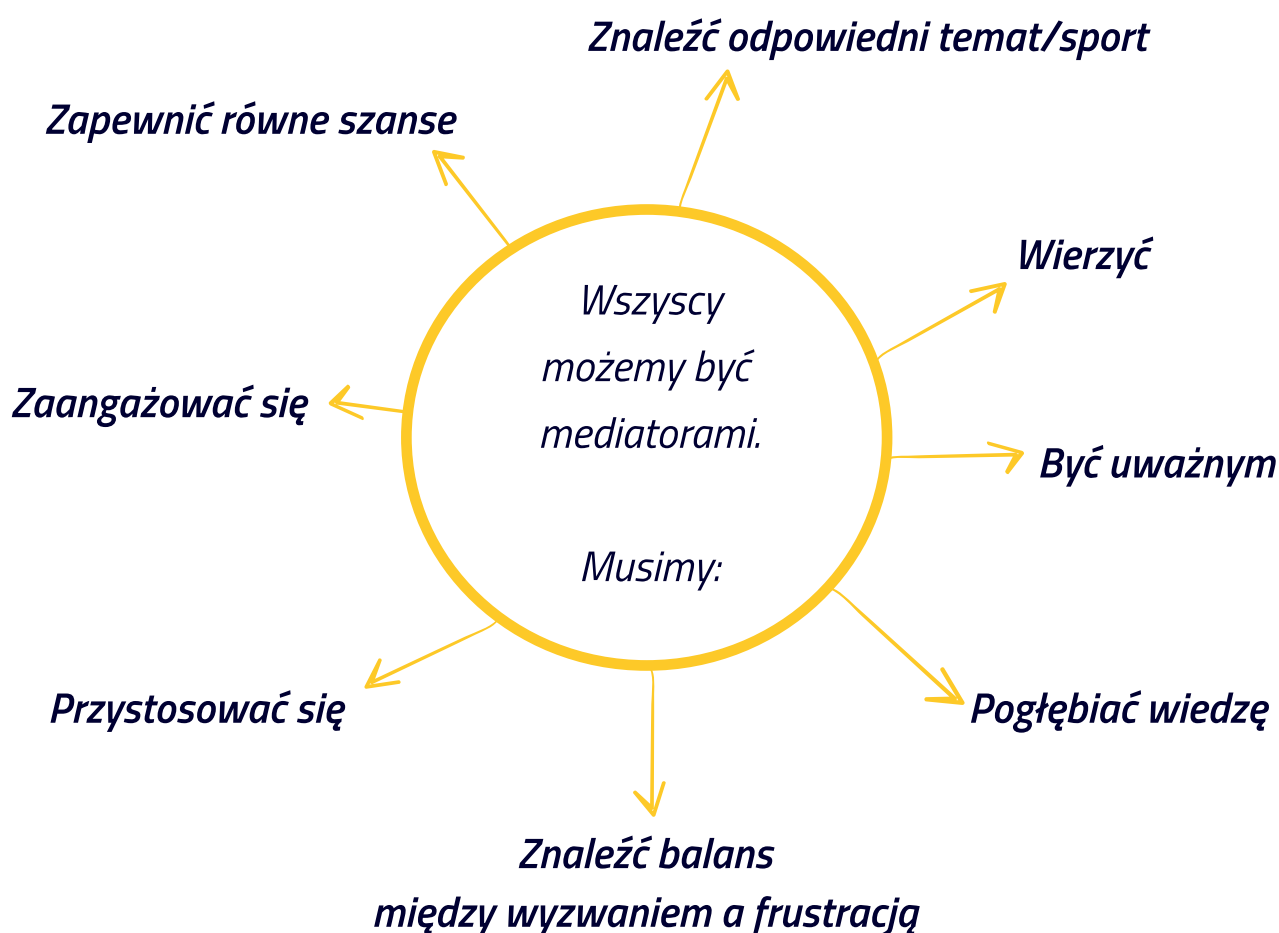
Trudności jakie stwarza osoba ze specjalnymi potrzebami można zmniejszyć, przygotowując prowadzących w odpowiedni sposób, oraz dopasowując możliwości, jeśli otoczenie stwarza dalsze bariery dla indywidualnego zaangażowania i uczestnictwa.



5. Bariery i czynniki ułatwiające

Ułatwienia

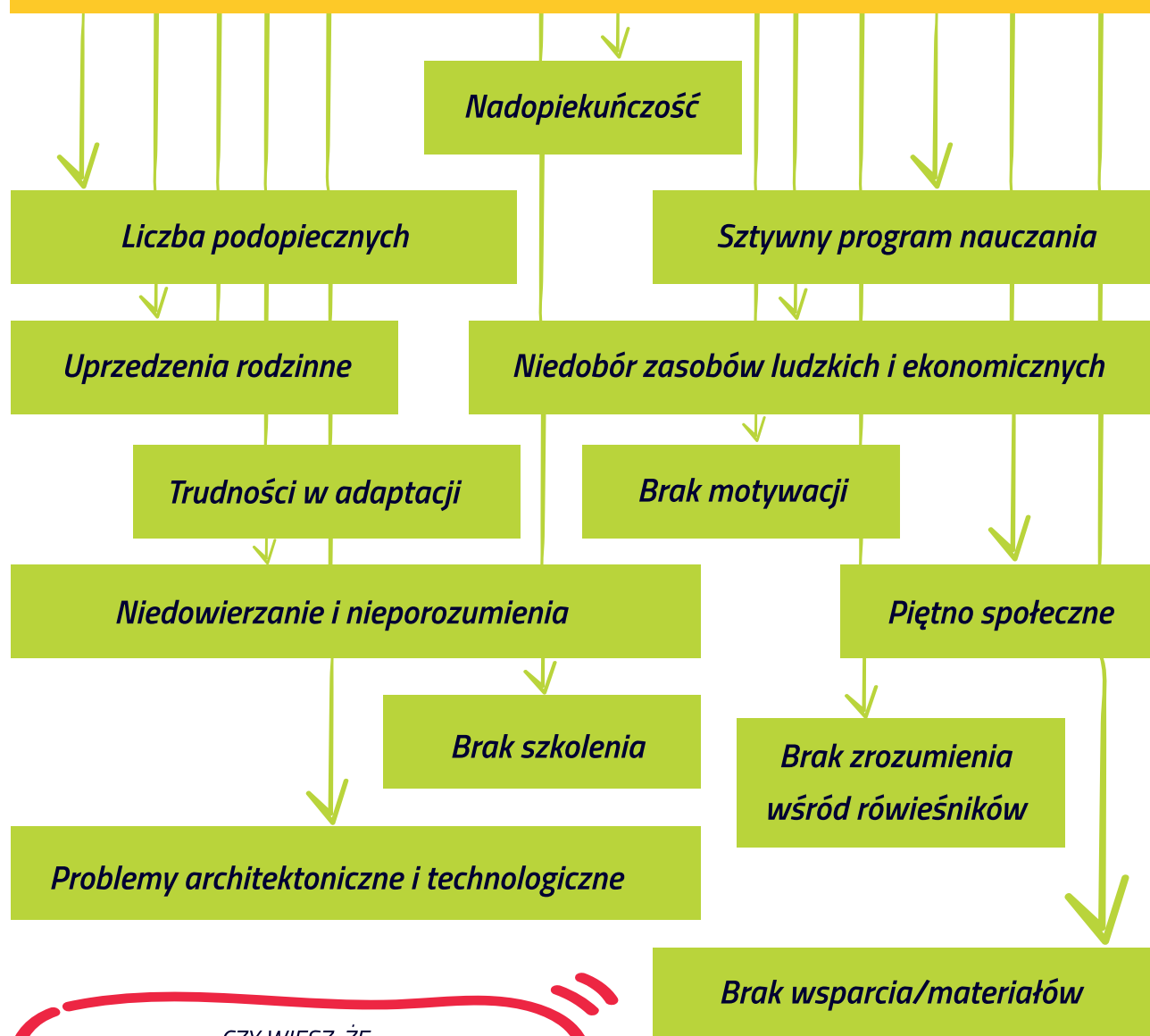
Chociaż w ICF ułatwienia są ograniczone i odnoszą się do konkretnych oraz tabelarycznych aspektów, zastanówmy się nad poszczególnymi pomysłami, które mogą ułatwić życie dziecku ze specjalnymi potrzebami. Pomoże to zmniejszyć skutki niepełnosprawności i zwiększyć integrację:



5. Bariery i czynniki ułatwiające

BARIERY

To wszystkie istniejące lub narzucone trudności w środowisku. Większość z nich wywołana jest czynnikami zewnętrznymi przez nas samych. Mimo to, wykluczenie nie zawsze jest aktywne i świadome.



CZY WIESZ, ŻE...

W 2013 r. Diem stwierdził, że istnieje znaczny niedobór specjalistów przeszkolonych do pracy z dziećmi o specjalnych potrzebach – w tym nauczycieli wychowania fizycznego i trenerów. A jak jest w 2021 roku? Jakie jest Twoje zdanie?

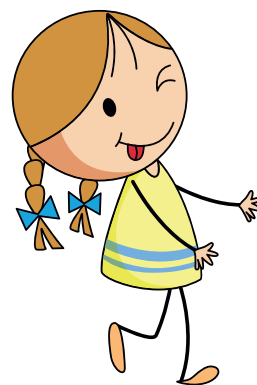
5. Bariery i czynniki ułatwiające

Droga naprzód:

Prawda: trudno jest odzwierciedlić sposoby działania. Naszą misją, jako osób z zewnątrz, jest szukanie barier, badanie ich i redukovanie. Jednocześnie musimy skorzystać z zasobów, jakie posiadamy.

Jak to zrobić?

- *Obserwuj środowisko (moderatorów i bariery).*
- *Ucz się. Zawsze.*
- *Zbuduj „wioskę” (zespół).*
- *Poznaj system, zasady i wykorzystaj je.*
- *Poznaj różne niepełnosprawności, ich specyfikacje i efekty w codziennym życiu.*
- *Poznaj i dostosuj aktywności fizyczne do rodzaju niepełnosprawności.*
- *Dostosuj materiały, techniki, taktykę i zasady.*
- *Rozwijaj umiejętności komunikacyjne z osobami o specjalnych potrzebach.*
- *Im większa praktyka i współistnienie z osobami z różnymi niepełnosprawnościami, tym więcej odpowiedzi i rozwiązań.*



6. Możliwości i niepełnosprawności

Często myślimy, że postawiona diagnoza ułatwia leczenie. Dzieje się tak, gdy schozzenie zostaje „nazwane”. **Prawda jest jednak taka, że diagnoza nie określa dziecka ani jego cech.**

Oczywiście, nie ulega wątpliwości, że poznanie diagnozy ma duże znaczenie dla rodziców – pomaga w zrozumieniu sytuacji i jej zaakceptowaniu. Oznacza zmianę – wejście w obiektywny plan rozwiązań. **W wielu przypadkach oznacza przejście do fazy akceptacji problemu i skupieniu się na rozwiązaniu lub złagodzeniu jego skutków.** Jednak w przypadku osób pracujących z takimi dziećmi nie powinna stanowić i wskazywać jedyne go podejścia.

Bardziej niż koncentrowanie się na diagnozie lub trudnościach dziecka, powinieneś uważnie obserwować, czy jest ono w stanie wykonać poszczególne ćwiczenia.

Nie oznacza to, że ułatwiamy życie wszystkim dzieciom i nie rzucamy im wyzwań, nie wymagamy. Musimy to robić! Największą trudnością jest znalezienie **właściwego wyzwania**: równowagi między egzekucją a frustracją związaną z niemożnością.

Celem jest zasugerowanie działań, w których dzieci mogą wykorzystać swoje umiejętności. W taki sposób mogą poradzić sobie z trudnościami.

Przykład: dziecko z porażeniem mózgowym, które korzysta z wózka inwalidzkiego, ma również trudności z koordynacją i ruchomością kończyn górnych. Mimo to bardzo łatwo i sprawnie nawiązuje relacje społeczne oraz ma współpracującą i wspierającą klasę. Celem zatem może być praca kończyn górnych w dynamicznych i zabawnych zajęciach grupowych, w których dzieci mogą czuć się dobrze w zakresie wsparcia i uczestnictwa w życiu społecznym. Korzystają wówczas z obszaru, w którym są kompetentne.

*Zamiast na „nazwie” dysfunkcji, powinniśmy skupić się na cechach dziecka:
Do czego jest zdolne? Co lubi? Co je motywuje? Co chce osiągnąć? Czy jego
cele są realne? Jak możemy mu pomóc?*

*Skupienie się na zdolnościach i potencjale dziecka pozwoli nam uwierzyć
w jego rozwój.*

SŁOWA DO OPISANIA I NIEOPISYWANIA DZIECI:

uprzejmy

lojalny

uczuciowy

mądry

towarzyski

rozrywkowy

kreatywny

obserwator



roztargniony

nieruchomy

cierpiący

dysfunkcyjny

bez koordynacji

impulsywny

niezorganizowany

z deficytem intelektualnym

z deformacjami



Z drugiej strony nie można nie wspomnieć o przypadkach, w których istnieje ogromna trudność w zrozumieniu i zaakceptowaniu dysfunkcji przez społeczność edukacyjną. Trudności nie są widoczne, nie są zależne od obiektywnych testów diagnostycznych, lecz od obserwacji znaków i objawów. **Dlatego ważne jest, aby odłożyć „etykiety” na bok.**

Dziecko ma szczególną potrzebę, gdy z jakiegokolwiek powodu ma funkcjonalne ograniczenie, które uniemożliwia mu codzienne życie. Takie, które może zakłócać zdolność dziecka do chodzenia, słuchania, mówienia, widzenia, myślenia, uczenia się, a nawet... życia. Naszym zadaniem jest więc, aby z dnia na dzień ograniczenia w jak najmniejszym stopniu wpływały na zaangażowanie i wydajność dziecka.

Są dzieci z **wieloma niepełnosprawnościami**, które wpływają na różne poziomy. Dlatego zamiast mówić o diagnozach i niepełnosprawności, ważne jest zrozumienie cech dzieci, a zwłaszcza ich umiejętności. Są to pozytywne obszary, które będą służyć jako przystań, platforma startowa do rozwoju innych mocnych stron. **Przestańmy koncentrować się na tym, czego dziecko nie może zrobić i skupmy na tym, co dziecko potrafi i jak mu w tym pomóc.**

Zatem, rozmawianie o wszystkich istniejących diagnozach nie poprawiłoby pracy z tymi dziećmi. **Oprócz dawania strategii dla każdej diagnozy, sensowne jest podzielenie strategii na obszary. Każde dziecko jest dzieckiem, a diagnoza nie określa jego cech charakterystycznych. Tak samo jak u dzieci, które mogą potrzebować strategii w różnych obszarach.**

7. Strategie integracji

Poniższa tabela, choć może nie reprezentuje wszystkich dzieci o specjalnych potrzebach, a tylko kilka nieprawidłowości, które mogą wpływać na nieznaczną liczbę dotkniętych obszarów, jest niezwykle ważna. Niektóre z dysfunkcji niosą za sobą zmiany w obszarze motorycznym, inne w sferze poznawczej. Podzielenie podręcznika na poszczególne dysfunkcje prawdopodobnie powtórzyłoby niektóre wspólne strategie.

Poznawanie



Zespół Downa

Umiejętności społeczne



Porażenie mózgowe

Zachowanie



ADHD

Komunikacja



ASD

Motoryka



SID

7 zmysłów



Rozszczep kręgosłupa

Po amputacji

7. Strategie integracji

Przedstawione strategie nie są „cudowną recepturą”. W rzeczywistości napotkane trudności rozwiązujemy metodą prób i błędów. Należy jednak zawsze pamiętać o zasadzie równości.

Kapitał ludzki:

W przeciwieństwie do równości, oznacza, że możemy rozpoznać swoje prawa, umiejętności i trudności, używając równoważności – tak, aby stać się równymi. Tak, jak sprawiedliwość, która wymaga dostosowania kontekstu do sprawy, aby uczynić ją sprawiedliwszą.



Znaczenie i zaangażowanie:

Znaczenie odnosi się do rozumienia i interpretacji działania, w tym doznań spostrzegawczych, afektywnych i symbolicznych. Oznacza to, że im większa motywacja i upodobanie do zadania, tym większe zaangażowanie i lepsza wydajność.

Trening:

Powtarzanie zadań sprzyja uczeniu się. Powodzenie zależy od zmienności warunków praktyki i systematyzacji.



Ruch:

Biorąc pod uwagę, że funkcje kory mózgowej ewoluowały od ruchu i dalej od niego zależą, zapewniamy momenty aktywności i eksploracji w różnych środowiskach w celu ulepszenia repertuaru ruchowego.

Komunikat zwrotny:

Jest niezbędny do dobrego uczenia się i poprawy wydajności. Pozytywne opinie motywują dziecko i uświadamiają mu, że jest na dobrej drodze. Negatywne zaś pozwalają dostosować i poprawić wszystko, co jest konieczne i możliwe. Udzielając negatywnej opinii, powinieneś zrobić to ostrożnie i zakończyć ją dopiero, gdy dziecko zda sobie sprawę z tego, co i jak można poprawić.

Autonomia:

Procedura składa się z sekwencji kontekstowych codziennych zadań w nauce dzieci. Aby wiedzieć, co się stanie i kto będzie kompetentny w wykonywaniu przyszłych zadań, zyskaj zaufanie, a tym samym zbuduj swoją autonomię i niezależność.

Plan:

Wyznaczanie mierzalnych celów to jedyny sposób, w jaki oceniamy naszą pracę i poprawiamy wydajność. Powinny istnieć nie tylko cele średnio- i długoterminowe, ale także plany lekcji, które powinny określać, co należy osiągnąć. Trzeba również mierzyć wyniki i strategie, które w razie potrzeby należy przyjąć.

7. Strategie integracji

7.1. Domena kognitywna

Analiza zadań:

Przeanalizuj zadanie i podziel je według kroków. Wyjaśnij i pozwól dziecku trenować każde z nich przed ich połączeniem.



Uczenie się:

Istnieją różne sposoby uczenia się: poprzez eksperymenty, konkretne szkolenie, demonstracje, mobilizacje, powtarzanie. Miej to w pamięci.

Rutyny i zmienność:

Potrzeba określonych i zindywidualizowanych procedur i rytmów uczenia się, ale też zmienność warunków ćwiczeń, są ważne dla dojrzewania mózgu i utrwalania uczenia się. Użyj obu.

Stymulowanie funkcji poznawczych:

Mózg ma plastyczną pojemność, a rozwój poznawczy można poprawić. Stopniowo zwiększaj złożoność instrukcji. Nigdy nie bierz pod uwagę, że dziecko nie może już ewoluować lub nie może dowiedzieć się więcej. Stale podnoś mu poprzeczkę, lecz rób to stopniowo i rozsądnie.

Skojarzenie:

Powiązanie różnych rodzajów nauczania i komunikacji ułatwia naukę. Kojarz więc na przykład strategie werbalne z obrazami, pisanie z muzyką, ruch i odgrywanie ról. Wykonuj określone gesty dla poszczególnych zasad w grach czy nauce.

Zrozumienie:

Zapytaj dziecko i upewnij się, że zrozumiało. Powtórz instrukcje, użyj alternatywnych wskazówek i objaśnień. Poczekaj między powtórzeniami, aby dać dziecku czas na przetworzenie informacji.

7. Strategie integracji

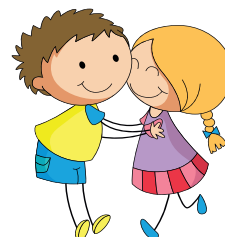
7.2. Domena komunikacyjna

CZY WIEDZIAŁEŚ...

Osoby niesłyszące były pierwszą grupą, która wzięła udział w zorganizowanym sporcie. Pierwszy klub sportowy dla osób niesłyszących został założony w Berlinie w 1888 r. (Hayley Fitzgerald, 2009)

Umiejętności komunikacyjne:

Komunikacja może być trudna. Możemy mieć problem z właściwym wyrażeniem się i zrozumieniem ze strony dziecka. Zawsze powinniśmy mieć jednak plan alternatywny, aby dać się zrozumieć. Użyj wskazówek, podaj proste, bezpośrednie i jasne instrukcje. Upewnij się, że dziecko zwraca na ciebie uwagę. Zachęcaj do kontaktu wzrokowego.



Konieczność:

Komunikacja często powstaje z konieczności. Jeśli dziecko nie wykazuje zainteresowania lub nie chce się komunikować, nie będzie tego robiło. Szczególnie, jeśli ma trudności. Stwórz tę potrzebę, poproś dziecko, aby wybrało zajęcia, umieściło widoczne przedmioty, ale w miejscach, do których dziecko nie dociera. Stworzysz w ten sposób potrzebę komunikacji.

Alternatywna komunikacja:

Do komunikacji użyj alternatyw, symboli, obrazów, tablic. Mogą one pomóc w określeniu czynności, sekwencji zadań, uczuć i potrzeb. Jeśli uznasz za stosowne, wyjaśnij zadania indywidualnie i dostosuj instrukcje.

Komunikacja ekspresyjna a pojmowanie:

Trudności w komunikacji można zaobserwować w ekspresji lub zrozumieniu. Spróbuj pomyśleć o trudnościach, zanim zaczniesz myśleć o strategiach.

Dźwięk, rytm, muzyka:

Śpiewaj piosenki o charakterze edukacyjnym, łącząc ruchy z rytmem muzyki. Angażowanie się w działania jest lepsze. **Na przykład:** dzielenie słów na sylaby za pomocą bębna, tambury, a nawet kłaśnieć. Jeśli Twoje dziecko ma trudności, możesz użyć pamięci do wsparcia komunikacji.



Zmiany w komunikacji:

Zachęcaj dziecko do wymiany informacji, do słuchania, a następnie sam uważnie słuchaj, kiedy okaże zainteresowanie komunikacją. Nawet jeśli dziecko jeszcze nie mówi, zmiany można nadal wypracować.

Osoba referencyjna:

Niektóre osoby rozumieją dziecko lepiej niż inne, więc jeśli potrzebujesz, poproś o pomoc.

Zachęcaj do dokonywania wyborów i decydowania:

Dokonywanie wyborów, oprócz zwiększania autonomii, oznacza konieczność komunikowania decyzji za pomocą słów, obrazów lub gestów. Zadawaj proste, zamknięte pytania, np.: chcesz niebieską czy czerwoną piłkę? Zachęcaj dziecko do komunikowania swojego wyboru, podając mu różne strategie, aby wykonać to z powodzeniem.

7. Strategie integracji

7.3. Domena motoryczna

Aktywność przez zabawę:

Motywacja jest podstawową częścią wykonywania ćwiczeń. Im dziecko bardziej się bawi, tym mocniej angażuje się w aktywność. Upewnij się, że działanie zakończy się pomyślnie, aby zmotywować dziecko do powrotu.

Zadania grupowe:

Wykonywanie zadań grupowych, oprócz bycia bardziej motywacyjnymi, mogą zapewnić chwile współpracy i równości. Każde dziecko jest szanowane i akceptowane. Wykonuje zadanie, w którym jest najbardziej kompetentne, pokazując w ten sposób, że każde ma swoje miejsce w ćwiczeniu.

Pomoce sportowe:

Produkty wspomagające mogą pomóc dzieciom. Wykonuj czynności przy użyciu produktów pomocniczych. Możesz na przykład umieścić do pionizatora dziecko rzucające piłkę.

Informacja/lista zakazana:

Nie zawsze jest możliwe wykonanie wszystkich czynności lub ruchów. Przygotuj listę ruchów, których dziecko nie może wykonać. Jeśli nie wiesz, jakie to ruchy, porozmawiaj z zespołem towarzyszącym dziecku.

Dostosowanie programu nauczania:

Czasami konieczne jest nawet dostosowanie programu nauczania, dlatego zawsze należy mieć alternatywny plan.

Skup się na niezależności:

Jednym z najważniejszych celów u większości krewnych dzieci ze specjalnymi potrzebami jest niezależność. Wielu z nich chce wiedzieć, czy dziecko kiedykolwiek będzie samodzielne, czy poradzi sobie w życiu. Pamiętaj o tym i zawsze staraj się o niezależność oraz poprawę funkcjonowania dziecka. Im bardziej jest ono samodzielne, tym lepsza jest jego samoocena.

Ćwiczenia z motoryki dużej – świadomość ciała i ruch obustronny:

Pracując z dziećmi z trudnościami ruchowymi, zauważamy niewielką świadomości ciała i problemy z symetrycznym ograniczeniem kończyn. Ćwiczenia powinny być ukierunkowane więc na te cele. Należy angażować obustronne wykorzystanie kończyn i całego ciała, zwiększając tym samym świadomość jego każdego odcinka.



Warianty:

Warianty lub alternatywy obejmujące segmentację ćwiczeń, przygotowanie przed zadaniami, eksperymentowanie z różnymi alternatywami, dostosowanie trudności (duże piłki kontra małe piłki; z piłkami bez wsparcia; trening na stojąco kontra na podłodze). Korzystaj z przerw między fizycznie wymagającymi zadaniami. Opisz je i „zwizualizuj” sobie przed jego rozpoczęciem, następnie użyj rytmów i obwodów ćwiczebnych, aby pomóc dzieciom.

7. Strategie integracji

7.4. Domeny społeczne i behawioralne

Uczucie i związek:

Najważniejszą ze wszystkich strategii jest przede wszystkim budowanie relacji z dzieckiem i/lub grupą. Relacja oparta na zaufaniu zwiększa bezpieczeństwo, motywuje do komunikacji i zaangażowania oraz determinuje uczucia. Słuchaj i obserwuj: przestrzeń dziecka jest bardzo ważna, a nauka jej „odczytania” to prawdziwe wyzwanie. Zatrzymaj się, słuchaj, obserwuj dziecko i spróbuj zrozumieć, zanim coś powiesz lub zrobisz. U niektórych dzieci trzeba czekać na pierwszy prawdziwy kontakt. Poczekaj więc. Kiedy dziecko cię „znajdzie”, bądź tam.

Zrozumienie powodu:

W trakcie rozwoju występują fazy napadów złości i naturalnych zmian behawioralnych związanych z trudnościami w radzeniu sobie z emocjami, niedojrzałościami i uczeniem się. Spróbuj zapytać dziecko, dlaczego tak się zachowuje. Jeśli się nie odzywa, spróbuj dowiedzieć się, czy zmieniło się w ostatnim czasie coś, co mogło spowodować takie zachowanie.

Dobra rutyna:

Brak wystarczającej ilości snu lub odpoczynku, gniew, stres środowiskowy – to wszystko może spowodować, że dziecko się załamie. Upewnij się, że zachowanie nie jest powiązane z tymi czynnikami. Rutynowość i świadomość na co mogą liczyć, czy to pod względem godzin, zaspokojenia podstawowych potrzeb, czy stabilności emocjonalnej i wsparcia rodzinnego, są niezbędne dla zdrowego rozwoju emocjonalnego dziecka.

Nie komplikuj:

Dziecko może nie być przygotowane do uzasadnienia swojego zachowania. Próba wyjaśnienia mu tego mogłaby go jeszcze bardziej dezorientować. Jeśli chcesz z nim porozmawiać i wytłumaczyć, użyj łagodnego tonu i najprostszego możliwego sposobu. Opowiedz o błędzie i poproś grzecznie, aby go nie powtarzał. Podaj alternatywę.

Podaj przykład:

Najprościej wyjaśnić, dając przykład. Bądź więc wzorowy.



Ustal zasady w grupie:

Zasady są ważne i konieczne. Oprócz samych organizatorów, to kodeks jednoczy grupę. Spraw, aby zdała ona sobie sprawę ze znaczenia reguł i stwórz je razem z nią. Ustalcie wspólnie, co ma sens. Bądź asertywny i sprawiedliwy.

Zachęcaj do komunikacji:

Ludzie wyrażający swoją frustrację, nie poddają się jej, gdy wpadają w napad złości. Możliwość swobodnego mówienia jest w tym względzie niezbędna. Możesz wybrać miejsce w pokoju dziecka, w którym usiądziesz w ciszy i pozwolisz mu powiedzieć, co chce, bez osądu. Grupa może być dobrym narzędziem. Wykonywanie zadań związanych ze współpracą i rozwiązywaniem problemów przybliży grupę i buduje przyjaźnie, które mogą stać się ważne.

Promuj zadania grupowe/socjalizacyjne:

Praca w zespole, choć czasem może powodować konflikty, jest doskonałą strategią dla dzieci, aby te się poznały, odkryły swoje miejsce oraz sposoby na komunikowanie i uczenie się. „Kto jest dobry w to, a kto mniej?” w zrozumieniu: „Kto może to zrobić i jak mi pomóc?”

Ignoruj:

Nie wzmacniaj błędu. Czasem złe zachowanie jest tylko sposobem zwrócenia na siebie uwagi. Dlatego, jeśli w danym momencie zauważysz takie reakcje, postaraj się je zignorować. Dopiero, gdy emocje opadną i dziecko się uspokoi, warto z nim o tym porozmawiać.

Działaj różnie:

*Jeden sposób nie działa na wszystkich. Może zaistnieć konieczność zastosowania różnych strategii w celu dyscyplinowania dziecka i skomunikowania się z nim. Niektóre strategie pasują i są wykorzystywane do uzyskania porozumienia, inne współgrają z wykresem zachowań, a jeszcze inne obejmują nagrody. Istnieje także system kar oraz promowania niezależności (kiedy dziecko samodzielnie musi wykonać zadanie i jest za nie odpowiedzialne) lub przywództwa (gdy dziecko musi przyjąć rolę lidera w powierzonym zadaniu). W niektórych sytuacjach należy być powściągliwym i delikatnym (wystarczy tylko dotknąć dziecko, aby poczekało lub dostosowało się do sytuacji), a w niektórych bezwzględny. **Nie ma jednoznacznej metody działania**, dlatego też próbuj różnych strategii w swoim badanym otoczeniu. **Kiedy znajdziesz rozwiązanie, wprowadzaj małe zmiany tak, aby zmniejszać swoje zaangażowanie.***

Przewiduj krytyczne momenty:

Zmiana rutyny, trudniejsze aktywności, a także brak znajomości poszczególnych czynności w klasie, mogą być przyczyną dyskomfortu lub zmiany zachowania. Dlatego tak ważne jest przewidywanie tychże zmian lub krytycznych momentów w celu eliminacji niepożądanych zachowań (gdy podczas zabawy zespół dziecka przegra, jego chęci do dalszej gry spadną). Jednak zawsze warto przetestować i wdrażać drobne nieprzewidziane zmiany, następnie rozmawiać o tym co się stało i stosować alternatywy (pamiętając zawsze o predyspozycjach dziecka i jego dobru).

Stymuluj funkcje wykonawcze:

Funkcje wykonawcze są niezwykle ważne, szczególnie w zakresie zachowania i socjalizacji. Pomagają kontrolować myśli, działania i emocje, rozwiązywać problemy, utrzymywać uwagę, aby zmniejszyć impulsywność. Uprzywilejowane zadania pozwalają również pracować nad funkcjami wykonawczymi.



Schemat koła:

Praca w kole może być korzystna. Zachęca do kontaktu wzrokowego między wszystkimi, ale bez bezpośredniego nacisku. Każdy może widzieć dorosłego, a dorosły widzi wszystkie dzieci.

Medytacja:

Czas medytacji lub relaksu to dobre rozwiązanie dla zdrowia psychicznego i dobrego samopoczucia dzieci. Jest to wewnętrzny proces, który wpływa na mózg i zmniejsza poziom lęku. Uczy podstawowych umiejętności regulacji emocjonalnej, poprawia spokój grupy, tworzy odporność emocjonalną, zwiększa koncentrację i uwagę, dzięki czemu dziecko jest w stanie lepiej przetwarzać informacje w wyraźny sposób.

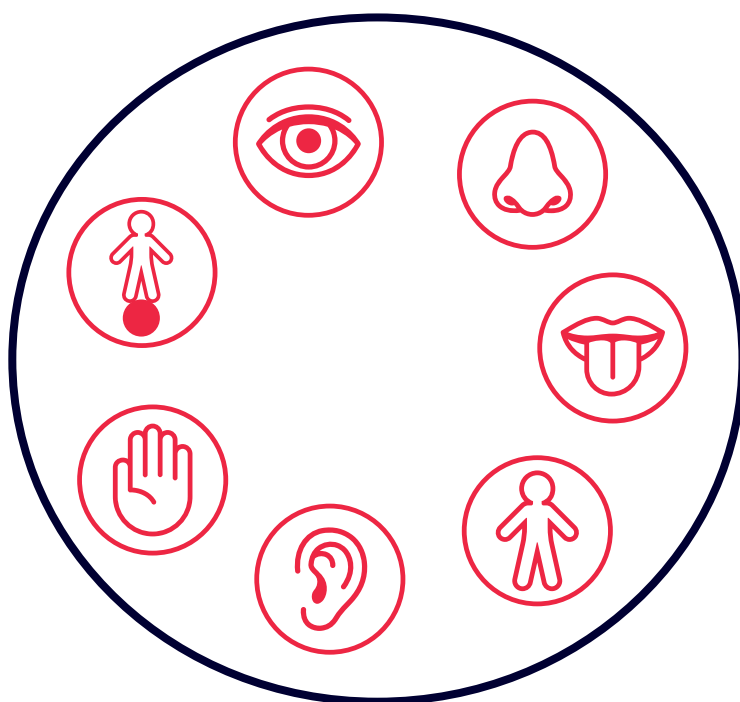
7. Strategie integracji

7.5. Siedem zmysłów

Zmysły to zdolności, dzięki którym każdy człowiek sprawnie i bezpiecznie funkcjonuje. Tylko... ile ich właściwie jest? Pięć? A może siedem?

Dwa układy: proprioceptywny i przedsionkowy uznawane są jako dwa pozostałe zmysły naszego ciała z jednakowym i decydującym znaczeniem dla nauki i codziennych wyników. Utrata jednego z nich może wywołać negatywne skutki.

Oprócz najbardziej znanych zaburzeń wzroku i słuchu, często wspomina się o dysfunkcjach przetwarzania sensorycznego.



Ocena i praca zespołowa:

Dysfunkcje przetwarzania sensorycznego to szeroko rozumiane pojęcie i nie zawsze jest ono właściwie interpretowane. Strategie zależą od dobrej oceny. Pracuj więc jako zespół, poproś o pomoc i zbierz wystarczającą ilość danych o każdym dziecku, ponieważ każdy przypadek jest inny.

Praca na ciele:

Zwiększanie wiedzy na temat budowy ciała, znajomość jego ruchów i posiadanie alternatywnych reakcji motorycznych są sposobem na walkę z trudnościami. Im więcej mamy rozwiązań, tym mniejsze będą problemy. Poproś dzieci, aby wykonały ten sam obwód ćwiczebny na różne sposoby, oraz pracowały nad innymi sposobami lokomocji (możesz także wskazać dziecko, które zaprezentuje inny sposób poruszania się). Wykonuj ćwiczenia, dzięki którym pogłębisz wiedzę na temat budowy ciała i jego związku ze środowiskiem. Pracuj nad ogólnymi umiejętnościami motorycznymi, takimi jak równowaga i lateralizacja.

Badanie:

Ułatwiał badanie i poruszanie się w przestrzeni, objaśniając obszary, identyfikując je. W każdym obszarze umieszczaj materiał, który będzie wpływać na inny bodziec (piłki w suchym basenie, platformy równoważne, poduszki amortyzujące, tekstury na podłodze) i umożliwi swobodne zbadanie. Spróbuj w każdym obszarze wyróżnić jeszcze jeden zmysł, ale nie mieszaj ich ze sobą. Przestrzegaj preferencji.

Stymulacja wielosensoryczna:

Z drugiej strony, gdy dzieci są już nam znane, można wykonać stymulację wielosensoryczną. Używaj materiału sensorycznego, odwołując się do różnych zmysłów i łącz je – tym razem wyróżniając dwa lub trzy zmysły (połącz muzykę w suchym basenie z piłką, idź na poszukiwanie skarbów w ciemnym pokoju z zasłoniętymi oczami lub z jasnymi i różnymi światłami). Obserwuj preferencje i reakcje.

Dotyk:

Niektóre dzieci mają trudności z zaakceptowaniem dotyku, są przestraszone, po prostu go nie lubią lub nie tolerują. Naucz dzieci respektować przestrzeń innych, poprzez poznanie i uszanowanie pragnień i potrzeb pozostałych dzieci.

Bodziec:

Podobnie jak dotyk, istnieją inne bodźce, które mogą być trudne do opanowania. Pomocna w tym może być kontrola liczby i jakości bodźców oraz ich stopniowe wprowadzanie, próbowanie różnych zadań i czynności o różnym stopniu trudności. Przydatne będą wówczas bodźce o różnych intensywnościach.

Organizacja i zabawa:

Poziom uwagi oraz czujności nie zawsze jest dostosowany. Choćby dlatego, że jesteśmy zmęczeni, myślimy o czymś innym, a nawet dlatego, że mamy trudności z regulacją i zarządzaniem niektórymi bodźcami. Ważne jest, aby obserwować i rozumieć, jakie czynności działają na każde dziecko. Niektóre działania, które można zorganizować to: chodzenie po linii na podłodze, pchanie ściany lub ciężkiego przedmiotu, noszenie ciężarów, skoki na trampolinie, rolowanie, klepanie rąk i nóg.



Deprywacja sensoryczna w grach grupowych:

Zadania grupowe polegają na tym, że wszystkie dzieci muszą symulować ograniczenia. Wszyscy bawią się z zasłoniętymi oczami, w rękawiczkach lub mają związaną jedną nogę i poruszają się na jednej. Zadania te, oprócz zabawy, zwiększają świadomość i empatię oraz promują uczciwość i sprawiedliwość.

Komunikacja:

Pozbawienie zmysłu dziecka wymaga większej kreatywności, nie tylko w zakresie proponowanych zadań, ale także w zakresie wyjaśniania czy demonstrowania działań. Nie widzieć lub nie słyszeć nie oznacza jednak, że dziecko nie będzie w stanie wykonać zadania w ten sam sposób. Wykorzystuje różne formy komunikacji i demonstracji. Aby wyjaśnić to zadanie używa gestów, słów, obrazów, własnego ciała lub na przykład małej, przegubowej lalki.

Napisy:

Strategia ta polega na wykonywaniu napisów w miarę ich działania. Kiedy odtwarzana jest piosenka, na ekranie pojawia się napis „słyszysz muzykę klasyczną”. Chodzi o to, aby zadaniu towarzyszył inny bodziec – werbalny. Na przykład, jeśli dziecko biegnie, powiedz: „teraz biegniesz. Zaczęłeś w punkcie X i idź do punktu Y. Aby biegać, musisz zdjąć jedną stopę z podłogi i przesunąć ją do przodu. Zgadza się. To prawie jak chodzenie, ale szybsze”. Ten opis pozwala dziecku śledzić, co robi i pomaga w uzyskaniu niezbędnej informacji zwrotnej w celu dostosowania i uczenia się motoryki. Można go również wykorzystać w chwili deregulacji, mówiąc na przykład: „teraz czujesz się smutny i zły. Nie ma nic złego w tym, że jesteś smutny i zły, ale ważne jest, aby zrozumieć, dlaczego tak jest. Wtedy będę w stanie Ci pomóc. Chcesz mojej pomocy?”.

Właściwe wyzwanie

Równowaga między wypełnieniem zadania a frustracją związaną z niemożliwością jego wykonania. Znalezienie balansu jest trudne, ale tylko w ten sposób możemy mieć wpływ na uważność dziecka i jego motywację.

Działanie niepreferowane są również wskazane

Wybór pomiędzy tym, co lubimy robić, a tym, co nam się nie podoba, jest łatwy dla wszystkich, prawda? Ale wiemy również, że nie zawsze możemy robić to, co lubimy. Uświadomienie tego dzieciom jest niezwykle ważne. Pomaga to stawać się dojrzałym i świadomym. Uświadom dziecku, że musi wypróbować nowe zajęcia, wprowadzając czynności, które mu się nie podobają, z tymi, które mu się podobają. Pomóż szukać alternatyw i rozwiązań trudności. Spróbuj je zrozumieć, ale nie pozwól dziecku podjąć preferowanej ucieczki.

Wybory

Zachęć dziecko do dokonywania wyborów i podejmowania decyzji. Oprócz samodzielności i poczucia własnej wartości, jest to strategia, która jest ważna, by poznać dziecko, ocenić je i zrozumieć jego preferencje. Kiedy mówimy o wyborach w zakresie samoregulacji, oznacza to, że dziecko może mieć kilka dostępnych strategii i to ono wybiera, z której chce skorzystać oraz jak długo chce to robić.

8. Ćwiczenia

W tym rozdziale zostały przedstawione rzeczywiste przypadki, w których promujemy włączenie i stosowanie niektórych strategii wymienionych w punkcie 7.

Przykłady zostaną podzielone według rodzaju aktywności i zidentyfikowanego obszaru trudności. Chociaż wspomniana diagnoza służy jedynie jako wskazówka, prezentujemy także umiejętności, nad którymi można pracować w każdym przedstawionym przypadku.

Postaramy się odnieść do kilku cech i obszarów obejmujących możliwie najszerszy zakres pomysłów.

Rodzaj niepełnosprawności	Porażenie mózgowie		
Charakterystyka	<p>Chodzenie z pomocą Problemy z równowagą Brak koordynacji Bez problemów społecznych i komunikacyjnych Impulsywność Problemy z uwagą</p>		
Dyscyplina sportu	<p>Sport indywidualny Jazda na rolkach</p>		
Umiejętności	<p>Przesuwanie/ślizganie Równowaga Skakanie</p>		
Strategia	<p>Ogólnie: założenia Działanie: wspomagające, warunki akceptacji i odpowiedzialności, warianty. Zachowanie społeczne: relacje, promuj zadania grupowe, działaj inaczej. 7 zmysłów: odkrywanie, organizowanie i planowanie, stymulacja multisensoryczna, właściwe wyzwanie.</p>		
Główne cele	<p>Równowaga Koordynacja Siła Kontrola własnego ciała</p>		
ĆWICZENIA	SZCZEGÓŁOWY OPIS AKTYWNOŚCI	NIEZBĘDNY SPRZĘT	OBSZARY
<p>Jazda na rolkach w rzędach</p>	<p>Dzieci powinny być podzielone na trzy grupy. Pierwszy rząd jedzie do oznaczonego miejsca, pozostali czekają na rówieśników. Kolejno rusza drugi rząd i za nim trzeci. Dziecko z PM zamiast łyżworolek używa chodzika na kółkach i rolek. Stoi w drugim rzędzie. Wszystkie grupy wykonują ćwiczenie na płaskiej powierzchni. Kolega z innego rzędu może pomóc danemu dziecku, by nie wyszło zbyt wcześnie do przodu lub zbyt późno, podając mu rękę.</p>	<p>Rolki</p>	<p>Działanie - chodzik na kółkach - rolki - równa powierzchnia Działania społeczne i zachowanie - dotyk kolegi - ustawienie w danym miejscu Siedem zmysłów - rolki</p>

Rodzaj niepełnosprawności	Porażenie mózgowe		
Charakterystyka	Elektryczny wózek Funkcjonalne lewe ramię Bez problemów społecznych Trudność w artykulacji słów		
Dyscyplina sportu	Sport grupowy Koszykówka		
Umiejętności	Bieganie Rzucanie Drybling	Skoki Łapanie Przesuwanie Uderzanie	
Strategia	Ogólny trening Komunikacja: dźwięk i rytm Działania: produkty wspomagające, niezależność, adaptacja/odpowiednie warunki		
Główne cele	Ruchliwość obu ramion Komunikacja	Samoocena	Siła Akceptacja
ĆWICZENIA	SZCZEGÓŁOWY OPIS AKTYWNOŚCI	NIEZBĘDNY SPRZĘT	OBSZARY
10 podań	Sześciu uczniów podzielonych jest na dwa zespoły. Każde dziecko ma przypisany numer od 1 do 3. Dziecko ze specjalnymi potrzebami powinno być w zespole i mieć również swój numer. Jedna drużyna rozpoczyna grę i podaje piłkę najpierw do pierwszej, potem kolejno do drugiej i trzeciej osoby ze swojej drużyny. Zespół bez piłki stara się ją przechwycić. Może nastąpić odstępstwo po tym, jak dziecko ze specjalnymi potrzebami wypowie dane numery. Liczba podań do wykonania: 10. Wreszcie grają bez liczenia, ale mogą wykonać zadanie tylko wtedy, gdy ukończą dziesięć podań, a piłka przejdzie przez wszystkich członków drużyny.	Koszykówka Miękka piłka	Komunikacja: - ćwiczenie słów - werbalizacja w działaniach Działania: - wózek inwalidzki - dwa rodzaje piłek

9. Integracja rodziców

Kolejny ważny punkt, który warto poruszyć, to sposoby komunikacji profesjonalistów z rodzicami.

W przygotowaniu tego materiału pomocna okazała się rozmowa z rodzicami, którzy bardzo szczegółowo odpowiedzieli, co chcieliby zobaczyć w szkole i w jaki sposób chcą kontaktować się z profesjonalistami.

Czym dla Ciebie jest integracja?



9. Integracja rodziców

Poprawa komunikacji z rodzicami:

- **Postępuj zgodnie z obawami rodziców.** Znajdź swoje dziecko lepiej niż Ty.
- **Bądź szczery.** Jeśli jakiś sposób się nie sprawdził, powiedz to. Przedstaw, jaką strategię wypróbowałeś i dlaczego nie działa.
- **Poznaj, które sposoby komunikacji rodzice wolą najbardziej i dlaczego.** Niektórzy lubią, gdy omawia się z nimi najdrobniejsze szczegóły, inni zaś wolą rozmawiać codziennie, kiedy odbierają swoje dzieci. Są też tacy, którzy wybiorą kontakt poprzez maila, a kolejni preferują rozmowę telefoniczną. Naucz się komunikować z każdym.
- **Pokaż, że cenisz dziecko, że ci na nim zależy.** Bądź pozytywny i wzmacniaj swój potencjał. Rodzice mogą odczuwać potrzebę obrony swoich dzieci i czasem coś źle zrozumieć, podczas gdy Ty masz dobre zamiary i chcesz podzielić się obawą lub wypracować rozwiązanie, które będzie przyjemne dla obu stron.
- **Pozostań w kontakcie.** Komunikacja nie może być jednostronna.
- **Zawsze pamiętaj, jaka jest Twoja rola.** Pozwól każdemu specjalistcie wykonać swoją część i nie przedstawiaj pomysłów, ani sugestii, w dziedzinie, która nie należy do Ciebie. Jeśli jednak masz wiele dobrych rad, przekaz je dalej i zachęć rodziców, aby zastosowali je w praktyce.

Bibliografia

- *Uczestnictwo, rekreacja i integracja poprzez edukację sztuk walki Praktyczny przewodnik dla trenera.*
- *Disability and Youth Sport- Niepełnosprawność i sport młodzieżowy. University of Rochester Medical Center- Centrum medyczne Uniwersytetu Rochester.*
- *Libro blanco del deporte.*
- *Organização Mundial de Saúde – Światowa Organizacja Zdrowia.*
- *Tracking of sports practice from childhood to adolescence and its associations in a school-based study WILLIAM TEBAR1 , ROMULO FERNANDES2 , EDNER ZANUTO3 , FERNANDA GIL4 , LEANDRO DELFINO5 , CATARINA SCARABOTTOLO6 , ENIO VAZ RONQUE7 , DIEGO CHRISTOFARO8- Śledzenie praktyk sportowych od dzieciństwa do okresu dojrzewania i ich skojarzeń w badaniu szkolnym WILLIAM TEBAR1, ROMULO FERNANDES2, EDNER ZANUTO3, FERNANDA GIL4, LEANDRO DELFINO5, CATARINA SCARABOTTOLO6, ENIO VAZ RONQUE7, DIEGO CHRISTOFARO8.*
- *MAZZOCCANTE, Rafaello Pinheiro et al. The relationship of sports practice with motor performance, selective attention, cognitive flexibility and processing speed in children aged 7 to 10 years. J. Hum. Growth Dev. [online]. 2019, vol.29, n.3, pp. 365-372. ISSN 0104-1282. <http://dx.doi.org/10.7322/jhgd.v29.9534>.- MAZZOCCANTE, Rafaello Pinheiro i wsp. Związek uprawiania sportu z wydajnością motoryczną, selektywną uwagą, elastycznością poznawczą i szybkością przetwarzania u dzieci w wieku od 7 do 10 lat. J. Hum. Growth Dev. [online]. 2019, tom 29, nr 3, pp. 365-372. ISSN 0104-1282. <http://dx.doi.org/10.7322/jhgd.v29.9534>.*
- *Darido et al (2001).*
- *Diem C., publicado on-line em 30/3/2013 no The Journal of Health and Physical Education- Publikacja on-line Dziennik Zdrowie i Wychowanie Fizyczne.*
- *Disability and Youth Sport. Hayley Fitzgerald. Taylor & Francis, 2009- Niepełnosprawność i sport młodzieżowy. Hayley Fitzgerald. Taylor i Francis, 2009.*



Współfinansowany
w ramach programu
Unii Europejskiej Erasmus+