



TĘCZOWA GAZETKA
Nr 3/2021 – MAJ

Tęczowa Gazetka wydawana jest nakładem Stowarzyszenia Rodziców i Przyjaciół Dzieci
Niewidomych i Słabowidzących „Tęcza”,
Warszawa 2021
Opracowanie, skład i korekta: Hanna Waksberg i Krzysztof Waksberg

Od Redakcji

Zapraszamy do zapoznania się z kolejnym numerem Tęczowej Gazetki. Znajdziecie w nim szereg przydatnych informacji, ciekawostki oraz coś dla naszych milusińskich z okazji ich święta. Proponujemy różne zabawy, podajemy wskazówki, jak zrobić proste zabawki domowym sposobem a także prezentujemy zagadki – oczywiście z poprawnymi odpowiedziami.

Życzymy milej lektury.

Spis treści

INFORMACJE	4
ORZEKANIE WCIĄŻ ZAOCZNE, ALE MOŻNA STARAĆ SIĘ O OSOBISTĄ OBECNOŚĆ NA KOMISJI.....	4
NA TURNUS REHABILITACYJNY Z TESTEM LUB POTWIERDZENIEM O SZCZEPIENIU	5
OD 2022 R. RENTA TYLKO NA KONTO DLA NOWO UPRAWNIONYCH OSÓB.....	6
POLSKI ŁAD: OD KIEDY ZRÓWNANIE ŚWIADCZENIA PIELĘGNACYJNEGO DLA WSZYSTKICH OPIEKUNÓW?	6
JAKI „PLAN NA ZDROWIE” MA POLSKI ŁAD?	8
<i>Krótsze kolejki</i>	8
<i>Więcej specjalistów</i>	9
<i>Reforma sieci szpitali</i>	9
<i>Centrum Obsługi Pacjenta</i>	10
ZDROWIE	11
TELEPORADA NIE BĘDZIE JEDYNĄ OPCJĄ	11
NOWA PORADNIA STOMATOLOGICZNA DLA DZIECI I DOROŚŁYCH Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI W WARSZAWIE	11
OGRZEWANE POMIESZCZENIA A SUCHA SKÓRA	12
MIĘKKIE SOCZEWKI KONTAKTOWE BĘDĄ BADAĆ OCZY	13
SENSOPLASTYKA	13
<i>Materiały wykorzystywane podczas zajęć sensoplastyki z dziećmi z dysfunkcją wzroku</i>	16
UCZEŃ SŁABOWIDZĄCY W SZKOLE OGÓLNODOSTĘPNEJ –	19
DOSTĘPNOŚĆ - INDYWIDUALNE SUKCESY ORAZ PORAŹKI W EDUKACJI I REHABILITACJI	25
CIEKAWOSTKI	28
W SKLEPIE APP STORE DOSTĘPNA JEST APLIKACJA MOBILNA MOJEIKP	28
ZACHĘCAM DO PRZECYTANIA. CZEGO OCZY NIE WIDZĄ - FELIETON	29
DLA MILUSIŃSKICH	32
ZAGADKI I ŁAMIGŁÓWKI DLA DZIECI	32
<i>Jak się bawić wykorzystując zagadki i łamigłówki</i>	32
<i>Zagadki dla dzieci - poziom trudności: łatwy</i>	33
<i>Zagadki dla dzieci - poziom trudności: trudny</i>	35
<i>Zgadywanki dla dzieci - wpływ na rozwój</i>	37
<i>Zagadki i łamigłówki dla dzieci - najczęściej zadawane pytania</i>	38
JAKIE ZABAWKI DLA DZIECI MOŻESZ WYKONAĆ WŁASNORĘCZNIE W DOMU	39
<i>Zabawki dla dzieci w każdym wieku - zrób to sam</i>	39
<i>Tablica sensoryczna</i>	40
<i>Domowa ciastolina</i>	40
<i>Gniotki</i>	41
<i>Recykling starych mebli</i>	41
<i>Tablica do rysowania i pisanie</i>	42
<i>Garaż na wszystkie pojazdy wnuka</i>	42
<i>Domowe kręgle</i>	43
<i>Proca</i>	43
<i>Tablica z gumkami</i>	43
<i>Układanka z patyczków</i>	44
<i>Mini-zjeżdżalnia</i>	44
<i>Rzut do celu</i>	44
<i>Własnoręcznie wykonane zabawki - najczęściej zadawane pytania</i>	44
POMYSŁY NA ZABAWY SENSORYCZNE Z WNUKAMI.....	45
<i>Integracja sensoryczna - co to takiego?</i>	46
<i>Przeplatanki</i>	46
<i>Domowa plastelina</i>	46
<i>Piesek - trafianie do celu</i>	46

<i>Przesypywanie kaszy</i>	47
<i>Zabawa patyczkami</i>	47
<i>Sensoryczne rękawiczki</i>	47
<i>Pudełko sensoryczne</i>	48
<i>Poszukiwanie skarbów</i>	48
<i>Zagadka zapachowa</i>	48
<i>Dźwiękowe zagadki</i>	48
<i>Co jest w worku?</i>	49
<i>Zabawy sensoryczne - najczęściej zadawane pytania</i>	49
ZAGADKI I RYMOWANKI DLA DZIECI	50
ZAGADKI DLA NAJMŁODSZYCH	51

INFORMACJE

Orzekanie wciąż zaoczne, ale można starać się o osobistą obecność na komisji

Autor: Beata Dązbla, źródło: niepełnosprawni.pl

Zespoły ds. orzekania wciąż w większości orzekają zaocznie, zgodnie z przepisami wprowadzonymi w związku z epidemią koronawirusa, które dają taką możliwość. Należy jednak pamiętać, że zawsze można zgłosić w Zespole chęć osobistego stawiennictwa na komisję i wtedy jest to ustalane indywidualnie.

- Obecnie nadal obowiązują przepisy z rozporządzenia (tekst jedn. Dz. U. z 2021 r. poz. 857 – przyp. red.), które wprowadziło szczególną regulację dopuszczającą możliwość sporządzenia oceny stanu zdrowia bez bezpośredniego badania osoby, w stosunku do której ma zostać wydane orzeczenie – informuje nas biuro prasowe Ministerstwa Rodziny i Polityki Społecznej. – Jest to jednak dopuszczalne tylko wtedy, gdy dołączona do wniosku dokumentacja medyczna jest wystarczająca do wydania takiej oceny. Regulacja ma na celu zapewnienie realizacji procesu orzekania o niepełnosprawności i stopniu niepełnosprawności w celu uzyskania przez osoby niepełnosprawne orzeczeń potwierdzających niepełnosprawność – dodaje przedstawiciel biura prasowego.

Zaoczne orzekanie nie jest obligatoryjne

Jak podkreśla, z powyższych przepisów nie wynika obligatoryjne orzekanie w formie zaocznej. Zespoły przy zachowaniu reżimu sanitarnego mają możliwość orzekania z osobistym uczestnictwem osoby zainteresowanej.

Jak zaznacza Małgorzata Rajczyk, przewodnicząca Powiatowego Zespołu ds. Orzekania o Niepełnosprawności w Opolu (PZON), zgodnie z przepisami, orzeczenia w tzw. trybie zaocznym, czyli bez badania osoby zainteresowanej, pod warunkiem, że lekarz i członek składu orzekającego uzna dokumentację medyczną za wystarczającą, mogą być przeprowadzane jeszcze do 90 dni od zakończenia stanu epidemii.

- Wszyscy jesteśmy już spragnieni stanu normalności – podkreśla.

Osobiste stawiennictwo jest możliwe

- U nas, może oprócz dwóch pierwszych miesięcy pandemii w 2020 r., cały czas jest możliwość udziału osoby starającej się o orzeczenie w komisji orzekającej. Owszem, są wydawane także orzeczenia zaocznie, ale tylko wtedy, gdy lekarz uznaje przedstawioną dokumentację za wystarczającą. Są też sytuacje, że na komisje chce osobiście stawić się

osoba orzekana i wtedy ma taką możliwość – mówi Agnieszka Capińska, przewodnicząca PZON w Rzeszowie.

W Miejskim Zespole ds. Orzekania o Niepełnosprawności w Gdańsku większość orzeczeń w minionym roku wydawana była zaocznie.

Gdy dokumentacja nie wystarcza

- Jeśli jednak ktoś chciał być na komisji, to zgłaszał nam taką potrzebę, był wywiad z lekarzem i umawialiśmy już tę sprawę indywidualnie. Może też być tak, że dokumentacja nie jest wystarczająca i konieczne jest osobiste stawiennictwo danej osoby. Na dziś nie planujemy zmiany trybu orzekania, dopóki obowiązują przepisy dające możliwość orzekania zaocznego, gdyż często ta forma jest także wygodna dla naszych klientów – mówi Martyna Klocko z MZON w Gdańsku. – Jednak sytuacja jest dynamiczna, i trudno powiedzieć co będzie za tydzień czy dwa – dodaje.

Orzeczenia przedłużone z automatu w pandemii

Warto przypomnieć, że wciąż obowiązuje także ustawa covidowa z automatu przedłużająca ważność orzeczeń o niepełnosprawności w stanie epidemii

Na turnus rehabilitacyjny z testem lub potwierdzeniem o szczepieniu

Autor: Beata Dązbłaż, źródło: niepełnosprawni.pl

Od 15 maja 2021 r. można wyjechać na turnus rehabilitacyjny z dofinansowaniem z PFRON pod warunkiem wykonania testu diagnostycznego w kierunku COVID-19. Osoby zaszczepione nie muszą spełniać dodatkowych warunków.

Jak przypomina resort rodziny od 24 października 2020 r. do odwołania ustanowiono czasowe zaprzestanie wykonywania działalności polegającej na organizowaniu turnusu rehabilitacyjnego.

- Kolejne nowelizacje rozporządzenia w sprawie ustanowienia określonych ograniczeń, nakazów i zakazów w związku z wystąpieniem stanu epidemii przedłużały terminy dotyczące zaprzestania wykonywania działalności polegającej na organizowaniu turnusu rehabilitacyjnego. Na podstawie rozporządzenia Rady Ministrów z dnia 6 maja 2021 r. w sprawie ustanowienia określonych ograniczeń, nakazów i zakazów w związku z wystąpieniem stanu epidemii (Dz. U. z 2021 r. poz. 861, z późn. zm.), czasowe zaprzestanie realizacji turnusów rehabilitacyjnych ustanowione zostało do dnia 5 czerwca 2021 r. – informuje nas przedstawiciele biura prasowego Ministerstwa Rodziny i Polityki Społecznej.

Na turnus od 15 maja

Jednak, jak podaje dalej, rozporządzenie z 14 maja 2021 r. przywróciło możliwość realizowania turnusów rehabilitacyjnych od 15 maja.

Zatem od 15 maja 2021 r. można skorzystać z wyjazdu na turnus rehabilitacyjny.

„Osoby z niepełnosprawnościami, które chcą wyjechać na turnus rehabilitacyjny, muszą przedstawić negatywny wynik testu diagnostycznego w kierunku SARS-CoV-2. Skierowanie na test wystawi lekarz opieki zdrowotnej. [Można też będzie uzyskać skierowanie na test, wypełniając formularz na stronie internetowej Ministerstwa Zdrowia.](#) Test należy wykonać nie wcześniej niż cztery dni przed terminem rozpoczęcia turnusu” – informuje PFRON.

Osoby zaszczepione na COVID-19 nie muszą wykonywać testu, wystarczy potwierdzenie o przyjęciu szczepionki.

Takie same zasady dla opiekuna

„Powyższe zasady obowiązują także opiekuna uczestnika turnusu, jeżeli konieczność jego obecności wynika z wniosku lekarza kierującego osobę niepełnosprawną na turnus rehabilitacyjny” – podaje PFRON.

Podstawa prawna: Rozporządzenie Rady Ministrów z dnia 14 maja 2021 r. zmieniające rozporządzenie w sprawie ustanowienia określonych ograniczeń, nakazów i zakazów w związku z wystąpieniem stanu epidemii (Dz. U. poz. 905)

Od 2022 r. renta tylko na konto dla nowo uprawnionych osób

Autor: Beata Dązbłaż, źródło: niepełnosprawni.pl

Każda nowo przyznana od 2022 r. renta i emerytura będzie trafiać na konto odbiorcy, a nie np. przekazem pocztowym. To jedna ze zmian w nowelizacji ustawy o systemie ubezpieczeń społecznych. Rząd obradował nad nią w zeszłym tygodniu.

Według projektu, każda nowo przyznana renta i emerytura po 31 grudnia 2021 r. trafi na konto. Zostanie więc wprowadzony obowiązek bezgotówkowej wypłaty świadczeń. Zmiany będą dotyczyły tylko tych osób, które nabeżdą uprawnienia emerytalne czy rentowe po tej dacie. Odstępstwo od tej zasady będzie możliwe każdorazowo za zgodą ZUS.

Wszyscy, którzy do tego czasu otrzymywali świadczenia np. za pośrednictwem listonosza, dalej będą mogli korzystać z tej formy.

ZUS i KRUS nie będą także wysyłać listownych powiadomień np. dotyczących waloryzacji czy dodatkowego świadczenia.

Co jeszcze się zmieni?

Zmiany zakładają także zakończenie z niekorzystnym naliczaniem emerytura dla osób przechodzących na nią w czerwcu. Do tej pory przez brak waloryzacji kwartalnej świadczenia dla osób przechodzących na emeryturę w czerwcu były niższe.

Zmiany w ubieganiu się o rentę z tytułu niezdolności do pracy

Nowelizacja zakłada także wprowadzenie możliwości ubiegania się o rentę z tytułu niezdolności do pracy, gdy niezdolność powstała w okresach pobierania świadczeń opiekuńczych, za które nie było obowiązku opłacania składek ubezpieczeniowych, albo nie później niż w ciągu 18 miesięcy od ustania tych okresów. Teraz o rentę z tytułu niezdolności do pracy można ubiegać się w ścisłym powiązaniu z koniecznością opłacania składek, lub 18 miesięcy od ustania tego okresu.

Zmieni się też zasada zliczania okresów niezdolności do pracy do jednego okresu zasiłkowego. Zaliczą się do niego okresy nieprzerwanej niezdolności do pracy, jak i okresy niezdolności do pracy, które zaistniały przed lub po przerwie, jeśli nie była ona dłuższa niż 60 dni i jeśli niezdolność nie występuje w czasie ciąży.

Skróci się okres pobierania zasiłku chorobowego po ustaniu ubezpieczenia, wyniesie maksymalnie 91 dni.

Autorem projektu jest Ministerstwo Rodziny i Polityki Społecznej.

Polski Ład: od kiedy zrównanie świadczenia pielęgnacyjnego dla wszystkich opiekunów?

Autor: PAP, źródło: niepełnosprawni.pl

Emerytura bez podatku dla świadczeń poniżej 2,5 tys. zł to dodatkowe rozwiązanie, trzynastki będą nadal wypłacane – zapewniła minister rodziny Marlena Małąg. Poinformowała, że zmiany w opodatkowaniu rent i emerytur mają obowiązywać od przyszłego roku.

Minister Małąg oceniła, że „Polski Ład to potężna reforma społeczno-gospodarcza, w której centrum jest rodzina”. Zwróciła uwagę, że zaproponowane reformy są bardzo prorodzinne również w zakresie polityki mieszkaniowej, podatkowej i rynku pracy.

- Przygotowany będzie rewolucyjny program mieszkaniowy, który przewiduje, że państwo będzie gwarantować do 100 tys. zł wkładu własnego dla biorących kredyt. Po raz pierwszy w

programie mieszkaniowym znajdzie się również pronatalistyczny czynnik, jakim jest pomniejszenie przez państwo kredytu po narodzinach drugiego i kolejnego dziecka aż do 150 tys. zł łącznie. To bardzo silne wsparcie dla rodzin – powiedziała minister.

Przypomniała również o planach podwyższenia kwoty wolnej od podatku do 30 tys. i podniesienia progu podatkowego z 85 tys. do 120 tys. zł.

- To wszystko sprawi, że zarobki rodzin będą większe – podkreśliła.

Praca i wychowywanie dzieci

Minister zwróciła uwagę, że Polski Ład przewiduje również rozwiązania ułatwiające łączenie pracy zawodowej z wychowywaniem dzieci – zarówno poprzez rozwój opieki instytucjonalnej nad małymi dziećmi, jak i wsparcie dla tych rodziców, którzy nie korzystają z takiego rozwiązania.

- Z tego powodu zdecydowaliśmy o potężnym zwiększeniu finansowania programu „Maluch plus” – dotychczas przeznaczaliśmy na niego 450 mln zł, a od 2022 r. będzie to 1,5 mld zł rocznie. Planujemy, aby w tej kwocie było również wyższe dofinansowanie do miejsca w żłobku, aby rodzic ponosił jak najmniejsze koszty. Nowym rozwiązaniem będzie natomiast świadczenie wypłacane rodzicom na pokrycie kosztów opieki nad drugim dzieckiem pomiędzy 12. a 36. miesiącem życia – powiedziała szefowa MRiPS.

W Polskim Ładzie przewidziano, że w sumie będzie to 12 tys. zł – rodzice sami wybiorą, czy chcą otrzymywać po 1 tys. zł miesięcznie przez rok czy po 500 zł miesięcznie przez dwa lata.

- Planujemy wypłacać to świadczenie od 2022 r. – poinformowała minister.

- Oczywiście utrzymujemy nasze dotychczasowe programy społeczne i ten nowy instrument finansowy będzie realizowany obok programu „Rodzina 500 plus” – powiedziała.

Minister poinformowała, że 26 maja rząd ogłosi nową Strategię Demograficzną.

Renta bez podatku

Minister Małag zwróciła uwagę, że Polski Ład przewiduje również nowe rozwiązania w zakresie polityki senioralnej. Podano, że w ramach reformy systemu podatkowego emerytury i renty zostaną podwyższone o wysokość podatku dla świadczeń do poziomu 2500 zł.

- Przepisy w tym zakresie pojawią się razem z przepisami podatkowymi, a więc we wrześniu tego roku będziemy je procedować i nowa emerytura będzie mogła funkcjonować od nowego roku. To znacznie polepszy sytuację finansową seniorów – powiedziała.

Szefowa MRiPS zapewniła jednocześnie, że ta zmiana nie wpłynie na wypłatę trzynastych emerytur.

- Trzynasta emerytura jest zagwarantowana na mocy ustawy i nadal będzie wypłacana.

Wszystkie realizowane przez nas duże programy społeczne będą kontynuowane. Z kolei 14. emerytura – tak jak zapowiadaliśmy – to jednorazowe świadczenie, które będzie wypłacone w IV kwartale tego roku – powiedziała minister Małag.

- Chcemy również, by seniorzy mogli kontynuować pracę po osiągnięciu wieku emerytalnego, jeśli mają siły i chcą się dzielić swoim doświadczeniem z nowym pokoleniem. Dlatego przygotowaliśmy rozwiązanie, że seniorzy, którzy nie będą pobierali emerytury, tylko zdecydują się kontynuować pracę, będą zwolnieni od podatku dochodowego. Dzięki temu ich kapitał w momencie przejścia na emeryturę będzie wyższy, bo cały czas będą odprowadzali składki – dodała minister Małag.

Świadczenie pielęgnacyjne nie uzależnione od czasu powstania niepełnosprawności

Szefowa MRiPS zapewniła, że rząd pamięta również o potrzebach osób niepełnosprawnych i przypomniała o przyjętej już Strategii na rzecz Osób z Niepełnosprawnościami na lata 2021-2030.

W Polskim Ładzie znalazła się zapowiedź, że świadczenie pielęgnacyjne dla sprawujących opiekę nad osobami z niepełnosprawnościami będzie zrównane niezależnie od momentu powstania niepełnosprawności. Obecnie świadczenie pielęgnacyjne przysługuje jedynie opiekunom osób, których niepełnosprawność powstała przed ukończeniem 18. roku życia (lub

25. roku życia, jeśli osoba się uczy). Opiekunowie dorosłych osób niepełnosprawnych otrzymują natomiast znacznie niższy zasiłek opiekuńczy, który przysługuje im po spełnieniu kryterium dochodowego.

O nieróżnicowanie tych form pomocy od lat apelują środowiska osób z niepełnosprawnościami. Również Trybunał Konstytucyjny W 2014 r. orzekł, że uzależnienie świadczenia pielęgnacyjnego dla opiekuna dorosłej osoby niepełnosprawnej od wieku, w którym powstała ta niepełnosprawność, jest niezgodne z konstytucją.

Dotychczas resort rodziny informował, że realizacja tego wyroku będzie możliwa dopiero po przygotowaniu i wprowadzeniu w życie nowego systemu orzekania o niepełnosprawności. Minister Małąg zadeklarowała jednak, że to się może stać wcześniej.

Od kiedy?

- W zmianach, które będziemy przygotowywali w ustawie „Za życiem” w pierwszym kroku chcemy właśnie doprowadzić do zrównania świadczenia pielęgnacyjnego. Myślę, że prace legislacyjne nad tą ustawą będą mogły rozpocząć się w czerwcu, a wdrożenie przepisu planujemy od początku przyszłego roku – powiedziała.

- Warto również przypomnieć o progu dochodowym dla opiekunów osób, których niepełnosprawność nastąpiła po 18. roku życia i tę kwestię będziemy rozwiązywać razem z reformą orzecznictwa o niepełnosprawności, wtedy będziemy mogli zrealizować ten wyrok – powiedziała minister.

Jaki „Plan na zdrowie” ma Polski Ład?

Autor: PAP, źródło: niepełnosprawni.pl

W najbliższych sześciu latach zwiększymy wydatki na zdrowie do 7 proc. w relacji do PKB. Już w 2023 r. osiągną one poziom 6 proc. PKB – wynika z zaprezentowanego w sobotę, 15 maja, programu Polski Ład. Nowe pieniądze będą przeznaczone na inwestycje, cyfryzację, nowe kadry i na nowoczesne

Część poświęconą polityce zdrowotnej w dokumencie Polski Ład ujęto w części „Plan na zdrowie”.

Podkreślono w niej m.in., że „nowe środki będą przeznaczone na inwestycje, cyfryzację, nowe kadry i nowoczesne terapie”. Przyjęcie tego rozwiązania zaplanowano na wrzesień 2021 r.

Krótsze kolejki

Obok wzrostu wydatków na zdrowie istotną zmianą ma być uruchomienie programu badań profilaktycznych dla osób 40 plus, finansowanego ze środków publicznych. Połączone mają być z okresowymi badaniami w zakresie medycyny pracy tak, aby wzięło w nich udział jak najwięcej Polaków.

Kolejna zmiana to zniesienie limitów u specjalistów – rozszerzenie opieki ambulatoryjnej i zniesienie limitów przyjęć pacjentów poniżej 18 lat.

„W dalszej kolejności planujemy zniesienie limitu dla wszystkich Polaków. Efektem tej zmiany będzie skrócenie kolejek” – zapewniono.

Ponadto „Plan na zdrowie” zakłada podwyższenie minimalnych wynagrodzeń pracowników medycznych.

„Przy wzroście nakładów na zdrowie kluczowe będzie także odpowiednie opłacanie specjalistów” – podkreślono.

W kontekście kadr medycznych zaplanowano wprowadzenie szybkiej ścieżki wejścia do zawodu dla pielęgniarek, które mają kwalifikacje, a nie pracują w zawodzie, jak również

atrakcyjnych kredytów na start dla medyków po egzaminie specjalizacyjnym lub powrocie z zagranicy.

Więcej specjalistów

„Dodatkowo będziemy sukcesywnie zwiększać liczbę lekarzy specjalistów. Planowane jest także dalsze zwiększanie wynagrodzeń młodych lekarzy, w szczególności w dziedzinach priorytetowych, a także wprowadzenie kredytów na studia niestacjonarne oraz stypendiów na studia medyczne i specjalizacje (bezzwrotnych po odpracowaniu w publicznym systemie ochrony zdrowia)” – wynika z dokumentu.

W dokumencie wskazano też, że stworzenie Funduszu Modernizacji Szpitali ma zapewnić placówkom środki na inwestycje w podstawową infrastrukturę.

„Program unowocześniania i modernizacji infrastruktury będzie się opierać na przekazywaniu samorządom środków na realizację inwestycji w placówkach opieki zdrowotnej funkcjonujących na ich terenie. Taki mechanizm pozwoli na sprawne przeprowadzanie remontów i dostosowywanie infrastruktury w przychodniach lekarzy rodzinnych i poradniach specjalistycznych” – wyjaśniono.

Z kolei uruchomienie Funduszu Medycznego ma umożliwić dodatkowe finansowanie onkologii czy prowadzenie badań nad nowymi terapiami.

Ponadto w Polskim Ładzie zapowiedziano kontynuację reformy sieci szpitali i dążenie do uporządkowania ich struktury właścicielskiej, aby poprawić sytuację w służbie zdrowia, zwiększyć dostępność usług i skrócić kolejki.

Powstanie Agencja Rozwoju Szpitali, która ma być odpowiedzialna „za opracowanie programów optymalizacyjnych i modernizacyjnych”.

„Agencja będzie również odpowiadać za monitorowanie wdrażanych programów, ewentualne zmiany w procesach rozwoju, modernizacji i restrukturyzacji, a także analizę ich efektów. Zakładamy także stworzenie korpusu menedżerów i zmianę struktury właścicielskiej szpitali” – podkreślono.

Reforma sieci szpitali

Przeprowadzony ma być też drugi etap reformy sieci szpitali, a głównym jego elementem ma być wprowadzenie obowiązkowego monitorowania jakości klinicznej obsługi pacjenta i efektywności zarządzania.

„Zmienione zostaną kryteria przypisania do sieci szpitali, analiza porównawcza będzie obowiązkowa, a na jej podstawie wyłonieni zostaną liderzy szpitalnictwa” – czytamy w dokumencie.

W „Planie na zdrowie” zapowiedziano także wprowadzenie ustawy o jakości, aby „na każdym poziomie systemu ochrony zdrowia zaimplementować mechanizmy akredytacji i monitorowania jakości”.

Pozwoli ona także zbudować m.in. krajowy system monitorowania zdarzeń niepożądanych.

„System ten w wielu krajach, przy zapewnieniu ochrony i bezpieczeństwa osobom zgłaszającym takie zdarzenia, w istotny sposób wpłynął na poprawę rozwiązań dotyczących działalności medycznej i organizacji pracy” – przypominano.

Poruszono też w dokumencie kwestię Krajowej Sieci Onkologicznej i Kardiologicznej. Ta pierwsza ma być rozbudowywana, bo przyniosła dobre efekty. Podkreślono, że dzięki niej udało się nie tylko przyspieszyć dostęp do lekarza i niezbędnych badań, ale także odnotowano kilkukrotne zwiększenie poprawnych i pełnych pakietów badań, co jest kluczowe we właściwej diagnostyce onkologicznej.

Celem Krajowej Sieci Kardiologicznej jest umożliwienie Nielimitowanego dostępu pacjentów kardiologicznych do diagnostyki i terapii, koordynacja leczenia, wdrożenie programów

prewencji pierwotnej i wtórnej, a przez to obniżenie śmiertelności z powodu chorób układu sercowo-naczyniowego, pozostających wciąż głównymi przyczynami zgonów Polaków.

Centrum Obsługi Pacjenta

Z dokumentu wynika także, że przełomem w kontaktach pacjentów z ochroną zdrowia będzie Centrum Obsługi Pacjenta (pacjent.gov.pl), które „stanowić będzie kompleksowe narzędzie obsługi oraz polepszy komunikację z pacjentem, co przełoży się również na poprawę jakości i dostępu świadczeń”. Ponadto System Informacji Medycznej (SIM) będzie umożliwiał przekazywanie lekarzowi – za zgodą pacjenta – informacji o związanych z pacjentem zdarzeniach medycznych, a także jego elektronicznej dokumentacji dotyczącej zdrowia.

„Kolejnym modułem będą zapisy na wizytę u lekarza przez telefon i internet, co umożliwi łatwiejszą rejestrację do specjalistów, a także pozwoli na przesyłanie SMS-owych przypomnień o wizytach, ułatwiających życie milionom pacjentów” – napisano we fragmencie poświęconym nowoczesnym technologiom w ochronie zdrowia.

Usprawniona ma być także nocna pomoc lekarska. Pokreślono, że szpitale od tej pory będą działać na zasadzie trzech etapów kontaktu z pacjentem w ramach nocnej i świątecznej pomocy lekarskiej. Pierwszy poziom to wstępna diagnostyka i e-rejestracja pacjenta, drugi to sieć powiatowych ambulatoriów całodobowych, trzeci – interwencja karetki ratownictwa medycznego i transport do szpitalnego oddziału ratunkowego.

Powstanie również program badawczy nad COVID-19. Zapewniono, że zespoły badawcze z najlepszych polskich uniwersytetów i szpitali otrzymają wsparcie finansowe dla prac nad lekami i szczepionkami chroniącymi przed kolejnymi mutacjami wirusa. Dla chorych, którzy wymagają pomocy w rekonwalescencji postcovidowej, realizowany będzie program rehabilitacji.

„Plan na zdrowie” zakłada rocznie nakłady w wysokości 13,6 mld zł. W latach 2021-2030 kwota ta ma wynieść 122,4 mld zł z 651,6 mld zł maksymalnych kosztów projektów założonych w dokumencie Polski Ład do 2030 r.

Na program Polski Ład składają się oprócz „Planu na zdrowie” także takie tematy, jak: „Uczciwa praca – godna płaca”, „Dekada rozwoju”, „Rodzina i dom w centrum życia”, „Polska – nasza ziemia”, „Przyjazna szkoła i kultura na nowy wiek”, „Dobry klimat dla firm”, „Czysta energia, czyste powietrze”, „CyberPoland 2025” i „Złota jesień życia”.

ZDROWIE

Teleporada nie będzie jedyną opcją

Źródło: Źródło: pacjent.gov.pl, BIP PZN

Od 16 marca br. zmieniają się zasady korzystania z podstawowej opieki zdrowotnej. Teleporada będzie rozwiązaniem tylko w określonych sytuacjach, w pozostałych pacjent będzie mógł skorzystać z osobistej wizyty u lekarza. Wybór będzie należał do chorego.

Lekarz nie może odmówić choremu bezpośredniej wizyty, gdy:

- pacjent lub jego opiekun ustawowy nie wyrażają zgody na teleporadę,
- cierpi on na przewlekłą chorobę i nastąpiło pogorszenie stanu zdrowia lub zmieniły się objawy,
- istnieje podejrzenie choroby nowotworowej,
- pacjentem jest dziecko poniżej 6 r.ż.,
- chory ma odbyć pierwszą wizytę u lekarza, pielęgniarki lub położnej podstawowej opieki zdrowotnej, których wskazał w deklaracji wyboru.

Jeśli lekarz odmówi przyjęcia pacjenta w placówce, sprawę można zgłosić, dzwoniąc na numer Telefonicznej Informacji Pacjenta: 800 190 590.

Teleporada jest zalecana pacjentowi, gdy:

- istnieje podejrzenie zakażenia wirusem SARS-CoV-2,
- potrzebuje on recepty na leki niezbędne do kontynuacji leczenia, a lekarz posiada dokumentację medyczną chorego,
- potrzebuje on zlecenia na zaopatrzenie w wyroby medyczne jako kontynuację poprzedniego zlecenia, a lekarz posiada jego dokumentację medyczną,
- potrzebuje zaświadczenia o stanie zdrowia,
- dziecko, które nie ma 6 lat, korzysta z porady kontrolnej, którą lekarz ustalił podczas bezpośredniej wizyty i która nie polega na fizycznym badaniu.

Dzięki teleporadzie można uzyskać: zalecenia, e-zwolnienie, e-skierowanie, zlecenie na test na koronawirusa, e-receptę, a także sugestię bezpośredniej wizyty w przychodni lub kontaktu z pogotowiem ratunkowym (jeśli stan zdrowia pacjenta będzie tego wymagał).

Nowa poradnia stomatologiczna dla dzieci i dorosłych z niepełnosprawnościami w Warszawie

Źródło: Urząd Miasta Stołecznego Warszawa, autor: Marzena Wojewódzka

W Warszawskim Szpitalu dla Dzieci działa poradnia stomatologiczna dla osób z niepełnosprawnościami

W Warszawskim Szpitalu dla Dzieci działa poradnia stomatologiczna dla pacjentów z niepełnosprawnościami, gdzie zabiegi są przeprowadzane w znieczuleniu ogólnym. To jedna z nielicznych tego typu lecznic na terenie Mazowsza. Na konsultacje można się umawiać bez skierowania lekarskiego.

– Bardzo się cieszę, że mimo pandemii rozwijamy zakres opieki medycznej w miejskich podmiotach leczniczych w Warszawie. Nowa poradnia stomatologiczna wykonuje zabiegi stomatologiczne w znieczuleniu ogólnym co zapewnia bezstresowe i kompleksowe leczenie pacjentów. Przekazaliśmy 200 tys. zł na zakup wyposażenia placówki, która od kwietnia

działa w Warszawskim Szpitalu dla Dzieci. Dzięki tym środkom miejski szpital kupił do poradni unit stomatologiczny wraz z aparatem RTG do wykonywania zdjęć pojedynczych zębów – informuje Renata Kaznowska, zastępca prezydenta m.st. Warszawy.

Poradnia zapewnia leczenie stomatologiczne w znieczuleniu ogólnym dla:

- dzieci i młodzieży do 16. r. życia – z orzeczeniem o niepełnosprawności;
- osób pomiędzy 16. a 18. r. życia – z orzeczeniem o niepełnosprawności w stopniu umiarkowanym i znacznym;
- osób powyżej 18. r. życia – z orzeczeniem o niepełnosprawności w stopniu umiarkowanym i znacznym, jeżeli wynika to ze wskazań medycznych.

Leczenie odbywa się dwuetapowo: w ramach pierwszej konsultacji medycznej specjaliści z zakresu stomatologii i anestezjologii przeprowadzają z pacjentami szczegółowy wywiad lekarski, m.in. uzgadniając zakres terapii oraz wydając kwalifikacje na zabieg. W ramach kolejnej wizyty zespół medyczny przystępuje do leczenia.

– Poradnia dba o najwyższe standardy bezpieczeństwa - przez cały czas trwania zabiegu, nad stanem pacjenta czuwa profesjonalny zespół medyczny złożony z lekarzy stomatologa i anestezjologa, asystenta stomatologicznego oraz wykwalifikowanej pielęgniarki anestezjologicznej. Po zakończonym zabiegu pacjent pozostaje pod obserwacją specjalisty anestezjologa - mówi Izabela Marcewicz-Jendrysik, dyrektor Warszawskiego Szpitala dla Dzieci.

Wizyty w poradni są bezpłatne dla pacjentów – finansuje je Narodowy Fundusz Zdrowia. Umówienie konsultacji nie wymaga skierowania lekarskiego. Wizyty można umawiać telefonicznie pod numerem: 512 701 702.

Poradnia mieści się w budynku A w kompleksie Warszawskiego Szpitala dla Dzieci przy ul. Mikołaja Kopernika 43.

Ogrzewane pomieszczenia a sucha skóra

Autor: Anna Dąbrowska, źródło: „Sześciopunkt”

Każdego roku po kilku miesiącach spędzonych w ogrzewanych pomieszczeniach skóra staje się sucha. Szczególnie jest to widoczne na bocznych partiach twarzy (policzki) oraz na całych plecach. Często podczas snu odczuwa się swędzenie, zwłaszcza na plecach. Skóra wydaje się być cieńsza, miejscami przypomina pergamin. Próbowałam różnych kosmetyków, także aptecznych, jednak najlepszy efekt przyniósł mojej skórze olej kokosowy.

Tłuszcz ten otrzymywany jest poprzez tłoczenie i rozgrzewanie kory – twardego miąższu orzechów palmy kokosowej. Spotykany jest jako rafinat, odkwaszony i wybielony. Zawiera kwas laurynowy.

Słój z olejem stoi u mnie w łazience i po wzięciu prysznic na lekko rozgrzane ciało nakładam niewielką ilość twardego oleju, który pod wpływem ciepłoty ciała natychmiast się rozpuszcza i wchłania. Jest przyjemny w dotyku, bezzapachowy. Daje szybki efekt już po kilku użyciach.

Najlepiej po natłuszczeniu ciała założyć bawełniany szlafrok lub owinąć się ręcznikiem, by nadmiar oleju wsiąkł w niego.

Olej kokosowy jest tani i bardzo wydajny. Ja kupiłam słój 500 ml za ok. 10 zł.

Polecam także domowy, bardzo prosty peeling na bazie oleju kokosowego.

Składniki: 5 łyżek oleju kokosowego, 0,5 szklanki cukru, łyżka soku z cytryny, łyżka miodu. Składniki dokładnie mieszamy na gładką masę, dla wzmocnienia zapachu można dodać olejek eteryczny, np. cytrynowy. Peeling stosujemy po kąpieli i trzymamy w lodówce, trwałość ok. 2 tygodni. Olej kokosowy intensywnie nawilża, natłuszcza i regeneruje skórę.

Cytryna natomiast tonizuje i delikatnie poprawia koloryt skóry. Warto nieco dłużej wmasowywać w dłonie.

Polecam gorąco ten tani, a jakże skuteczny naturalny kosmetyk!

Miękkie soczewki kontaktowe będą badać oczy

Źródło: BIP PZN, PAP

Nowy rodzaj soczewek kontaktowych, które mają monitorować zdrowie oczu, ma być wkrótce gotowy do testów klinicznych. Dzięki wynalazkowi będzie można diagnozować i wcześniej wykrywać różne choroby oczu, np. jaskrę.

Zespół z Purdue University na łamach pisma „Nature Communications” zaprezentował miękką medyczną soczewkę kontaktową, którą zamierza wkrótce skomercjalizować.

Wynalazek został już opatentowany. – Technologia ta przyniesie wiele korzyści w dziedzinie bezbolesnej diagnostyki lub wczesnego wykrywania wielu chorób oczu, w tym jaskry – mówi prof. Chi Hwan Le, twórca soczewki. – Od pierwszej koncepcyjnej wizji autorstwa Leonarda da Vinci istnieje duże zapotrzebowanie na kontaktowe soczewki działające jako noszone na oczach medyczne platformy – wyjaśnia badacz.

Nowa technologia polega na łączeniu niezwykle cienkich rozciągliwych czujników z soczewkami kontaktowymi. Jak tłumaczą naukowcy, wcześniej nie udało się stworzyć tego typu elastycznych soczewek, ponieważ konieczne było stosowanie sztywnych elementów elektronicznych. Umieszczone na powierzchni rogówki czujniki mogą przy tym mierzyć aktywność siatkówki bez stosowania znieczulenia niezbędnego do przeprowadzenia tradycyjnego badania nawet w warunkach klinicznych. – Technologia ta pozwoli lekarzom i naukowcom na lepsze zrozumienie naturalnej aktywności siatkówki ze zwiększoną dokładnością, niezawodnością i komfortem użytkownika – podkreśla prof. Pete Kollbaum z Indiana University, gdzie mają być przeprowadzone badania kliniczne.

Więcej informacji na stronach: https://sciencesources.eurekalert.org/pub_releases/2021-03/pu-scl030921.php oraz <https://www.nature.com/articles/s41467-021-21916-8>.

Sensoplastyka

Autor: Marta Janeczko-Czekirda, pedagog specjalny, rehabilitant wzroku słabowidzących, instruktor orientacji przestrzennej, źródło: „Nasze Dzieci” 2021

Jednym z najważniejszych zmysłów w życiu człowieka jest wzrok, gdyż dzięki niemu zdobywamy około 80-82% wiedzy o świecie, który nas otacza (Odowska-Szlachcic, Mierzejewska, 2013; Majewski, 2002). Prawidłowy rozwój każdego dziecka we wszystkich sferach jego funkcjonowania możliwy jest dzięki właściwemu przebiegowi rozwoju umiejętności widzenia. Aby wspomniany proces nie został zakłócony, powinny wystąpić trzy niezwykle istotne czynniki:

- istnienie obiektów wzrokowych,
- dostęp do właściwego oświetlenia,
- odpowiednio zbudowany oraz działający układ wzrokowy (Walkiewicz-Krutak, 2009).

Wzrok jest zmysłem, który odgrywa ważną rolę w życiu oraz funkcjonowaniu dzieci, gdyż pozwala on poznać i zrozumieć otaczający je świat oraz występujące w nim zjawiska. Jego niezwykle znaczenie podkreśla Z. Sękowska, która podaje, iż wzrok umożliwia nam

zdobywanie wiedzy, opanowanie umiejętności orientacji w przestrzeni, bezpieczne i samodzielne poruszanie się, wykonywanie czynności samoobsługowych, wyrażanie emocji, porozumiewanie się, bycie aktywnym w życiu społecznym (Sękowska, 2001).

Udział poszczególnych zmysłów w poznawaniu rzeczywistości jest następujący: wzrok 82 %, słuch 11 %, węch 3,5 %, dotyk 1,5 %, smak 1%, inne 1% (opracowanie własne na podstawie literatury T. Majewski, 2002). Wśród dzieci z dysfunkcją wzroku możemy wyróżnić dwie podstawowe grupy – dzieci niewidome i słabowidzące. Ich poznawanie świata za pomocą wzroku jest znacznie utrudnione. Stąd ważne jest, aby w codziennej pracy z nimi w odpowiedni sposób dobierać metody, formy i środki. Osłabione funkcjonowanie w obrębie wspomnianego zmysłu stwarza konieczność stosowania rozwiązań angażujących pozostałe zmysły. Najbardziej uniwersalne wydają się w tym przypadku metody polisensoryczne oparte na aktywności własnej. Dzieci poznając otaczający je świat, starają się go zrozumieć na swój sposób. Doświadczenia, które zdobywają za pomocą zmysłów, stają się fundamentem ich dalszego rozwoju. W okresie przedszkolnym podstawową aktywnością jest zabawa, którą można uznać za główny czynnik poszerzania wiedzy o świecie oraz nabywania umiejętności i doświadczeń.

Jedną z bardzo wartościowych i uniwersalnych metod, która w znacznym stopniu przyczynia się do wszechstronnego rozwoju dzieci, jest sensoplastyka®. Zgodnie z definicją podawaną przez jej twórczynię sensoplastyka® to „metoda wspierania rozwoju poprzez działania z zakresu stymulacji sensorycznej (w oparciu o edukację plastyczną) z elementami coachingu” (Stefańska, 2014). Jest to metoda polisensoryczna, która wpływa na rozwój wszystkich naszych zmysłów: dotyku, węchu, smaku, wzroku i słuchu. Ze względu na możliwość dostarczenia uczestnikom zajęć wielozmysłowych wrażeń warto wykorzystywać ją w codziennej pracy z dziećmi z dysfunkcją wzroku.

Głównym celem sensoplastyki® jest wpieranie szeroko rozumianego rozwoju. Zajęcia te w znacznym stopniu przyczyniają się do usprawnienia funkcjonowania dzieci w sferze sensomotorycznej, poznawczej i społeczno-emocjonalnej oraz oddziałują na rozwój twórczego myślenia, kreatywności i aktywności własnej. Metoda sensoplastyki® oparta jest na kilku ważnych zasadach. Jej podstawą jest wykorzystywanie podczas zajęć jedynie produktów spożywczych (np. mąki, oleju, wody, ziaren, nasion, warzyw, owoców, mleka, przypraw). Są one bazą do samodzielnego tworzenia materiałów sensorycznych i plastycznych (np. bezpiecznych mas sensorycznych i farb). Stosowanie naturalnych i uniwersalnych materiałów ma wiele zalet. Główną z nich jest zapewnienie uczestnikom zajęć poczucia bezpieczeństwa. Produkty spożywcze, które na co dzień stosowane są w kuchni, pozwalają na podejmowanie przez dzieci aktywności własnej przy jednoczesnym zachowaniu wszelkich zasad bezpieczeństwa. Mogą one samodzielnie eksperymentować i wpływać na konsystencję czy fakturę powstałych „mikstur”. Dzięki temu uczą się, że mają wpływ na efekt końcowy oraz poznają zależność pomiędzy przyczyną a skutkiem. Samodzielnie dostosowują materiał sensoryczny do swoich potrzeb, możliwości i preferencji, co jest niezwykle ważne w kontekście rozmaitych nadwrażliwości występujących u dzieci (np. dotykowych, węchowych, słuchowych).

Niezwykle istotne w metodzie sensoplastyki® jest także odpowiednie zaaranżowanie przestrzeni. Musimy stworzyć dzieciom warunki do samodzielnego działania. Doskonale sprzyja temu otwarta przestrzeń (np. podłoga lub ziemia, która dodatkowo może być przykryta plandeką czy folią). Dzięki temu mamy wystarczająco dużo miejsca, ale jednocześnie działania dzieci odbywają się na ściśle określonym obszarze. Warto dodać, że zajęcia nie powinny być prowadzone przy stolikach, które znacznie ograniczają powierzchnię

do twórczego działania. Wykorzystanie otwartej przestrzeni pozwala na dokonywanie przez dziecko wyborów dotyczących odpowiedniej dla niego pozycji. Taka otwarta przestrzeń umożliwia dodatkowo swobodne przemieszczanie się. Jest to niezwykle ważne w budowaniu umiejętności orientacji przestrzennej. Warto jednak zadbać o odpowiednie uporządkowanie miejsca i przygotowanych materiałów. W tym celu można wykorzystać miski, kuwety, plastikowe kubki czy talerze.

Metoda sensoplastyki® opiera się na założeniu, że dzieci potrzebują czasu, aby móc swobodnie poznawać otaczający świat, zdobywać nowe doświadczenia i eksperymentować. Dzięki temu, że nie pospieszamy ich, mogą one poświęcić tyle czasu, ile potrzebują na poznanie każdego z produktów wykorzystywanych na zajęciach. Dorosły sam podejmuje aktywność z wykorzystaniem dostępnego materiału, czeka, aż dziecko ją zauważy i zacznie podobne działanie z własnej woli. Nie jest wskazane namawianie czy pośpieszanie. Dziecko poznaje we właściwy i dostępny dla siebie sposób (np. dotyka, wącha). Stąd niezwykle ważne jest to, aby prowadzący zajęcia nie wydawał poleceń. Zamiast nich powinien stawiać pytania, które pobudzą do aktywności i działania (np. kiedy dziecko mówi: „ta masa się nie klei”, dorosły odpowiada: „co można zrobić, aby się kleiła?”, „co dodasz, aby się kleiła?”. Nie należy również podawać gotowych rozwiązań. Warto podkreślić, że podczas zajęć dzieci muszą się brudzić. Nie powinniśmy stosować żadnej specjalnej odzieży ochronnej, jak fartuch czy kombinezon. Dziecko powinno być w zwyczajnym ubraniu, które bez obaw można ubrudzić. Ważne jest, aby dzieci miały możliwość spontanicznego działania i wyzwolenia swojego potencjału twórczego. Brak ograniczeń obszaru, w którym dziecko może poznawać, pozwala na wielozmysłowe doświadczenie świata. Niezwykle istotny jest także aspekt emocjonalny tego typu zajęć.

Wykorzystanie sensoplastyki® niesie wiele korzyści dla dzieci z dysfunkcją wzroku w wieku przedszkolnym. Przede wszystkim metoda ta opiera się na podstawowej aktywności maluchów, czyli zabawie. Przy odpowiednim dostosowaniu do potrzeb i możliwości wzrokowych dzieci, zajęcia te pozwalają na wspieranie szeroko rozumianego rozwoju we wszystkich jego obszarach. Planując zajęcia z dziećmi mającymi trudności w obrębie zmysłu wzroku, warto pamiętać o czynnikach wpływających na ich funkcjonowanie. Czynniki te można podzielić na:

- fizjologiczne (ostrość wzroku, pole widzenia, ruchomość gałek ocznych, funkcjonowanie pól mózgowych związanych z umiejętnościami wzrokowymi, odbiór wrażeń wzrokowych związanych ze światłem i barwą);
- zewnętrzne (oświetlenie, czas, kontrast, przestrzeń, barwa);
- oraz indywidualne wyposażenie i predyspozycje (rozwój umiejętności poznawczych, integracja sensoryczna, funkcjonowanie pozostałych zmysłów, percepcja, cechy fizyczne i psychiczne) (Corn, 1991).

Największy wpływ podczas planowania zajęć mamy na czynniki zewnętrzne.

Materiały wykorzystywane podczas sensoplastyki® z dziećmi niewidomymi i słabowidzącymi powinny być dobrane w taki sposób, aby oddziaływały na wszystkie zmysły. Niezwykle istotne jest zapewnienie kontrastu kolorystycznego pomiędzy produktami a podłożem. Warto wykorzystać czarną plandekę lub folię, na której dzieci mogą swobodnie manipulować materiałami o nasyconych i żywych kolorach. Do eksperymentowania można używać naczyń i pojemników o wyrazistej barwie, aby ułatwić dzieciom ich odnalezienie. Powinny być dostępne wzrokowo, dopasowane do potrzeb i możliwości dzieci. Wspomniane materiały muszą być atrakcyjne również pod względem dotykowym. Każde dziecko może mieć inne preferencje w tym zakresie. Stąd niezwykle ważne jest zapewnienie różnych faktur i ziarnistości oraz

materiałów, które dzieci poprzez własną aktywność badawczą będą mogły zmieniać w zależności od swoich potrzeb. Niektóre z nich będą próbować i wahać poszczególne produkty. Warto o tym pamiętać podczas przygotowywania materiałów. Nie powinny one mieć drażniącego czy ostrego smaku i zapachu. Lepiej wybierać takie, które wzbudzą w dzieciach ciekawość i będą je zachęcały do swobodnej eksploracji. Dodatkowo można zadbać o aspekt słuchowy wykorzystywanych materiałów. Ciekawe są wszelkie produkty, które grzechoczą, szeleszczą, trzeszczą.

Materiały wykorzystywane podczas zajęć sensoplastyki z dziećmi z dysfunkcją wzroku

WZROK

- materiały spożywcze o wyraźnych kolorach (np. użycie barwników spożywczych do barwienia ryżu, makaronu, mas plastycznych)
- pojemniki o wyraźnych i nasyconych kolorach (np. kubki i łyżki, które nie są przezroczyste)
- podłoże i materiały sensoryczne dobrane na zasadzie kontrastu (np. czarna plandeka i materiały w kolorze białym, żółtym)
- materiały sensoryczne o odpowiedniej wielkości (np. większy makaron, ziarna)
- podświetlone materiały półprzezroczyste (np. galaretki)

DOTYK

- różnorodne faktury (np. dodanie ziaren i pestek do mas sensorycznych)
- zróżnicowana twardość materiałów (np. miękkie gotowane warzywa, twarde nieugotowane makaron)
- odmienna konsystencja mas (np. rzadka masa, gęsta masa, płyn, kisiel, galaretki)
- różna temperatura materiałów (np. lód, mrożone warzywa, zimna galaretki, gotowany ciepły makaron)
- zróżnicowana ziarnistość produktów

SMAK

- produkty słodkie (np. cukier, owoce, sok, czekolada, rodzyunki, daktyle)
- produkty słone (np. sól, krakersy, paluszki)
- produkty kwaśne (np. cytryna, sok z cytryny)
- produkty gorzkie (np. grejpfrut, gorzka czekolada)

WĘCH

- aromaty do ciast (np. cytrynowy, waniliowy)
- przyprawy (np. cynamon, goździki)
- produkty spożywcze (np. kakao, kawa, suszone owoce, wiórki kokosowe)

SŁUCH

- materiały grzechoczące w pojemnikach (np. nasiona i pestki)
- produkty o zróżnicowanej wielkości, które wydają dźwięk podczas przesypywania (np. ziarenka maku, ryż, ciecierzycy, soczewica, surowe i ugotowane ziarna)
- płyny wydające dźwięk podczas przelewania (np. woda, sok)
- materiały wydające dźwięk podczas łamania (np. paluszki, chrupki kukurydziane, płatki kukurydziane)

Sfera motoryczna związana jest z możliwością ruchu i przemieszczania się. Jak podaje E. Łobacz-Kloosterman (2014), „możliwość niezależnego, samodzielnego, bezpiecznego i celowego poruszania się w otoczeniu odgrywa ważną rolę w życiu człowieka”. Opanowanie tej umiejętności nie jest jednak możliwe bez ukształtowania prawidłowej orientacji w przestrzeni. Składa się na nią między innymi znajomość najbliższego otoczenia, rozumienie zachodzących w nim stosunków i swojego położenia. Dla osiągnięcia poczucia

bezpieczeństwa i samodzielności w poruszaniu się niezwykle istotny jest odpowiedni rozwój w sferze motorycznej, sensorycznej i poznawczej. Do najistotniejszych korzyści płynących z uczestnictwa w tego typu zajęciach w sferze sensomotorycznej możemy zaliczyć przede wszystkim:

- doskonalenie sprawności manualnej oraz koordynacji wzrokowo-ruchowej i wzrokowo-słuchowej,
- stymulowanie i pobudzanie zmysłu dotyku poprzez dostarczanie różnego rodzaju wrażeń,
- regulowanie napięcia mięśniowego,
- rozwijanie umiejętności dostosowania siły nacisku do podjętej aktywności,
- podejmowanie prób przewyciężenia obronności dotykowej (np. oswajanie z materiałem szorstkim, wilgotnym, zimnym),
- nabywanie i doskonalenie umiejętności związanych z orientacją przestrzenną i bezpiecznym samodzielnym poruszaniem się (np. rozumienie relacji przestrzennych, pojęć z nimi związanych).

Poprzez zajęcia sensoplastyki® w znacznej mierze wspieramy u dzieci z dysfunkcją wzroku ich umiejętność budowania świadomości własnego ciała oraz przestrzeni. Są to czynniki, które odgrywają ogromną rolę w prawidłowej orientacji w przestrzeni i bezpiecznym samodzielnym poruszaniu się. Podczas zajęć dzieci przemieszczają się i zmieniają swoją pozycję. Dzięki temu stają się coraz sprawniejsze ruchowo. Mają okazję poczuć swoje ciało i poznać jego możliwości. Doświadczają różnorodnych faktur i konsystencji. W czasie zabawy dzieci uczą się, jak w prawidłowy sposób rozumieć pojęcia odnoszące się do relacji przestrzennych, które zachodzą pomiędzy nimi a przedmiotami lub pomiędzy samymi przedmiotami. Doskonają także umiejętność używania pojęć związanych z orientacją w przestrzeni. Ma to bardzo duże znaczenie zarówno dla rozwoju motoryki dużej, jak również opanowania umiejętności poruszania się. Dzieci, które dobrze rozumieją pojęcia przestrzenne w różnym kontekście, znacznie lepiej radzą sobie z bezpiecznym i samodzielnym przemieszczaniem się w otoczeniu.

Motoryka mała oraz koordynacja wzrokowo-ruchowa są sferami, które u dzieci z dysfunkcją wzroku wymagają ciągłego usprawniania i wspierania, gdyż u większości z nich funkcjonowanie w tych obszarach jest zaburzone. Dobrym rozwiązaniem jest wykorzystanie sensoplastyki®, która w znacznym stopniu usprawnia motorykę małą oraz przyczynia się do poprawy koordynacji wzrokowo-ruchowej u dzieci słabowidzących. Atrakcyjność użytych materiałów (np. ich kolor, struktura) sprawia, że czynności z ich wykorzystaniem coraz częściej wykonywane są pod kontrolą wzrokową. Dzieci mają okazję prowadzić obserwacje i zauważać zachodzące zmiany. Widzą, jak materiał suchy i sypki zmienia się w mokry i kleisty, a następnie w miękki i stały. Poznają właściwości tych materiałów oraz doskonają swoje zdolności manualne.

Warto podkreślić, iż poprzez dostarczanie różnego rodzaju wrażeń sensorycznych podczas zajęć stymulowany jest również zmysł dotyku. Produkty spożywcze dostarczają im wiele różnorodnych doświadczeń w tym obszarze (np. temperatura, faktura, konsystencja, wilgotność). Podczas aktywności własnej może pojawić się u dzieci obronność dotykowa w stosunku do niektórych produktów. Maluchy mogą negatywnie reagować na pewne materiały, ich właściwości. W tym przypadku niezwykle istotne jest stopniowe oswajanie dzieci z tymi produktami i pozwolenie im na samodzielne dokonywanie wyborów, aby nikt nie czuł się zmuszany do podejmowania aktywności. Gotowość do poznania danego materiału powinno zgłaszać samo dziecko. W czasie zajęć maluchy mogą szlifować bardzo ważną sprawność, jaką jest dostosowanie siły nacisku do wykonywanej czynności. Dzieci uczą się, iż zbyt mocny nacisk może spowodować zniszczenie. Tym samym doskonają umiejętność

rozumienia zależności pomiędzy przyczyną a skutkiem.

Udział w sensoplastyce® w znacznym stopniu pobudza zmysł dotyku. „Poprzez aktywność dotykową dziecko ćwiczy palce, ruchy dłoni, nadgarstki, stawy, ramiona, uczy się poznawać przedmioty. Zmysł dotyku jest źródłem odczucia nacisku, bólu, ciepła i zimna” (Grzyb, 1998, s. 60). Dzięki temu dziecko nabywa pewnych zachowań, kształtuje w sobie postawy i umiejętności, co jest bardzo ważne dla jego rozwoju poznawczego. Zdobywanie wiedzy o świecie odbywa się na dwóch poziomach – umysłowym i zmysłowym. Warto w tym miejscu wspomnieć o tym, że dzieci z dysfunkcją wzroku poznają otaczający je świat głównie dzięki dotykowi, który wspomagany jest pozostałymi zmysłami. Proces ten wymaga bezpośredniego kontaktu malucha z danym zjawiskiem lub przedmiotem. Dzieci z problemami wzrokowymi potrzebują o wiele większej ilości doświadczeń związanych z dotykiem, a także manipulacją przedmiotami o różnej fakturze i powierzchni (Łobacz-Kloosterman, 2014).

Ze względu na to, że główną rolę w poznawaniu świata przez dzieci ze znacznymi problemami wzrokowymi odgrywa dotyk, należy usprawniać i rozwijać go za pomocą różnego rodzaju działań opartych na swobodnej aktywności twórczej. Bazuje na niej metoda sensoplastyki®, która dostarcza maluchom wiele radości i doświadczeń. Metoda ta wpływa na rozwój dzieci w obszarze poznawczym. Do najważniejszych korzyści w tym zakresie zaliczyć możemy:

- rozwój wyobraźni, kreatywności i twórczego myślenia,
- wsparcie rozwoju poszczególnych zmysłów,
- poszerzenie wiedzy o otaczającym świecie poprzez odbiór różnego rodzaju wrażeń,
- poznanie świata oraz zjawisk w nim zachodzących poprzez obserwację, samodzielne odkrywanie i przeżywanie,
- doskonalenie umiejętności myślenia przyczynowo-skutkowego,
- poszerzanie zakresu słownictwa,
- lepsze rozumienie pojęć przestrzennych,
- nabywanie umiejętności w zakresie planowania przestrzennego,
- wydłużenie czasu skupienia i koncentracji uwagi na wykonywanej czynności,
- rozwijanie umiejętności rozumienia polecenia i przełożenia go na działanie,
- doskonalenie koordynacji wzrokowo-ruchowej i percepcji wzrokowej,
- zwiększenie samodzielności.

W codziennym funkcjonowaniu dzieci w wieku przedszkolnym niezwykle ważną rolę odgrywają ich uczucia i emocje. M. Witkowska podkreśla, iż „emocje dzieci niewidomych i słabowidzących wymagają szczególnej uwagi. Łatwo je wzbudzić. Właściwie każdy napływający bodziec może być scharakteryzowany jako wyzwalacz emocji lub – co częściej pasuje do zachowań dzieci niewidomych – stanów emocjonalnych (2014). Natomiast T. Majewski podkreśla, że u dzieci z problemami wzrokowymi w większości dominują emocje negatywne, które związane są przede wszystkim z trudnymi sytuacjami, których doświadczają oraz brakiem zaspokojenia ich podstawowych potrzeb (2002). Podczas sensoplastyki® wyzwalają się różnego rodzaju emocje, które są niezwykle ważne. Dorosły powinien dostrzegać trudne sytuacje i wspierać dzieci w ich doświadczaniu. Jasno nazywamy emocje i stawiamy granice, aby zajęcia były bezpieczne dla wszystkich. Dzieci uczą się, że emocje mogą być różne, ale żadne z nich nie są złe. Nawet jeśli pojawią się gniew czy strach, są one konsekwencjami podejmowanego działania. Bardzo istotne podczas zajęć jest to, aby pozwolić dzieciom na samodzielne dokonywanie wyborów oraz podejmowanie decyzji. Dzięki temu zbudują one poczucie własnej wartości oraz będą miały poczucie sprawstwa.

Dzieci z dysfunkcją wzroku mogą przejawiać słabszy rozwój w zakresie potrzeb społecznych oraz komunikowania się. Istotnymi elementami, które warunkują prawidłowy rozwój mowy są głównie sprawnie działające układy wzrokowy oraz słuchowy. Za pomocą wzroku dzieci poznają świat oraz przyswajają wiedzę dotyczącą zachowań, wyrazu twarzy, mimiki i języka osób mówiących (Miler-Zdanowska, 2014). Wszelkie działania podejmowane przez dzieci podczas zajęć w znacznym stopniu przyczyniają się do poszerzenia ich słownika pojęciowego. Odbywa się to przede wszystkim w sposób polisensoryczny poprzez odbiór bodźców zmysłowych. Sensoplastyka® korzystnie wpływa na rozwój sfery emocjonalnej i społecznej dzieci z dysfunkcją wzroku w wieku przedszkolnym. Dzięki uczestnictwu w tego typu aktywności nasi podopieczni:

- kształtują swoją odporność emocjonalną,
- uczą się rozładowywać napięcie emocjonalne w sposób bezpieczny i akceptowany społecznie,
- doświadczają poczucia sprawstwa i możliwości dokonywania samodzielnych wyborów,
- budują poczucie własnej wartości i zwiększają wiarę we własne możliwości,
- doświadczają odprężenia i wyciszenia,
- mają możliwość dzielenia się z innymi przeżywanymi w danym momencie emocjami,
- uczą się nazywać przeżywane uczucia i emocje,
- doświadczają sukcesów i porażek,
- nabywają umiejętność właściwego zachowania się w sytuacjach społecznych,
- uczą się cierpliwości oraz szacunku do siebie i innych,
- doskonałą zgodną współpracę z innymi w sytuacjach zadaniowych.

Sensoplastyka® to metoda, która w znacznym stopniu przyczynia się do wszechstronnego rozwoju dzieci z niepełnosprawnością wzrokową w wieku przedszkolnym. Warto wspomnieć, iż ma ona charakter arteterapeutyczny. Zajęcia mają formę zabawy, która bazuje na wrodzonej potrzebie tworzenia. Ze względu na wykorzystanie naturalnych i bezpiecznych produktów spożywczych są one atrakcyjne dla dzieci. Ogromną zaletą omawianej metody jest również dostarczenie uczestnikom zajęć wrażeń wielozmysłowych. Dzięki nim możliwe jest lepsze poznanie otaczającego świata i zachodzących w nim zjawisk. Korzystny wpływ sensoplastyki na rozwój dzieci z dysfunkcją wzroku najbardziej uwidacznia się w obszarze sensomotorycznym, poznawczym oraz społeczno-emocjonalnym. Ze względu na swoją atrakcyjność, prostotę oraz uniwersalność metodę tę można wykorzystywać w codziennej pracy edukacyjnej i terapeutycznej dzieci z niepełnosprawnością wzrokową w wieku przedszkolnym.

Bibliografia dostępna w Redakcji

Uczeń słabowidzący w szkole ogólnodostępnej –

Autor: Paulina Kalka, źródło: „Nasze dzieci”

Paulina Kalka, psycholog, tyflopadałog, terapeuta integracji sensorycznej, Zespól Poradni Psychologiczno-Pedagogicznych nr 2 w Poznaniu

W dobie postępu medycyny ratującej zdrowie i życie, rozwoju specjalistycznej rehabilitacji, a także nurtu edukacji włączającej, umożliwiającego rodzicom wybór formy i miejsca kształcenia dziecka z niepełnosprawnością, uczniowie słabowidzący stanowią coraz bardziej liczną grupę w społeczności szkół ogólnodostępnych i integracyjnych.

Dzięki wczesnemu wspomaganie rozwoju, w tym prowadzonej rehabilitacji, rewalidacji oraz stymulacji, wiele dzieci z niepełnosprawnością wzrokową ma szansę prowadzić życie porównywalne do pełnosprawnych rówieśników w swoim najbliższym środowisku. Fakt ten generuje pilną i nieustającą potrzebę poszerzania wiedzy przez kadrę szkolną w celu zrozumienia specyfiki funkcjonowania oraz możliwości wsparcia ucznia z niepełnosprawnością, niezależnie od posiadania specjalistycznych kwalifikacji w tym obszarze.

Dzieci bez istotnych problemów okulistycznych zwykle nie potrzebują specjalnych środków, by rozwijać umiejętności widzenia i wykorzystywać je do spontanicznego uczenia się. Potrzeby takie występują u dzieci słabowidzących – zarówno tych z samą niepełnosprawnością wzrokową spowodowaną poważnymi wadami i schorzeniami okulistycznymi, jak i u tych ze sprzężoną niepełnosprawnością lub dysfunkcją ośrodkowego układu nerwowego (np. w wyniku choroby genetycznej, urazu) obejmującą także uszkodzenie struktur lub funkcji odpowiedzialnych za proces widzenia.

W 1980 roku na potrzeby kształcenia sformułowano następującą definicję osoby słabowidzącej:

„Jest to osoba, która ma poważne zaburzenie wzroku pomimo korekcji, ale która może poprawić funkcjonowanie wzrokowe przez wykorzystywanie pomocy optycznych, pomocy nieoptycznych, dostosowanie otoczenia i/ lub używanie technik związanych z poruszaniem się w otoczeniu” (Corn 1980).

Wobec powyższej definicji wspieranie osoby słabowidzącej polegać powinno na tworzeniu warunków poprawiających funkcjonowanie wzrokowe tej osoby.

Gdy uczeń z dysfunkcją narządu wzroku rozpoczyna naukę w szkole, główną rolą nauczycieli jest więc stworzenie mu warunków edukacji umożliwiających zdobywanie wiedzy zgodnej z programem nauczania pomimo niepełnosprawności dziecka i problemów rozwojowych z niej wynikających. Zadanie pedagogów wydaje się zatem trudniejsze z uwagi na fakt istnienia określonych wymagań edukacyjnych oraz konieczność oceny stopnia ich realizacji, warunkujących możliwość kontynuacji nauczania na dalszym etapie.

Zgłębienie tematyki nieprawidłowości rozwojowych utrudniających nabywanie sprawności wzrokowej daje możliwość zindywidualizowania programu nauczania. Idealnie jeśli nauczyciel posiada wiedzę z zakresu tyflopädagogiki lub rehabilitacji wzroku słabowidzących, jednak w Polsce niestety nadal jest to rzadkość.

Chciałabym poprzez niniejsze opracowanie zachęcić pedagogów zainteresowanych tematem do poszukiwania rzetelnych informacji i rozwijania kompetencji w tym obszarze. Brak zrozumienia różnych aspektów funkcjonowania ucznia słabowidzącego powodować może trudności i niedogodności w realizowaniu przez niego programu nauczania. Niezastosowanie adaptacji, modyfikacji i/ lub pomocy skutkować może zaistnieniem sytuacji, w której uczeń będzie funkcjonował w warunkach dla niego niekomfortowych. Utrzymująca się powyższa sytuacja może u młodego człowieka generować myśli, komunikaty, emocje i reakcje, wpływające niekorzystnie na niego samego, a w konsekwencji także na jego otoczenie. Poczucie bezradności, frustracja, smutek, lęk pojawiające się u ucznia w trakcie lub po zajęciach przekraczających jego możliwości percepcyjne, a także często towarzyszące inne problemy psychologiczne będą m.in. rzutować na motywację do nauki, samoocenę naszego

podopiecznego, jakość relacji uczeń – nauczyciel, uczeń – rówieśnicy, uczeń – rodzice oraz na inne ważne obszary.

Pedagog jako osoba planująca, realizująca i monitorująca proces uczenia się przy pomocy wzroku, mając adekwatną wiedzę, posiada możliwość istotnego wpływu na sytuację szkolną ucznia. W niniejszym artykule chciałabym skupić się na osobie dziecka słabowidzącego, które realizuje swoją edukację w szkole ogólnodostępnej lub integracyjnej. Moim celem będzie zaprezentowanie modelu, który umożliwi spojrzenie na osobę słabowidzącą w sposób kompleksowy, nie tylko przez pryzmat niepełnosprawności wzrokowej. Równocześnie model ten w mojej ocenie będzie pomocny we wskazaniu istotnych kierunków oddziaływań wobec ucznia w odniesieniu do wiodącej przyczyny, jakim niepełnosprawność niewątpliwie jest. W określeniu potrzeb ucznia oraz zidentyfikowaniu obszarów wsparcia niezwykle pomocny jest model funkcjonowania wzrokowego osób słabowidzących zaproponowany przez Anne L. Corn. Założeniem tego modelu jest teza, że wszystkie osoby mające kontakt z osobą słabowidzącą powinny rozumieć wpływ licznych zmiennych wewnętrznych i zewnętrznych na posługiwanie się przez nią wzrokiem w życiu codziennym. W artykule chciałabym skupić się na przedstawieniu modelu w kontekście relacji typowo szkolnej nauczyciel – uczeń, pomijając nieco środowisko wsparcia, które stanowić może bliższa i dalsza rodzina, grono specjalistów, lekarzy oraz rówieśników.

Anne L. Corn w swoim modelu wyróżniła trzy wymiary:

1. Możliwości wzrokowe.
2. Wyposażenie i predyspozycje indywidualne.
3. Czynniki zewnętrzne.

Zapoznanie się z nimi oraz uwzględnienie ich w pracy z uczniem słabowidzącym może wpłynąć istotnie na poprawę jego funkcjonowania wzrokowego oraz efektywność uczenia się. Zazwyczaj nauczyciel może znaleźć informacje dotyczące tych trzech wymiarów w dokumencie, jakim jest orzeczenie o potrzebie kształcenia specjalnego. Istotne dane znajdują się w poszczególnych częściach orzeczenia dotyczących diagnozy medycznej, tyflopedagogicznej, psychologiczno-pedagogicznej. Można je uzupełnić także w rozmowie z rodzicem, uczniem lub specjalistą pracującym z dzieckiem oraz poprzez analizę dostarczonej przez rodzica dokumentacji.

Pierwszy z wymiarów dotyczy zdolności wzrokowych ucznia. Obejmuje on wiedzę na temat:

- ostrości widzenia – czy i w jakim stopniu jest ona obniżona w stosunku do normy,
- pola widzenia – czy uczeń posiada pełne pole, czy też jest ono ograniczone, a jeśli tak – w jakim stopniu,
- motoryki oczu – czy jest ona prawidłowa czy zaburzona, np. na skutek zezów, oczopląsu,
- recepcji światła i barwy – czy występują trudności, bądź nieprawidłowości związane z adaptacją wzroku w warunkach pełnego, bądź niepełnego oświetlenia lub percepcją barw,
- funkcji mózgowych – czy występują objawy świadczące o uszkodzeniu ośrodków widzenia zlokalizowanych poza gałką oczną.

Drugi wymiar dotyczy wyposażenia i predyspozycji indywidualnych ucznia słabowidzącego i obejmuje on:

- określenie potencjału poznawczego – czy jest to funkcjonowanie w normie, poniżej lub powyżej przeciętnej dla wieku, czy też niepełnosprawność intelektualna,
- wskazanie, czy funkcje percepcyjno-motoryczne rozwijają się prawidłowo,
- stwierdzenie, czy w funkcjonowaniu młodej osoby obserwuje się deficyty sfery sensomotorycznej, czyli np. nadwrażliwość na bodźce, obniżone funkcjonowanie w sferze organizacji i planowania aktywności, niedojrzałość sfery motorycznej, zakłócenia w rozwoju funkcji związanych z integracją sensoryczną.

Orzeczenie dostarcza ponadto danych na temat poziomu rozwoju głównych umiejętności szkolnych, a także obszarów wiedzy i umiejętności wymagających wsparcia pedagogicznego.

Oprócz powyższego cennym źródłem wiedzy jest obserwacja ucznia w życiu codziennym – zwrócenie uwagi na takie obszary jak: jego gotowość zadaniowa, motywacja, usposobienie, tempo pracy, poziom refleksyjności, umiejętność regulacji emocji i zachowania, zdolność do współpracy, ciekawość poznawcza, poziom funkcjonowania społecznego w kontakcie indywidualnym i w grupie. Na podstawie wniosków z prowadzonej obserwacji można określić cechy fizyczne i psychiczne ucznia. Mają one równie ważne znaczenie dla rozwoju funkcjonowania wzrokowego.

Gromadząc wiedzę o uczniu, wynikającą z analizy dokumentacji oraz obserwacji jego aktywności w różnych sytuacjach szkolnych, nauczyciel, wspierając się wskazówkami zawartymi w orzeczeniu, może (a w pewnych obszarach ma obowiązek) dokonać zmian w warunkach zewnętrznych, tworząc takie, które są optymalne dla funkcjonowania wzrokowego dziecka.

W swoim modelu A. Corn określiła trzeci istotny wymiar – czynniki zewnętrzne, które nauczyciel powinien wziąć pod uwagę, planując pracę z uczniem słabowidzącym. Są to:

- barwa,
- kontrast,
- czas,
- przestrzeń,
- oświetlenie.

Zadaniem nauczyciela w tym wymiarze będzie kierowanie się wskazówkami specjalistów na temat możliwych skutków uszkodzenia wzroku występujących u ucznia i potencjalnych obszarów do zastosowania modyfikacji. Każdy z czynników zewnętrznych określonych w modelu obejmuje spektrum możliwości, które dobiera się z uwzględnieniem stanu wzroku, poziomu rozwoju funkcji percepcyjnych oraz indywidualnych cech psychofizycznych dziecka.

Wymienione niżej przykłady odnoszące się do poszczególnych czynników być może pozwolą przybliżyć ten obszar pracy z uczniem.

Barwa oznaczać będzie wizualne modyfikacje z użyciem koloru ułatwiające orientację

w przestrzeni bliższej i dalszej, np. oznakowanie krawędzi schodów żółtą taśmą lub farbą umożliwi uczniowi dostrzeżenie nierówności podłoża, zaznaczenie ważnych danych w tekście żółtym zakreślaczem poprawi kontrast i ułatwi skupienie się na istotnych informacjach, użycie kolorowych przyborów szkolnych pomoże w odnalezieniu ich na biurku lub w plecaku. Nasycenie barwy w materiałach edukacyjnych może mieć bardzo duże znaczenie dla procesu widzenia.

Zmiany w kontraście (zwiększenie lub zmniejszenie) wpłyną na poprawę odbioru informacji wzrokowej. Jednolite tło dobrze skonstrastowane z prezentowanym obiektem może sprawić, że uczeń zauważy coś, czego w innych warunkach nie dostrzega.

Kontrast tła i tekstu ułatwiać będzie proces czytania.

Zapewnienie odpowiedniej ilości czasu na analizę danych, zwłaszcza złożonych graficznie obrazów, pozwoli na wykonanie zadania w sposób prawidłowy oraz przyczyni się do poczucia sukcesu ucznia. Tempo ekspozycji dostosowane do możliwości dziecka również ma znaczenie dla przyswojenia treści przedstawionych wizualnie. Ponadto dla niektórych uczniów bardzo istotne znaczenie będzie miała częstotliwość kontaktu z obiektem wizualnym, umożliwiającą lepsze poznanie i zapamiętanie go.

Dostosowanie przestrzeni do potrzeb osoby słabowidzącej ułatwi jej rozwijanie samodzielności i zaradności w sytuacjach życia codziennego. Wielkość, liczba obiektów, układ i relacje między nimi, odległość – wszystkie te elementy stanowią pole do pracy z uczniem słabowidzącym. Te zmienne można realizować np. poprzez odpowiednie usytuowanie ławki w klasie, użycie konkretnych pomocy – np. pulpitu, który zmienia odległość tekstu od oczu, inne rozmieszczenie obiektów w przestrzeni – wszystkie te elementy mogą okazać się pomocne w usprawnianiu aktywności wzrokowej ucznia.

Dobór adekwatnego oświetlenia do stanu wzroku, np. poprzez możliwość regulacji rolet okiennych, zapewnienie dodatkowego lub zmniejszenie nadmiernego źródła światła itp. również wpłynie korzystnie na kondycję psychofizyczną oraz poprawę funkcjonowania wzrokowego. Ważne jest także zwrócenie uwagi na rolę odbłasków (odbicia światła od obiektów) w funkcjonowaniu wzrokowym. Mogą one wpływać niekorzystnie na proces widzenia i wówczas potrzebne będzie ograniczenie ich oddziaływania na osobę słabowidzącą, natomiast w przypadku niektórych dzieci z uszkodzeniem widzenia o podłożu mózgowym mocne światła oraz odbłaski mogą działać korzystnie, uaktywniając proces przetwarzania informacji wzrokowej. Aby wywołać, utrzymać lub zmaksymalizować funkcjonowanie wzrokowe ucznia słabowidzącego, każdy ze składników wszystkich trzech wymiarów powinien być obecny w minimalnej ilości potrzebnej do sprostania wymogom wzrokowym dla danej czynności. Istotne jest zrozumienie faktu, że zmiany w jednym obszarze mogą wpływać na rozwój lub zmianę innych składników lub wymiarów. Na przykład zmiana rozmiaru lub koloru tła czy czcionki może wpłynąć na skrócenie czasu potrzebnego do przeczytania tekstu, a co za tym idzie – wzrostu poczucia własnej kompetencji i w konsekwencji – poprawy poczucia własnej wartości ucznia. Podobnie większa wytrzymałość psychiczna może oddziaływać na wytrwałość w pracy ćwiczeniowej. Kondycja emocjonalna ma znaczenie jeśli chodzi o gotowość do

skorzystania ze wsparcia. Poprawa lub pogorszenie stanu zdrowia oczu, np. przebyty zabieg okulistyczny, powodują zmiany w ostrości widzenia, co owocuje lepszym lub gorszym wykorzystaniem możliwości wzrokowych.

W wyniku podjętych działań w obrębie jednego lub kilku obszarów może nastąpić progres w rozwoju ucznia słabowidzącego. Ogólny stan zdrowia fizycznego i psychicznego (emocjonalnego) w powiązaniu z czynnikami zewnętrznymi, takimi jak np. wielkość druku, oświetlenie, kontrast, zmiany w otoczeniu, decydują o skuteczności wykorzystania wzroku.

Obserwując reakcje i zachowania ucznia z niepełnosprawnością wzrokową, warto wziąć pod uwagę wszystkie wymienione elementy modelu – zarówno zdolności wzrokowe, jak i cechy oraz predyspozycje indywidualne danej osoby. W ten sposób poszukiwanie modyfikacji ułatwiających uczniowi nabywanie wiedzy stanie się bardziej efektywne. Tak jak wspomniałam wcześniej – jeśli istnieje taka możliwość, wskazana jest współpraca nauczycieli z tyflopedagogiem, który dokonywał oceny funkcjonowania wzrokowego dziecka.

Na koniec chciałabym poruszyć jeszcze jeden aspekt wykorzystania wspomnianego modelu. Nauczyciel może posłużyć się nim przy wyborze postępowania z uczniem w celu rozpoznania jego zasobów i ograniczeń oraz zwiększenia jego samoświadomości. Poświęcając czas na rozmowę i obserwację funkcjonowania ucznia w konkretnych sytuacjach z użyciem wybranych modyfikacji, pedagog może spróbować określić, jakie czynniki sprzyjają maksymalnemu wykorzystaniu możliwości wzrokowych, a jakie je hamują. Wydłużenie czasu i zwiększenie oświetlenia umożliwi jednemu uczniowi czytanie długich fragmentów tekstu, a dla innego istotne znaczenie będzie miało powiększenie druku.

Pomaganie podopiecznemu w zrozumieniu przez niego własnego funkcjonowania wzrokowego umożliwia dokonywanie wyborów, wykorzystanie otoczenia do swoich realnych potrzeb oraz rozwój osobowości w zakresie świadomości i akceptacji swojej niepełnosprawności. Im wcześniej uczeń pozna swoją aktywną rolę w rozwijaniu własnego funkcjonowania wzrokowego, tym szybciej w większym stopniu przyjmować będzie odpowiedzialność za uzyskiwanie informacji wzrokowych. Ponadto znajomość własnych ograniczeń lub czynników powodujących obniżenie bądź niesprawność funkcji wzrokowej ułatwi zrozumienie, kiedy metody pozawzrokowe będą bardziej skuteczne.

Podsumowując, wiedza nauczyciela na temat specyfiki funkcjonowania ucznia słabowidzącego stanowi ogromne wyzwanie, a jednocześnie niezwykle ważne wsparcie dla tego konkretnego dziecka. Nauczyciel niebędący tyflopedagogiem może korzystać zarówno z pomocy specjalistów, jak i samodzielnie poszukiwać wiedzy dotyczącej danej problematyki.

Model Anne L. Corn może służyć nauczycielowi do zidentyfikowania tych czynników, które kompensują rozpoznane trudności wzrokowe. Pozwala on również na szersze spojrzenie na ucznia z niepełnosprawnością, przyczyniając się do zrozumienia funkcjonowania wzrokowego oraz znaczenia rozpoznania i zastosowania niezbędnych modyfikacji w procesie jego uczenia. Opierając się na dostępnych informacjach i obserwacji na temat możliwości wzrokowych oraz predyspozycji psychofizycznych dziecka, posiadając podstawową wiedzę o funkcjonowaniu ucznia z

niepełnosprawnością, nauczyciel może poszukiwać sposobów poprawy jego funkcjonowania, wpływając na czynniki zewnętrzne uwzględnione w modelu. Wsparcie realizowane w atmosferze współpracy i zrozumienia stanowi realną pomoc dla młodego człowieka. Przyczynia się do budowania wartościowej relacji pomiędzy nim a nauczycielem, wzbogaca wiedzę i doświadczenie prowadzącego, a przede wszystkim stanowi bazę dla wzrostu poczucia kompetencji i samoświadomości ucznia, wspierając rozwój jego osobowości.

Dostępność - Indywidualne sukcesy oraz porażki w edukacji i rehabilitacji

Autor: Małgorzata Jędrzejczyk, źródło: „Nasze dzieci”

Małgorzata Jędrzejczyk, tyflopedagog, instruktor orientacji przestrzennej, rehabilitant wzroku słabowidzących

Marta dziś ma 23 lata. Jest studentką III roku fizjoterapii na Politechnice Opolskiej. Zanim osiągnęła sukces, doznała wielu porażek, które na chwilę ją załamywały, a następnie potęgowały siły do dalszej pracy. Urodziła się w 26. tygodniu ciąży, czego skutkiem jest retinopatia wcześniacza V stopnia. Z biegiem czasu traciła wzrok, aż do całkowitej utraty widzenia w wieku 20 lat.

Pierwsze spotkanie z pedagogiem miało miejsce, gdy Marta miała około pół roku. Nauczycielka wczesnej interwencji ze Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego dla Dzieci Niewidomych i Słabowidzących we Wrocławiu skontaktowała się z nami i umówiła na spotkanie u nas w domu. Informacje o stanie wzroku Marty otrzymała z Okręgu Polskiego Związku Niewidomych we Wrocławiu. Okazało się, że Marta może mieć zajęcia w ramach wczesnego wspomaganie. W Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej załatwiliśmy odpowiedni dokument, który został wydany po przeprowadzeniu diagnozy. Nauczycielka przyjechała na umówione spotkanie, poobserwowała córkę, przeprowadziła wywiad z nami rodzicami i zaproponowała niewielkie zmiany w pokoju dziecięcym oraz parę zabaw, które miały wspomagać jej rozwój. Bawiliśmy się intensywnie kilka razy dziennie według zaleceń. Początkowo spotykaliśmy się co miesiąc, ze względu na dzielącą nas odległość (120 km). Nauczycielka sprawdzała postępy i dokładała nowe ćwiczenia, które sumiennie wykonywaliśmy w domu. Były to zabawy z zakresu rehabilitacji widzenia i rozwoju funkcji wzrokowych, usprawniania zmysłu dotyku, słuchu, samodzielności, motoryki małej i dużej. Kiedy Marta miała 3 lata, program się skończył i nauczycielka nie mogła już przyjeżdżać do nas do domu. W miejscu zamieszkania nie było żadnych specjalistów mających doświadczenie w pracy z dziećmi z uszkodzonym wzrokiem. Chcąc kontynuować terapię, sami dojeżdżaliśmy na zajęcia do Ośrodka dla Niewidomych i Słabowidzących we Wrocławiu. Na miejscu rozszerzono Marcie wachlarz zajęć o brajla i techniki dotykowe oraz o zajęcia logopedyczne i elementy terapii SI (terapia integracji sensorycznej). Spotykaliśmy się systematycznie co 6 tygodni. Ja jako matka wzięłam na siebie rehabilitację naszego dziecka. Pracowałyśmy kilka razy dziennie, wykonując poszczególne zadania i ćwiczenia. Staraliśmy się rehabilitować córkę w formie zabawy i nie przemęczać jej. Kiedy Marta miała 6 lat, zwiększyliśmy częstotliwość zajęć i spotykaliśmy się raz w tygodniu, czasami co dwa tygodnie. Bardzo intensywnie ćwiczyliśmy litery oraz czytanie i pisanie. Bałam się brajla ze względu na brak specjalistów i perspektywę oddania córki do Ośrodka oraz rozdzielenie bliźniaczek. Pracownicy wrocławskiej placówki wspierali rozwój Marty i pomagali nam się oswoić z rolą bycia rodzicem dziecka niepełnosprawnego wzrokowo.

Do przedszkola córka uczęszczała w miejscu zamieszkania. Poszła tam w wieku 3 lat wraz z

siostrą bliźniaczką. Nauczycielki nie miały przygotowania specjalistycznego i nie było nauczyciela wspomagającego. Do pracy z Martą wystarczyły dobre chęci i współpraca z rodzicami. Byliśmy pośrednikami pomiędzy nauczycielkami przedszkola a specjalistami z Wrocławia. Słuchaliśmy wskazówek i bezwzględnie wykonywaliśmy ich zalecenia do pracy. Czasami przygotowaliśmy pomoce dydaktyczne dla Marty do zajęć. Nauczycielka nauczyła ją współżycia z rówieśnikami i samoobsługi. Gdy była w klasie „0”, nauczycielka pojechała z nami na zajęcia do Ośrodka. Wspólnie pracowaliśmy z Martą nad jej edukacją. Kończąc przedszkole, знаła litery i miała gotowość do podjęcia nauki w szkole.

W klasie I była bardzo aktywna i chętnie uczestniczyła w zajęciach. Przyjęto ją do szkoły w miejscu zamieszkania pod warunkiem, że ja będę pełniła rolę nauczyciela wspomagającego dla Marty. Siedziałam z nią na każdej lekcji w ławce. Od początku pracowała na powiększonym druku. Ja przygotowywałam jej materiały do lekcji. Miała trudności z czytaniem. Większości tekstów uczyła się na pamięć. Samodzielnie czytała w wolnym tempie. Pisała drżące litery za pomocą flamastra. Miała trudności z odczytaniem swojego pisma. Tak przetrwała pierwszą klasę. W drugiej wspólnie z Wrocławiem podjęliśmy decyzję o przejściu na pismo Braille'a. Marta opanowała je w szybkim tempie. W dwa tygodnie nauczyła się pisać i czytać. A ja razem z nią. Szkoła i nauczycielka byli przerażeni. Nie czuli się kompetentni do pracy z uczniem niewidomym. Sugerowali ośrodek dla dzieci niewidomych i słabowidzących. Ja nie brałam pod uwagę rozdzielania sióstr. Druga klasa była dla Marty znacznie łatwiejsza. Szybko się uczyła i robiła postępy. Matematykę nadal realizowała w czarnodruku. Szło jej trochę gorzej. Trudności sprawiało jej patrzeć i identyfikowanie znaków. Na sprawdzianach czytałam jej polecenia. Tłumaczyłam zadania z brajla na czarnodruk. Nauczycielka nie do końca wierzyła w moją uczciwość. Nie pomagały zapewnienia, że oszustwo nic mi nie da, ponieważ moim celem jest umożliwienie córce nauki na tym samym etapie co rówieśnicy. Taka sytuacja była do końca trzeciej klasy. Przez cały czas co 2-3 miesiące umawiałam się do Ośrodka w celu sprawdzania wiedzy i umiejętności edukacyjnych córki. Wyniki zawsze były zadowolające. Pod koniec trzeciej klasy po wielu nieudanych rozmowach z dyrektorem dostałam ultimatum, żeby przenieść Martę do Ośrodka Szkolno-Wychowawczego we Wrocławiu, gdzie podobno było jej miejsce. Zarzucano mi egoizm i zaburzenia emocjonalne. Specjaliści w Ośrodku rzeczowo tłumaczyli, co powinnam zrobić, aby Marta utrzymała się w szkole ogólnodostępnej. Taka sytuacja odbijała się na emocjach Marty. Opinie nauczycieli ze szkoły ogólnodostępnej powodowały obniżenie jej samooceny. Z tego powodu rozpoczęłam procedurę przeniesienia córek do szkoły podstawowej oddalonej od miejsca naszego zamieszkania o 6 km. Dyrekcja zgodziła się na przyjęcie ich do tamtejszej placówki. Zapewniła Marcie asystenta osoby niepełnosprawnej na lekcji, podczas przerw i imprez szkolnych. My częściowo płaciliśmy za usługę. Ja mogłam być już tylko rodzicem. Nadal w porozumieniu z nauczycielami przedmiotu przygotowywałam sprawdziany w brajlu i tłumaczyłam z brajla na czarnodruk. Wykonywałam również rysunki wypukłe, tabele i schematy do lekcji. Z czasem wielu nauczycieli ujrzało w Marcie uczennicę i traktowało ją jak przeciętnego ucznia, zapominając o jej niepełnosprawności. Marta bardzo ciężko pracowała i osiągała wysokie wyniki. Była bardzo ambitna. Przez czwartą klasę jeszcze była pod kontrolą specjalistów z Ośrodka, którzy nadzorowali realizację podstawy programowej. Wyniki nauczania Marty były bardzo zadowolające. Córka była wyjątkowo zdolną i pilną uczennicą. Z bardzo dobrymi ocenami dotrwała do klasy szóstej i zakończyła szkołę podstawową.

Wybierając gimnazjum, kierowałam się małą ilością uczniów w klasie. Zdecydowałam się na gimnazjum wiejskie. Od samego początku pojawiły się problemy z rówieśnikami i konkurowanie Marty z koleżanką. Rozpoczęła się niezdrowa rywalizacja pomiędzy

dziewczynkami i nagonka ze strony rodziców. Ta sytuacja przekładała się na naukę i atmosferę w klasie. Podczas odpowiedzi ustnych Marta była głośno krytykowana i było na to przyzwolenie niektórych nauczycieli. Kiedy próbowałam rozwiązać problem na spotkaniach z rodzicami, usłyszałam, że: „niewidoma uczennica nie może być najlepsza w klasie”. Koleżanki próbowały przeciągnąć na swoją stronę siostrę Marty. Na szczęście się nie dała. Wiele rozmawiały w domu. Marta pod koniec drugiej klasy trafiła na terapię psychologiczną, która była kontynuowana do ukończenia gimnazjum. Kończyła tę szkołę w złym stanie psychicznym. Jej samoocena była tak niska, że bardzo się o nią baliśmy. Zamykała się ze swoimi problemami w sobie i czasami reagowała na stres agresją.

Myśląc o przyszłości Marty, na prośbę dyrektora Zespołu Szkół, zaangażowałam się w otwarcie kierunku technikum masażu. Zachęcałam córkę do wybrania kierunku. Argumentowałam tym, że równocześnie realizując szkołę muzyczną II stopnia w ostatniej klasie będzie miała dwie matury i dyplom. Sugerowałam, że wybierając technikum, rozłoży egzaminy na dwa lata i tak w klasie III zaliczy egzaminy w szkole muzycznej i egzamin zawodowy, a w klasie IV będzie miała do zdania maturę i czas na lepsze przygotowanie do niej, jeśli chce iść na studia. Udało się. Marta złożyła dokumenty i została uczennicą technikum masażu. Już po miesiącu była zadowolona z wyboru kierunku kształcenia. Była nieufna wobec rówieśników, ale szybko odnalazła bratnie dusze. Zaaklimatyzowała się i wpadła w wir szkolnego życia. Do półroczna znalazła przyjaciół. Nieśmiało odpowiadała na lekcji i niechętnie wypowiadała się na forum. Wreszcie spotkała nauczycieli, którzy mieli przygotowanie do pracy z uczniami z niepełnosprawnością wzrokową. Chłoneła naukę i uczyła się pilnie. Poznawała tajniki ludzkiego ciała. Z matematyki naukę uzupełniała na korepetycjach. Po ukończeniu III klasy podczas wakacji pojechała na 6 tygodni do Bolonii, w ramach programu Erasmus. Nauczyła się samodzielności i jak twierdziła, przygotowała do pójścia na studia. Poznała pracę masażysty w innym kraju. Wróciła odmieniona, pewniejsza siebie. Zdała bardzo dobrze egzamin zawodowy i podeszła do matury. Zdawała język polski, matematykę, język niemiecki, biologię, a w ostatniej chwili zadeklarowała jeszcze historię. Bardzo się bała, ale poradziła sobie z egzaminem dojrzałości. Tym samym otworzyła sobie drogę do przyszłości. Planowała pójść na psychologię, ale gdy przyszło składać dokumenty, po zasięgnięciu informacji na wielu uczelniach w Polsce zdecydowała się na fizjoterapię na Politechnice Opolskiej, chcąc rozszerzyć umiejętności zdobyte w technikum masażu. Dostała się na dzienne studia i zamieszkała w akademiku. Nawiązała znajomość z ludźmi z roku i nie tylko. Niestety wielu wykładowców sugeruje jej zmianę kierunku i wytyka ślepotę. Marta przyjmuje to na siebie, ale nie pozostaje jej to obojętne. Nie może zrozumieć, dlaczego nadal większość ludzi uważa brak wzroku za główną treść jej życia. Na domiar złego niektórzy wykładowcy uważają, że lepiej wiedzą, co jest dla niej dobre i próbują wpływać na jej życie. Na szczęście ma znajomych, którzy utwierdzają ją w przekonaniu, że wybrała dobrą drogę. Nadal jest niezwykle ambitna i wyjątkowo pracowita. Dostała stypendium rektora. Stara się być optymistką i z podniesioną głową iść przez życie. Wyzaczyła sobie plan i zamierza skończyć studia z dobrym wynikiem. Chce w przyszłości pracować tak, jak potrafi osoba niewidoma. Chce pomagać ludziom i spełnić się jako człowiek. Ma do tego pełne prawo.

CIEKAWOSTKI

W sklepie AppStore dostępna jest aplikacja mobilna mojeIKP

Autor: PAP, fot. pixabay.com



Od 10 maja w sklepie AppStore dostępna jest aplikacja mobilna mojeIKP (moje Internetowe Konto Pacjenta) – poinformował minister zdrowia Adam Niedzielski. Zapowiedział, że taka sama aplikacja będzie także dostępna w Google Play.

W sklepie AppStore dostępna jest aplikacja mobilna mojeIKP. Za chwilę w Google Play. Na razie e recepty i e skierowania. Zaloguj się do zdrowia” – napisał 10 maja na Twitterze szef resortu zdrowia.

Zaprezentowane ikonki wskazują, że dzięki aplikacji łatwiej będzie można wyszukać i przejrzeć historię swoich e-recept i e-skierowań; Sprawdzić, kiedy i gdzie odbędzie się wizyta na podstawie zarejestrowanego e-skierowania oraz mieć dostęp do listy wypisanych leków i ich dawkowania.

Zachęcam do przeczytania. Czego oczy nie widzą- Felieton

Autor: Renata Nowacka-Pyrlik, tyflopedagog, źródło: „**Nasze dzieci**”

Czy zastanawiali się może Państwo nad tym, jak to się dzieje, że spośród twarzy wielu osób znajdujących się w tłumie jesteśmy w stanie bezbłędnie wyłowić tę, która należy do naszego dziecka, rodzica czy kogoś znajomego... że bez trudu, niejako automatycznie, rozpoznajemy twarz sąsiada czy aktora. Albo – co decyduje o tym, że sokół lecący 100 metrów nad ziemią, w pewnym momencie ostro pikuje w dół, a następnie unosi w dziobie, niewyróżniającą się barwą od podłoża – kilkucentymetrową mysz. Albo – co łączy nasz wzrok z powszechnie używanymi dziś komputerami..., a może także nad tym, czy świat, w którym przyszło nam żyć, widziany jest przez nas oczami czy mózgiem.

Odpowiedzi na powyższe pytania, a także na wiele innych, można spróbować poszukać w prezentowanej dziś przeze mnie książce. Przyciąga ona wzrok żółtą, wyrazistą, o dobrze nasyconej barwie okładką, z której spogląda na przyszłego czytelnika 12 oczu, ułożonych po cztery w trzech pionowych rzędkach. Pierwsze skojarzenie – oczy te znajdują się w siatce (później, w trakcie czytania, wielokrotnie spotkamy się z pojęciem sieci neuronowych). Nad rysunkiem oczu widzimy duży czarny tytuł: „Czego oczy nie widzą”. Aż prosi się w tym momencie, by dokończyć znane powiedzenie – „tego sercu nie żal”, ale już za chwilę, po zajrzeniu do środka, szybko się domyślimy, że książka ta z całą pewnością nie będzie należeć do „łatwych i przyjemnych” w odbiorze.

Ukazała się ona w ubiegłym, 2020 roku, nakładem „Wydawnictwa Poznańskiego”, jako czwarta już pozycja w serii ZROZUM. Dotychczas nie czytałam żadnej z nich, ale po zapoznaniu się z tą – na temat wzroku, o której zaraz słów parę, złożyłam już zamówienie na wcześniej wydane, poświęcone innej problematyce (mam nadzieję, że ich treść będzie równie fascynująca i poszerzy moją wiedzę dodatkowo – z zakresu psychiatrii, związków międzyludzkich czy funkcji skóry).

Autor prezentowanej publikacji – Richard Masland, amerykański okulista (rocznik 1942), który nie doczekał jej wydania (zmarł w roku 2019), dość skromnie napisał o sobie: „*jestem neuronaukowcem, zajmuję się mózgiem od dwudziestego piątego roku życia – kiedy nie było jeszcze takiej dyscypliny jak neuronauka*”. Natomiast w zamieszczonej „notce o autorze” przeczytamy o nim znacznie więcej; między innymi, że Masland był profesorem zwyczajnym katedry okulistyki, profesorem neuronauk w Harvard Medical School, zastępcą dyrektora wydziału badawczego w największym na świecie instytucie zajmującym się badaniami widzenia, że był wielokrotnie wyróżniany i nagradzany za swoją działalność, a jego prace „znacząco wpłynęły na badania sieci neuronalnych siatkówki”.

Zasadniczym wątkiem poruszonym w tej książce jest próba uzyskania odpowiedzi na, wydawałoby się z pozoru, proste pytanie: Jak to się dzieje, że widzimy?

Odpowiedzi tej będziemy poszukiwać, wraz z autorem i kilkoma innymi badaczami wzroku, na 287 stronach publikacji (z których 30 końcowych stanowią: podziękowania, słowniczek trudniejszych terminów, przypisy i obfita bibliografia). Książka została podzielona na trzy części (14 rozdziałów). Poza słowem pisanym zamieszczono w niej liczne ryciny, rysunki i fotografie – mające ułatwić rozumienie tekstu.

Autor napisał tę książkę „z pozycji uczestnika licznych badań naukowych oraz świadka ewolucji dzisiejszego rozumienia funkcjonowania układu nerwowego człowieka”. Przekonuje

w niej czytelników między innymi o tym, że „funkcjonowanie naszego systemu wzrokowego wykazuje pewne podobieństwa do najbardziej zaawansowanych form widzenia komputerowego”. I chociaż stara się, by prezentowane w niej treści przedstawić w możliwie przystępny sposób, to jednak – zapewne jak przystało na pozycję popularnonaukową należy ona, moim zdaniem, do trudniejszych w odbiorze.

Dlatego wydaje mi się (obym się myliła), że niektórych Czytelników – potencjalnie zainteresowanych tematyką dotyczącą widzenia (czy problemów wzrokowych), lecz przytłoczonych zbyt dużą ilością specjalistycznych terminów naukowych i opisami niezwykle skomplikowanych procesów dokonujących się w mózgu – lektura ta może zmęczyć.

Ja sama, mając stosunkowo niedawno, podczas studiów podyplomowych, kontakt z fachowym nazewnictwem dotyczącym neuronauki, muszę przyznać, że podczas czytania niektórych rozdziałów, przeżywałam chwile zwątpienia i zastanawiałam się, czy dam radę wytrwać do końca tej publikacji.

Kiedy jednak po dość mozolnym, wymagającym dużego skupienia, przedzieraniu się przez specjalistyczne nazewnictwo, udało mi się pokonać opór i dobrać do końca, poczułam z kolei ogromną satysfakcję. Świadectwem tego jest choćby zainteresowanie pozostałymi książkami popularnonaukowymi z tej serii. Może więc, wbrew temu, co pisałam wcześniej – publikacja ta i Państwu przypadnie do gustu, wnosząc coś nowego. Poza fachowym słownictwem i opisem procesów zachodzących w mózgu znajdziemy w niej też np. interesująco przedstawione sylwetki kilku badaczy, dzięki którym nastąpił znaczący postęp w medycynie.

Autor zaprasza nas także do laboratorium naukowego, w którym możemy się przyjrzeć wyposażeniu oraz niezwykle żmudnej, trudnej i czasochłonnej pracy wymagającej od zatrudnionych w nim naukowców: ogromnej wiedzy, cierpliwości, rzetelności i umiejętności współpracy.

Na koniec, dla zachęty, pozwolę sobie na przytoczenie kilku fragmentów „luźniejszych”, przybliżających np. sylwetkę Enrice Strettol – jednej z badaczek.

„...ma ona 160 cm wzrostu. Ubiera się modnie i często się śmieje”;

„Kiedy o niej myślę, widzę ją na zatłoczonej ulicy Pizy w środku lata, jak ze stoickim spokojem z niewiarygodną łatwością idzie w butach na wysokim obcasie po nierównym bruku; ubrana jest w elegancką marynarkę z białego lnu i spódnicę, a na szyi ma sznur pereł”;

„Erika ciężko pracuje. Jak każda szanująca się Włoszka, w weekendy uwielbia gotować dla rodziny, ale w dni powszednie przychodzi do laboratorium pierwsza i siedzi w nim do późna”;

„Celem jednego z jej projektów jest walka ze ślepotą. Grupa chorób dziedzicznych określana zbiorczą nazwą zwyrodnienie barwnikowe siatkówki (retinitis pigmentosa, RP) ma wspólną przyczynę – ekspresję uszkodzonych genów w komórkach fotoreceptorowych. Fotoreceptory osoby, która odziedziczyła jeden z takich genów, degenerują powodując utratę wzroku – czasem w wieku kilku, a czasem kilkudziesięciu lat”.

Jej badania, prowadzone na myszach (jedne były umieszczone w normalnych, nudnych klatkach, a drugie – w klatkach wypełnionych różnego rodzaju zabawkami: kołowrotkami do ćwiczeń, klockami i norami) wykazały, że największy wpływ na spowolnienie procesu utraty wzroku miały ćwiczenia fizyczne, połączone ze stymulacją sensoryczną. Zdaniem autora *„informacja o tym, że ćwiczenia fizyczne spowalniają procesy degeneracji siatkówki, powinna dotrzeć do każdego pacjenta cierpiącego na to schorzenie”*. Myślę, że jest to cenne przesłanie dla nas wszystkich, potwierdzające powiedzenie „w zdrowym ciele – zdrowy duch” i jeszcze bardziej zachęcające do aktywności ruchowej.

Podsumowując, książka „Czego oczy nie widzą. Jak wzrok kształtuje nasze myśli” z pewnością jest warta przeczytania. Dla mnie była poszerzeniem dotychczasowej wiedzy na temat funkcjonowania mózgu i niezwykle skomplikowanego procesu widzenia, ale jednocześnie uświadomiła mi fakt, że pomimo rozlicznych, bardzo pracochłonnych i kosztownych badań, prowadzonych na całym świecie z udziałem wielu naukowców – wiedza dotycząca wzroku, wciąż nie jest pełna, a liczne pytania nadal pozostają bez odpowiedzi...

DLA MILUSIŃSKICH

Źródło: edziadkowie.pl

Zagadki i łamigłówki dla dzieci

Mimo różnicy pokoleń i znacznego rozwoju technologicznego widocznego także w zabawkach dla dzieci, istnieją sposoby rozrywki, które łączą pokolenia i bawią każdego. Do takich należą m.in. **zagadki i łamigłówki**, w które możesz bawić się z wnukami w każdym przedziale wiekowym. Podpowiadamy, jakie zagadki sprawią dzieciom największą radość.



Jak się bawić wykorzystując zagadki i łamigłówki

Zagadki i łamigłówki to rozrywka dla osób w każdym wieku. Niezależnie od tego, ile ma się lat oraz w jakim środowisku jest się wychowanym, odgadnięcie zagadki jest tak samo satysfakcjonujące. Na przestrzeni lat powstało wiele rymowanek oraz łamigłówek, których rozwiązywanie jest wielką frajdą i ciekawym zajęciem wolnego czasu.

Jak bawić się łamigłówkami tak, żeby szybko nie znudziło się to dzieciom? **Zorganizuj konkurs lub zabawę na kształt popularnych teleturniejów.** Spisz wybrane zagadki na karteczkach, które będziesz losować w poszczególnych konkurencjach. Zagadki możesz posegregować na kategorie, które będą dostosowane do wieku wnuków oraz poziomu trudności. Przykładowymi kategoriami mogą być: zwierzęta, warzywa, narodowości. Zabawa może przybrać formę konkursu zbierania punktów. Gracze naprzemiennie wybierają kategorię zagadki. Po jej odczytaniu zgłaszają się, używając zasady „kto pierwszy” do jej odgadnięcia. Jeśli osobie, która się zgłosiła uda się odgadnąć rozwiązanie, zdobywa punkt. Jeśli nie, przechodzi on na konto drużyny przeciwnej, lub w przypadku większej ilości graczy, zagadka przechodzi na kolejną osobę zgodnie z ruchem wskazówek zegara.

Innym pomysłem na formę zabaw z łamigłówkami jest **koło fortuny**, które można wykonać samodzielnie lub wspólnie z wnukami. Koło fortuny losuje kategorię zagadki lub punkty. Zabawa kołem fortuny dodatkowo urozmaici rozwiązywanie zagadek i sprawi, że dzieci tak

szybko się nimi nie znudzą. Kiedy wnuki nabiorą już wprawy w rozwiązywaniu zagadek, obowiązkowo wprowadź do zabawy nagrody główne oraz nagrody pocieszenia. **Rywalizacja między dziećmi jest bardzo korzystna dla ich rozwoju - uczy pojęcia motywacji, zasad fair play oraz radzenia sobie z porażką.**

Kiedy już masz pomysł na zabawę z wnukami, jedyne, czego potrzebujesz to oczywiście zagadki. Dobierając łamigłówki dla dzieci, pierwszą rzeczą, na którą powinieneś zwrócić uwagę, jest wiek dziecka. Zagadka nie może być ani zbyt trudna, ani zbyt łatwa. W sieci można znaleźć wiele stron z propozycjami zagadek, które podzielone są zarówno według poziomu trudności, jak i według kategorii. Poniżej prezentujemy kilka łamigłówek, które możesz wykorzystać w zabawie z wnukami.

Zagadki dla dzieci - poziom trudności: łatwy

Łatwe zagadki będą odpowiednie dla najmłodszych dzieci. Są zwykle krótkie oraz posiadają rymy, które sprawiają, że odbiór jest znacznie bardziej przyjazny. **Oto kilka przykładów:**

W nocnej ciszyłowi myszy.

(Kot)***

Ten śniegowy panicz, garnek ma na głowie.

W miejscu nosa marchew,
ulepił go człowiek!

(Balwan)***

Dobre ma zwyczaję,
udziom mleko daje.

(Krowa)***

Za ladą sklepową,
sprzeda to i owo.

(Sprzedawca)***

Jaką porę roku mamy,
gdy za morzem są bociany?

(Zima)***

Kot ogromny, pręgowany.

Bywa w cyrku - tresowany.

(Tygrys)***

Nieraz w bajkach widziałem
i zwiedzałem go w snach
ale prawdę Ci powiem:
częściej widzę go w drzwiach.

(Zamek)***

Lubię ciepło,
lubię słońce,
gdy w doniczce siedzę.
I mam bardzo ostre kolce,
choć nie jestem jeżem.
(Kaktus)***

Gdy ją obieramy,
łezki ocieramy.
(Cebula)***

O szyby dzwoni,
gdy chmura łązy roni.
(Deszcz)***

Co brzmi w trzciniaw Szczepieszynie?
(Chrzyszcz)***

Co za białe piórka,
sypie zimną chmurka?
(Śnieg)***

W nim rosna drzewa,
w nim ptaki śpiewają.
W nim małe i duże zwierzęta mieszkają
(Las)***

Choć zniosła ją bura kurka,
wygląda tak, jak laurka.
Tkwi w wielkanocnym koszyku,
święconce dodając szyku.
(Pisanka)***

Jaki sprzęt na sznurze
- mrużący, nieduży, chociaż wszystko czyści,
sam się w środku kurzy.
(Odkurzac)***

Na górze - drewniane ramię,
na dole - gęsta czupryna.
Znikają z podłogi śmieci,
gdy taniec rozpoczyna.
(Miotła)***

Ma bęben, lecz grać nie pozwoli,
ma węża, co nie chce Cię gryźć.
Łyka proszki, choć głowa nie boli,
wyprać wszystko potrafi na błysk.
(Pralka)***

Stoi w kuchni szafka,
ten kto jej używa, wie,
że jest przydatna,
bo wszystko pozmywa.
(Zmywarka)***

Pióra biało-czarne, buciki czerwone;
uciekają przed nim żabki,
bardzo przestraszone.
(Bocian)***

Wiosną do nas przyleciała ptaszyna czarna, mała.
Murować się nie uczyła,
ale gniazdko ulepiła.
(Jaskółka)***
Już po lesie kuka,
gniazdka sobie szuka.
Jak znajdzie, podrzuca jaja,
niech inni je wygrzewają.
(Kukułka)***

Śpiewa wysoko.
piosenki do słońka,
głos ma podobny do drzenia dzwonka.
(Skowronek)***

Zagadki dla dzieci - poziom trudności: trudny

Kiedy rozwiązywanie łatwych zagadek nie jest dla Was żadnym problemem, możecie sięgnąć po te o większym stopniu trudności. Dzięki temu łamigłówki będą dla Was stale ciekawe i tak szybko się nie znudzą. Oto kilka propozycji trudniejszych zagadek:

Z soczystych liści złożona.
Okrągła głowa zielona.
(Kapusta)***

Co jesienią z dębu spada?
Co ze smakiem dzik zajada?
(Żołędzie)***

Z waty bywa, z puchu bywa,
w nocy do snu nas okrywa.
(Kołdra)***

Kiedy go ucierasza,
na płacz Ci się zbiera.
(Chrzan)***

Co to jest?
Nie gdacze na podwórkach,
rośnie w lesie żółta....
(Kurka)***

Jak ten kwiatek się nazywa,
co słowo „pan” w nazwie ukrywa?
(Tulipan)***

Jaka to paraumie w zgodzie,
Tańczyć i skakać tylko na lodzie?
(Łyżwy)***

Co to za rycerzw słomianej zbroi,
różę otula, w ogrodzie stoi?
(Chochół)***

Największe ciężary podnosi on w mig.
Ma stalowe ramię, nazywa się...
(Dźwig)***

Tłustego mlekada nam na serek.
I ciepłej wełnyda na sweterek.
(Owca)***

Mam kapelusiknie do kłaniania,
mam zgrabną nóżkęnie do skakania.
(Grzyb)***

Pracuje głęboko,
pod czarnym sufitem. Ludzie palą skarby,
przez niego zdobyte. **(Górnik)*****

Co to za złota świetlana kula,
która swym ciepłem Ziemię otula?
(Słońce)***

Kiedy po niebie wędruje nocą,
dokoła niego gwiazdy migocą.
Raz jest jak rogalik,
raz okrągły jak talerz.
Kiedy słońce wschodzi,
wnet z nieba ucieka.
(Księżyc)***

W dzień ich nie ujrzysz,
choć są nad nami.
Można je zobaczyć nocą i wieczorami.
(Gwiazdy)***

Co to za okrągła planeta,
na której bez wody,
tlenu i słońca nie byłoby życia.
*(Ziemia)****

Zgadywanki dla dzieci - wpływ na rozwój

Zagadki dla dzieci, oprócz tego, że dostarczają rozrywki, mają również nieoceniony wpływ na rozwój dziecka. Stanowią walor edukacyjny. **Dzięki zagadkom dzieci ćwiczą logiczne myślenie, pamięć oraz spostrzegawczość.** Jako Dziadkowie, powinniście dbać o to, by w trakcie zabawy z wnukami zadbać również o ich edukację. Jak wiadomo, dzieci w wieku szkolnym najwięcej uczą się poprzez zabawę. Zagadki zawsze należy dobierać do wieku dziecka oraz interesującej go tematyki.

Zgadywanki są bardzo dobrym sposobem na **rozwój wyobraźni oraz logicznego myślenia.** Poprzez kojarzenie faktów i wykorzystywanie posiadanej wiedzy o rzeczywistości w celu znalezienia rozwiązania zagadki, dziecko rozwija swój sposób myślenia. Jeśli nawet zagadka okazuje się dla wnuka za trudna, sam brak znalezienia odpowiedzi wzbudza w nim potrzebę jej poznania, a dzięki temu poszerza się jego wiedza.

Zagadki **zwiększają także zasób znanego słownictwa.** Treść zgadywanek jest często tak dostosowana, aby stworzyć rym. Jest to tym samym okazja do poznania nowych słów, których w normalnych okolicznościach codziennej rozmowy, dziecko nie miałoby szansy poznać. Kolejną ważną umiejętność, którą kształtuje rozwiązywanie zagadek to **zdolność analizowania słyszanego tekstu.** Wnuk, aby odpowiedzieć na zgadywanekę, musi starannie, zdanie po zdaniu przeanalizować jej treść. Wpływa to na zdolność logicznego myślenia oraz koncentracji.

Rodzaje zagadek dla dzieci

Każde dziecko interesuje się różnymi rzeczami, a wiek narzuca pewne tematy, wokół których aktualnie się porusza. Wobec tego, zagadki o zwierzątkach i przedmiotach bardzo dobrze rozwijają dzieci w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym. Później natomiast, powinienes pomyśleć o zmianie kategorii zagadek na np. bardziej logiczne lub matematyczne. Wnuk ucząc się poprzez zabawę, na pewno wykorzysta zdobyte umiejętności, a ćwiczenie umysłu będzie mieć odzwierciedlenie w ocenach zdobywanych w szkole.

Zagadki matematyczne dla dzieci

Pierwszą styczność z matematyką dziecko ma w wieku zaledwie kilku lat, kiedy rodzice uczą go liczenia na paluszkach. Warto rozwijać we wnuku zdolności matematycznie i nie ograniczać się jedynie na nauce liczenia do dziesięciu. Jeśli lubicie wspólnie rozwiązywać zagadki, dopilnuj by chociaż część z nich była związana z matematyką. **Zabawy matematyczne szybciej oswoją dziecko z logicznym myśleniem i dzięki temu łatwiej poradzi sobie w szkole.**

Miejcie na uwadze fakt, że w szkole, wnuk ma styczność zwykle z rzeczową, teoretyczną wiedzą popartą zadaniami, które często nie są praktycznie, ani zrozumiałe. Dzieci często nie mają wyobrażenia o liczbach oraz o tym, co mogą oznaczać. Dzięki zagadkom matematycznym i prostym zabawom możesz oswoić wnuki z matematyką i sprawić, że będzie dla nich bardziej przystępna.

Proste zabawy matematyczne i zgadywanki najłatwiej jest zastosować w czasie wspólnego gotowania w kuchni. Pojęcia takie jak $\frac{1}{2}$, $\frac{3}{4}$, 100 ml, 1 liter, kilogram, dekagram wbrew pozorom najłatwiej zrozumieć w domu, nie w szkole. Krojenie jabłek lub odmierzanie składników do ciasta daje wiele możliwości, z których możesz skorzystać.

Kiedy Twoje wnuki jeszcze nie są w wieku szkolnym i ułamki nie są ich problemem, możesz skorzystać z zeszytów matematycznych dla przedszkolaków. Zadania typu „**połącz kropki**”, „**policz drzewa w sadzie**” są dla dziecka bardzo rozwijające. Kiedy widzisz, że wnuk dobrze sobie radzi z liczeniem, możesz wprowadzić pierwsze, łatwe zadania matematyczne. Spróbujcie zgadywać, ile kilogramów waży siatka jabłek lub ziemniaków. Ile sztuk trzeba dołożyć do siatki, żeby otrzymać 1 kilogram? Tego typu zagadki bardzo korzystnie wpływają na świadomość i rozeznanie dziecka względem wielkości i pojęcia miary.

Zagadki uczące literek

Oprócz liczb, ważną umiejętnością, którą warto w dziecku rozwijać, jest znajomość liter. Zabawy takie jak „**Wisielec**” bardzo dobrze sprawdzają się w nauce literowania. Aby gra była dla wnuka ciekawsza i nieco łatwiejsza wprowadźcie podpowiedzi. Ustal również zasadę, że odgadywanie hasła ma polegać na podawaniu pojedynczych liter. Dzięki temu dziecko nie tylko rozwiąże zagadkę, ale również zobaczy, z jakich liter składa się określone słowo.

Zagadki rozwijające wyobraźnię

Śmieszne rymowane zagadki mogą być przez dziecko rozwiązywane również w sposób rysunkowy. Jeśli chcesz całkowicie zaangażować wnuka i zająć mu czas na dłużej, ustalcie, że rozwiązanie zagadki narysuje na kartce. Wyobraźnia dzieci nie zna granic, więc możesz spodziewać się bardzo kreatywnych dzieł.

Zagadki i łamigłówki dla dzieci - najczęściej zadawane pytania

- ***Po czym rozpoznać, czy wybrane zagadki są dobrze dobrane do wieku dziecka? Czy jeśli dziecko od razu odgaduje zgadywankę, ale jednocześnie sprawia mu to dużo frajdy, to oznacza, że łamigłówka jest dla niego zbyt łatwa?***
Źle dobrane do wieku dziecka zagadki prędzej, czy później go znudzą. Nawet jeśli teraz odgadywanie ich jest dla wnuka wielką radością. Jeśli widzisz, że wnuk bardzo szybko zna odpowiedź na zadaną zagadkę, spróbuj wybrać coś trudniejszego. Mieszaj ze sobą stopnie trudności, tak aby zabawa w łamigłówki była urozmaicona i rozwijająca dla dziecka.
- ***Moja wnuczka jest bardzo bystrą dziewczynką i obecnie żadne zagadki dla dzieci nie sprawiają jej trudności. Co może być kolejnym krokiem w rozwiązywaniu łamigłówek? Widzę, że logiczne myślenie i poszukiwanie odpowiedzi sprawia jej dużą radość.***
Jeśli Twoja wnuczka uwielbia zagadki i łamigłówki, możecie skorzystać z dostępnych serwisów online. Znajdziecie tam wiele zagadek o różnym stopniu trudności, które na początku możecie rozwiązywać wspólnie. Zagadki zmuszają nie tylko do logicznego myślenia, ale również poszukiwania rozwiązania w różnych źródłach. To dodatkowo rozwija dziecko i poszerza jego ogólną wiedzę o świecie.
- ***Jaki wiek jest odpowiedni na wprowadzenie zagadek i łamigłówek? Mój wnuczek ma dopiero 3 lata i mimo tego, że bardzo mądry z niego chłopczyk nie chce za bardzo wyprzedzać jego rozwoju. Czy 3-latkowi można już czytać łatwe zgadywanki?***

Oczywiście, że tak! Każde dziecko rozwija się w inny sposób, ale większość 3 latków poradzi sobie z najłatwiejszymi zgadywankami. Co więcej, część z nich warto powtarzać, by dla wnuka przyjęły formę krótkich wierszyków. To, oprócz zgadywania jest również bardzo rozwijające, a słyszane w tekście zgadywanki słowa mają duży wpływ na wyobraźnię dziecka.

- ***Moja wnuczka jest typowym wzrokowcem i każda zabawa musi być dla niej ciekawa, pod względem wizualnym. W przeciwnym wypadku bardzo się nudzi. Czy są dostępne rysunkowe gry planszowe, które zawierają zagadki lub rozwiązywanie łamigłówek? Czytanymi zgadywankami bardzo trudno ją zainteresować, a uważam tę zabawę za bardzo rozwijającą i nie chciałabym, by wnuczka z niej zrezygnowała.***

Jest wiele logicznych gier planszowych, które często polegają na rozwiązywaniu zagadek lub łamigłówek. W sklepach internetowych na pewno znajdziesz wiele propozycji dla dzieci w każdym wieku. Pamiętaj jednak, że nadal atrakcyjną zabawę dla wnuczki możesz przygotować sama. Z wykorzystaniem koła fortuny oraz urozmaiceniem zgadywania poprzez organizację konkursu, poszukiwanie odpowiedzi na zagadki może być świetną atrakcją i super zabawą.

Jakie zabawki dla dzieci możesz wykonać własnoręcznie w domu

„Zrób to sam” to coraz popularniejszy trend promowany również w zgodzie z ruchem zero-waste. Zobacz, jak wiele świetnych zabawek możesz przygotować własnoręcznie z przedmiotów, które posiadasz w domu.



Zabawki dla dzieci w każdym wieku - zrób to sam

Na przestrzeni ostatnich lat rynek zabawek dla dzieci rozwinął się w takim stopniu, że trudno za nim nadążyć. Stale zmieniające się trendy, nowości, które kuszą dzieci w każdym wieku, standardy bezpieczeństwa, które przemawiają do rodziców - z pewnością można się w tym pogubić.

Z pomocą przychodzi własna wyobraźnia oraz przedmioty, które zalegają w domu. Drzemie w nich ogromny potencjał. Poświęcając nieco wolnego czasu, możesz sprawić, że dostaną one nowe życie i będą cieszyć najmłodsze pokolenie. Co więcej, zabawki wykonane

własnoręcznie mają znacznie większą wartość i stają się niezapomnianą pamiątką z lat dzieciństwa. Są one też unikalne i wyjątkowe. Nie ma drugiej takiej zabawki i nie można jej kupić w sklepie. Co równie ważne, decydując się na własnoręczne wykonanie zabawki, działasz w sposób bardziej ekologiczny.

Poniżej prezentujemy kilka pomysłów na własnoręcznie wykonane zabawki, które ucieszą wnuki w każdym wieku. Nie są one zbyt trudne w wykonaniu, dlatego na pewno sobie poradzisz.

Tablica sensoryczna



Integracja sensoryczna odgrywa bardzo ważną rolę w rozwoju szczególnie najmłodszych dzieci. Wnuk, który wkracza w etap ciekawości świata i poznawania go przy pomocy dotyku na pewno będzie zafascynowany ręcznie wykonaną tablicą sensoryczną.

Do jej przygotowania będziesz potrzebować drewnianej deski, specjalnego kleju, małych gwoździ oraz młotka. Na drewnianej desce, która będzie stanowić podstawę Twojej tablicy, możesz umieścić, co tylko zechcesz. Zwracaj uwagę na to, by to, co do niej przymocujesz, było dla dziecka ciekawe w dotyku. Obowiązkowe są zróżnicowane faktury, przedmioty które można wiązać, przewlekać, przesuwając po sznurku oraz takie, które wydają z siebie dźwięki. Pamiętaj, by każdy mały przedmiot, który umieszczasz na tablicy, był dobrze przymocowany. Tablica oprócz tego, że ma wnuka bawić, ma być również dla niego bezpieczna.

Domowa ciastolina

Jeśli Twoje wnuki lubią zabawę ciastoliną, ten pomysł z pewnością spodoba się nie tylko Tobie, ale także im. Na pewno niejednokrotnie zdarzyło Wam się zmieszać kolory ciastoliny, przez co stawała się ona brzydka i po krótkim czasie bezużyteczna. Warto wtedy mieć pod ręką przepis na domową ciastolinę. Dzięki niemu możesz stworzyć masę w dowolnej ilości i w dowolnych kolorach.

Przepis na domową ciastolinę:

- 2,5 szklanki mąki pszennej

- 1 czubata szklanka soli
- 2-3 łyżki oleju roślinnego
- 1,5 szklanki wrzącej wody
- Dowolny barwnik spożywczy

Aby utrwalić ulepione figurki, lub ozdoby choinkowe, wystarczy upiec je w piekarniku. Wówczas masa stwardnieje i pozostanie w danym kształcie.

Uwaga! Zdarza się, że dzieci mylą ciastolinę z kolorowymi ciasteczkami. W trakcie zabawy zwracaj na to uwagę i pilnuj, by wnuki nie podjadały surowego ciasta.

Gniotki



Kolorowy gniotek to obowiązkowy element dzieciństwa. Zamiast kupować gotowego w sklepie, możecie z wnukiem wykonać go samodzielnie. Będziecie do tego potrzebować jedynie balonu oraz sypkiego produktu z kuchni np. mąki, kaszy lub ryżu. Możecie również wykorzystać piasek.

Aby zrobić gniotka, wystarczy wsypać produkt do balonu, następnie zawiązać końcówkę i pomalować. Oprócz namalowania kolorowych uśmiechów Wasze gniotki mogą również zyskać stylową fryzurę, jeśli zdecydujecie się przykleić związane kawałki włóczki. Zabawa gniotkiem to doskonałe ćwiczenie sensoryczne, które rozwija w dziecku zmysł dotyku.

Recykling starych mebli

W starych, zużytych meblach drzemie ogromny potencjał. Niskim kosztem i stosunkowo niewielkim nakładem pracy możesz stworzyć coś, co absolutnie zachwyci dziecko.

Przerabiając stary regał, z powodzeniem uda Ci się wykonać piętrowy domek dla lalek, który wysokością niemal dorówna wzrostowi dziecka. Czyż nie jest to niespełnione marzenie wielu dziewczynek?

Innym pomysłem na to, jak można wykorzystać stary, zalegający mebel, jest przerobienie kredensu na kuchnię. Jest to zadanie nieco trudniejsze od poprzedniego, ale wkładając nieco

pracy, możesz stworzyć dziecku niepowtarzalną zabawkę - znacznie lepszą od tych, dostępnych w sklepie. Dbając o detale, na pewno uda Ci się zrobić kuchnię „jak żywą”.

Tablica do rysowania i pisania

Wiele dzieci ma nieodpartą pokusę pisania lub rysowania po ścianach. Dzięki temu pomysłowi możesz umożliwić dziecku rysowanie po bardzo dużej powierzchni. Własnoręcznie wykonana tablica do pisania i rysowania to również możliwość organizacji gier i zabaw dla całej rodziny. Na pewno Wy również będziecie się w ich trakcie świetnie bawić.

Aby wykonać tablicę, będziesz potrzebować:

- drewnianej, gładkiej tablicy (możesz również wykorzystać plecy starych mebli),
- papieru ściernego,
- farby tablicowej.

Na samym początku musisz dokładnie wyrównać powierzchnię, która będzie malowana farbą tablicową. W tym celu użyj papieru ściernego. Gdy dokładnie oczyścisz i wyrównasz drewnianą tablicę, możesz przystąpić do pokrywania jej specjalną farbą tablicową.

FARBA TABLICOWA - jest to rodzaj farby, która po zastygnięciu w dotyku przypomina klasyczną tablicę, jaką na pewno pamiętasz z lat szkolnych. Specjalną farbę tablicową kupisz w każdym, większym sklepie budowlanym. W większości przypadków, aby dokładnie pokryć malowaną powierzchnię, konieczne jest nałożenie dwóch warstw. Farba wysycha po około 24 godzinach.

Tak przygotowaną tablicę możesz zawiesić na ścianie lub ustawiać na stelażu. Im większy rozmiar tablicy, tym więcej możliwości. Wnuki mogą po niej rysować oraz pisać, a wspólnie możecie grać w kalambury, w wisielca oraz w wiele różnych innych gier.

Garaż na wszystkie pojazdy wnuka



Każdy młody fan motoryzacji potrzebuje odpowiedniego miejsca, by przechowywać swoją kolekcję. Garaż możesz wykonać samodzielnie, wykorzystując przedmioty, które na pewno posiadasz w domu. Aby zbudować piętrowy garaż, będziesz potrzebować:

- drewnianej skrzynki lub kartonowego pudełka,
- rolek od papieru toaletowego,
- kleju na gorąco.

Jedyne, co musisz zrobić to ułożyć rolki papieru w rzędzie, jeden nad drugim w taki sposób, aby pokryć całe pudełko. Każda rolka musi być dobrze przyklejona do sąsiadujących, aby cała konstrukcja była stabilna i wytrzymała. Na samej górze możesz umieścić napis, który jednoznacznie wskaże, do kogo należy garaż, np. „Garaż Jasia”.

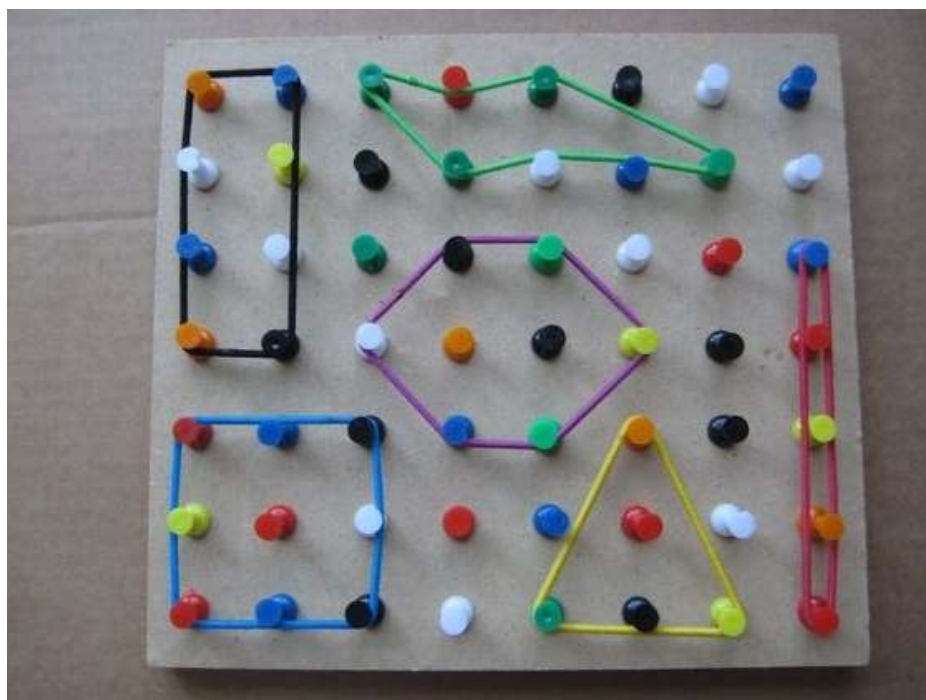
Domowe kręgle

Jeśli w czasie wizyty wnuka dopadnie Was nuda, tę zabawę uda Wam się szybko zorganizować. Jedyne, czego potrzebujesz to puste butelki po napojach oraz piłka. Aby przygotować kręgle, napełnij puste butelki wodą lub piaskiem. W zależności od wieku i siły dziecka dobrać butelki pół litrowe lub półtoralitrowe. Wypełnione muszą być na tyle lekkie, że będzie możliwe ich przewrócenie przy pomocy piłki. Wykonanie tej zabawki nie zajmie Ci wiele czasu, a kiedy gra w kręgle już Wam się znudzi - będziesz ją mógł po prostu wyrzucić.

Proca

Zabawka, którą w dzieciństwie bawił się niemal każdy. Wystarczy znaleźć patyk o odpowiednim kształcie i przyczepić do jego końców kawałek gumki pasmanteryjnej. Bawiąc się procą wspólnie z wnukiem, podkreśl, jak ważne jest, by nie celować do innych osób, szczególnie jeśli rzuca się kamieniami lub innymi ciężkimi przedmiotami. Najlepiej, jeśli razem z procą przygotujesz „naboje”. Mogą to być filcowe kulki lub kulki z papieru. Wtedy „bezpieczną wojnę” możecie urządzać nawet w domu.

Tablica z gumkami



Kolejna zabawka, która jest wyjątkowo łatwa w przygotowaniu, a jednocześnie bardzo zajmująca dla dziecka.

Do jej wykonania będziesz potrzebować:

- drewnianej deski,
- cienkich gwoździ lub pinezek,
- kolorowych gumek recepturek.

Najpierw musisz wbić gwoździe w deskę w taki sposób, by wszystkie utworzyły regularne rzędy pionowe i poziome. Zabawa polega na tym, by w dowolny sposób przeplatać gumki recepturki przez wbite gwoździe. Można w ten sposób stworzyć kolorowe figury geometryczne oraz układać bardziej skomplikowane wzory.

Układanka z patyczków

Zabawka, która jest łatwa w wykonaniu, można w to zaangażować dziecko, a co ważne, można się nią bawić wszędzie, również w podróży. Aby zrobić domowe puzzle, będziecie potrzebować patyczków po lodach i kolorowych flamastrów. Na kilku związanych ze sobą flamastrach narysuj wybraną przez siebie postać lub przedmiot. Może to być zwierzę, dom lub kolorowy kwiat. Po rozłączeniu patyczków zadaniem wnuka jest prawidłowe złożenie układanki.

Mini-zjeżdżalnia

Kolejna bardzo łatwa w przygotowaniu zabawa, która na pewno ucieszy niejednego malucha. Do jej przygotowania będziesz potrzebować piankowych rurek, które wykorzystywane są w nauce pływania. Możesz je znaleźć w sklepie sportowym. Wystarczy jedną taką rurkę przeciąć wzdłuż na dwie połowy. Rurki posiadają w środku kanał, który po przecięciu staje się idealną zjeżdżalnią dla małych przedmiotów. Aby obydwa tory były stabilne, warto pod spodem podkleić je taśmą. Dzieci mogą testować szybkość zjeżdżania poszczególnych przedmiotów, a przy tym ze sobą rywalizować. Udana zabawa gwarantowana!

Rzut do celu

Tę zabawę jesteś w stanie zaaranżować niemal w każdym miejscu i o każdej porze. W domu możesz do niej wykorzystać kosz na pranie. Wystarczy ustawić go na środku pomieszczenia i znaleźć przedmioty, które będziecie na zmianę do niego wrzucać. W każdej rundzie macie po 5 rzutów, za każdy celny rzut macie 1 punkt. Kiedy idzie Wam zbyt łatwo, możecie z każdą rundą zwiększać odległość od kosza co pół kroku.

Własnoręcznie wykonane zabawki - najczęściej zadawane pytania

- **Już kilkakrotnie chciałem wykonać własnoręcznie kilka zabawek dla wnuka, jednak mam wątpliwości, czy to na pewno bezpieczne. Zabawki dostępne w sklepach mają specjalne certyfikaty. Jak mogę sprawić, by moje własnoręcznie wykonane zabawki były na pewno bezpieczne dla wnuka?**

Przede wszystkim już na etapie projektowania dopilnuj, by zabawka przez Ciebie wykonana nie posiadała ostrych krawędzi, małych, łatwych do połknięcia elementów (zależy od wieku dziecka) oraz wystających ostrych przedmiotów (np. drzazg, gwoździ, innych kawałków metali). Drugim aspektem jest dostosowanie stabilności do wagi oraz wielkości zabawki. Kolejna rzecz, na którą warto zwrócić uwagę to materiały, których chcesz użyć do jej wykonania. Nie powinny to być elementy toksyczne lub w jakikolwiek inny sposób szkodliwe dla małego dziecka.

- **W sklepach jest tyle różnych kolorowych, nowoczesnych zabawek. Mam wątpliwości, czy zabawki wykonane własnoręcznie będą w stanie zainteresować wnuka i na dłużej skupić jego uwagę. Nie chcę, by wykorzystane przeze mnie materiały poszły na marne.**

Dzieci szybko wyrastają z wielu zabawek i ten proces jest całkowicie naturalny. Nawet ręcznie wykonana zabawka nie będzie w stanie cieszyć wnuka przez bardzo długi czas. Moda się zmienia, potrzeby dzieci również. To właśnie z tego względu zachęcamy do tego, by do wykonania zabawek własnoręcznie wykorzystywać materiały, które posiadasz w domu. Wówczas nic się nie marnuje, a ewentualnie dostaje nowe życie.

- **Własnoręczne wykonanie zabawki zajmuje bardzo wiele czasu. Czy nie lepiej kupić zabawkę gotową w sklepie?**

Owszem, w większość przypadków takie rozwiązanie jest szybsze i łatwiejsze. Warto jednak pamiętać o tym, że bardzo duża część zabawek jest wykonana z plastiku. Zabawki zwykle nie cieszą dzieci długo, gdyż te, kuszone nowinkami, szybko chcą bawić się czymś innym. Wykonanie prostych zabawek własnoręcznie jest zatem bardziej ekonomiczne i ekologiczne. Ponadto, zabawki, w które wkładasz własne serce, będą dla wnuka wspaniałą pamiątką na wiele lat. Na pewno tak szybko się ich nie pozbędzie.

Pomysły na zabawy sensoryczne z wnukami

Integracja sensoryczna to bardzo ważny element w rozwoju dziecka. Najlepiej rozwijać ją przez wspólną zabawę. W poniższym artykule znajdziesz kilka propozycji, które urozmaicą Wasz dzień.



Integracja sensoryczna - co to takiego?

Integracja sensoryczna polega na odczytywaniu i interpretowaniu bodźców zmysłowych. Dzięki niej możliwa jest odpowiednia reakcja na zaistniałą sytuację. To dzięki integracji sensorycznej człowiek automatycznie odrywa rękę od gorących przedmiotów lub próbuje chwycić spadający przedmiot. Integracja sensoryczna to proces, który zachodzi poza świadomością, a jej rozwój rozpoczyna się już w życiu płodowym.

Zabawy sensoryczne - rozwijający sposób spędzania wolnego czasu

Prawidłowy rozwój integracji sensorycznej zależy w dużej mierze od zmysłów. To właśnie one dostarczają mózgowi informacji, które ten może zinterpretować. Jak zatem rozwijać działanie zmysłów? Kluczowe jest ich pobudzanie.

Przeplatanki

Ta zabawa rozwija sprawność dłoni. Dzięki tym ćwiczeniom dziecko będzie lepiej posługiwało się swoimi dłońmi, a co za tym idzie, szybciej opanuje umiejętność pisania. Do ćwiczenia będziesz potrzebować:

- Sznurówek
- Kawałka twardej tektury (np. tylna okładka bloku rysunkowego lub technicznego)
- Kolorowych wstążek (możesz zamienić na kolorowe paski z bloku rysunkowego)
- Nożyczek
- Dziurkacza

Pierwszym etapem ćwiczenia jest wycięcie dwóch kształtów: prostokąta i trójkąta. Następnie przy pomocy nożyczek oraz dziurkacza, wspólnie z wnukiem wycinacie otwory w figurach, w sposób analogiczny do poniższego rysunku.

Najważniejszym zadaniem w ćwiczeniu jest przeplatanie sznurówek przez okrągłe otwory, a wstążek przez wycięte prostokąty w dowolny, wymyślony przez dziecko sposób. Zabawę możecie powtarzać, wykorzystując również inne kształty.

Domowa plastelina

Wszelkie ciastoliny są doskonałym narzędziem w rozwoju integracji sensorycznej. My proponujemy wykonanie masy plastycznej własnoręcznie ze składników, które na pewno znajdziesz w swoim domu. Do jej wykonania będziecie potrzebować:

- Żelu pod prysznic
- Mąki ziemniaczanej
- Barwników spożywczych (opcjonalnie)

Do żelu pod prysznic dodaj mąki, aby uzyskać masę, która nie będzie lepić się do rąk.

Dodając barwniki spożywcze, możesz wykonać masy w różnych kolorach. Tak przygotowaną masę wnuk może wałkować, wycinać z niej różne kształty oraz lepić elementy przestrzenne.

Po zabawie masę możesz zamknąć w pudełku i przechowywać przez kilka dni.

Piesek - trafianie do celu

Zabawa, która rozpoczyna się już w momencie jej przygotowywania. Rozwija w dziecku zręczność oraz zdolności plastyczne.

Do jej przygotowania będziecie potrzebować:

- Pokrywki od pudełka po butach (najlepiej białej)
- Kolorowych flamastrów
- Piłeczki do ping-ponga

Na samym początku trzeba narysować głowę pieska. Najlepiej będzie, jeśli to Ty wykonasz jego kontur, a dziecko później go pokoloruje. Rysując głowę pieska zrób to w taki sposób, aby zajęła ona niemal całą długość pudełka. Nos psa powinien być na środku i musi mieć taką wielkość jak piłeczka do ping-ponga. Kiedy już narysujesz kontury, wspólne z wnukiem

możecie go pokolorować według własnych upodobań. Następnie należy wyciąć nos pieska. Zadaniem zręcznościowym jest manewrowanie pudełkiem w taki sposób, by piłeczka trafiła w otwór.

Przesypywanie kaszy

Bardzo łatwe w przygotowaniu ćwiczenie. Zamiast kaszy możesz wykorzystać również inne produkty, które posiadasz w domu. Mogą to być: ryż, mąka, płatki owsiane lub piasek.

Do zabawy będziecie potrzebować:

- Kaszy lub innych produktów
- Różnej wielkości słoików lub pojemników
- Różnej wielkości łyżek
- Lejka

Nasyp do większej miski kaszę lub inny produkt, tak by wnuk miał do niego dobry dostęp. Następnie przygotuj suche, puste pojemniki lub słoiki o różnych kształtach i wielkościach. Zadaniem wnuka jest przesypanie kaszy z miski do pojemników w dowolny sposób. Może używać łyżek różnej wielkości oraz lejka.

Zabawa patyczkami

Zajmująca zabawa, która może być świetnym ćwiczeniem wykonywanym w każdej wolnej chwili. Jeśli potrzebujesz czymś zająć wnuka na czas gotowania obiadu, ta zabawa jest bardzo dobrym pomysłem. Będziecie w niej potrzebować:

- Rolki papieru toaletowego
- Patyczków do szaszłyków
- Plastikowych rurek
- Koraliików
- Suchego makaronu penne
- Innych przedmiotów, które można nawlekać (np. guziki z dużymi oczkami)

Na początku należy wbić patyczki do szaszłyków w rolkę papieru w taki sposób, aby były one stabilne. Zadaniem wnuka jest nawlekanie posiadanych przedmiotów na patyczki. Dziecko ćwiczy w ten sposób koncentrację i skupienie oraz poznaje różne faktury.

Sensoryczne rękawiczki

Poprzez tę zabawę dziecko nie tylko rozwija swój zmysł dotyku, ale również relaksuje się i wycisza.

Do tego ćwiczenia będziecie potrzebować:

- Kilka sztuk rękawiczek lateksowych
- Różnorodnych sypkich produktów (np. mąka, kasza, ryż, mały makaron, sól)
- Łyżki

Każdy z przygotowanych produktów przesypano do osobnej miski. Na początku wnuk powinien zapoznać się z fakturą każdego z nich. Niech weźmie go do ręki, dotknie palcami. Następnie każdy produkt przesypano łyżką do rękawiczek lateksowych (jedna rękawiczka = jeden produkt). Kiedy skończycie, przetasuj rękawiczki, tak by były ułożone na stole w losowy sposób. Zadaniem wnuka jest rozpoznanie poprzez dotyk, który produkt znajduje się w danej rękawiczce. Ćwiczenie może mieć różne stopnie trudności w zależności od tego, czym napełnicie rękawiczki. Rozróżnienie mąki od kaszy będzie łatwym zadaniem. Trudniejsze będzie z kolei odróżnienie cukru od soli.

Pudełko sensoryczne

Doskonały sposób na rozwój integracji sensorycznej. Jego przygotowanie jest łatwe i samo w sobie jest źródłem świetnej rozrywki.

Do wykonania pudełka sensorycznego będziecie potrzebować:

- Średniej wielkości kartonowego pudełka (np. po butach)
- Elementów o różnych fakturach (np. filc, makaron, gąbka, gumka do mazania, folia bąbelkowa, plastikowy kubek, rzep, metalowy guzik, itd.)
- Nożyczek
- Kleju na gorąco

Wszystkie elementy, które wybraliście do umieszczenia w pudełku, należy przykleić na samym spodzie przy pomocy kleju na gorąco. Aby urozmaicić zabawę, niektóre przedmioty możecie pomalować flamastrami. Następnie na górnej pokrywie pudełka wyciąć dwa otwory takiej wielkości, aby wnuk mógł w nie włożyć dłoń. Jego zadaniem będzie zgadywanie, jakiego przedmiotu dotyka. W trakcie zabawy zachęcaj wnuka do opisywania dotykanych elementów. Niech dziecko nazywa ich kształt oraz fakturę. Dzięki temu rozwija nie tylko swoje zmysły, ale również słownictwo.

Poszukiwanie skarbów

Ta zabawa oprócz tego, że jest wyjątkowo rozwijająca, to również jest źródłem świetnej zabawy dla dzieci w każdym wieku. Do jej przygotowania będą Ci potrzebne:

- Ryż (minimum 2-3 kg)
- Niewielkie przedmioty o różnym kształcie (np. mała linijka, gumka do mazania, piłka, zakrętka od perfum, zakrętka od butelki)
- Kartka
- Flamaster lub ołówek
- Duża miska (niezbyt szeroka)

Na samym początku zadaniem wnuka będzie odrysowanie kształtu niewielkich przedmiotów znajdujących się na stole. Następnie wrzucajcie przedmioty do miski wypełnionej ryżem, tak, aby nie było ich widać. Zadaniem wnuka jest próba odszukania poszczególnych przedmiotów w ryżu, nazwanie tego co dotknął oraz dopasowanie do kształtu odrysowanego na papierze. Jest to wyjątkowo rozwijająca zabawa, która pobudza wiele zmysłów.

Zagadka zapachowa

W rozwijaniu integracji sensorycznej ważne są wszystkie zmysły, nie tylko dotyk. To ćwiczenie pobudza zmysł zapachu.

Oto lista rzeczy, których będziesz potrzebować:

- Kilku nieprzezroczystych pudełek (możesz wykorzystać opakowania po drażetkach i okleić je jednokolorowym papierem)
- Produktów o charakterystycznym zapachu (np. kawa, ocet, cynamon, skórka z pomarańczy, imbir, czosnek)

Aby przygotować zgadywanke, musisz przelać lub przesypać produkty do osobnych pojemników. Następnie ustawiasz je przed wnukiem. Zadaniem dziecka jest odgadnięcie, który produkt znajduje się w każdym opakowaniu. Jeśli wnukowi spodoba się zabawa, możesz stopniowo zwiększać stopień trudności i sięgać po produkty o mniej oczywistym zapachu.

Dźwiękowe zagadki

Kolejny zmysł, który należy w dziecku rozwijać to oczywiście zmysł słuchu. Ta zabawa sprawdzi się w tym bardzo dobrze. Do jej przygotowania będą Ci potrzebne:

- 10 zamykanych pudełek (np. po zabawkach z jajka niespodzianki)

- Wytłaczanka
- Niewielkie produkty, które zmieszczą się w pudełkach (np. groch, kasza, pestki słonecznika, łupinki po pistacjach)

Przygotowane produkty należy włożyć w takiej samej ilości do dwóch osobnych pudełek. Następnie wszystkie wypełnione pojemniki układasz losowo w wytłaczance. Tak przygotowaną zabawę pokazujesz wnukowi. Zadaniem dziecka jest odnalezienie dwóch identycznie brzmiących pudełek. Jeśli wnuk nabierze w tym wprawy, możesz utrudnić to ćwiczenie o zgadywanie produktów, które znajdują się w środku.

Co jest w worku?

Ta zabawa to świetne ćwiczenie na rozpoznawanie przedmiotów, które znajdują się wewnątrz worka. Zamiast niego, możesz również użyć skarpetki lub małej poszewki na poduszkę - w zależności od tego jakie przedmioty chcesz włożyć do środka. Zadaniem wnuka jest oczywiście nazwanie przedmiotów, których dotyka. Przygotowując ćwiczenie, wybieraj elementy różnej wielkości, wykonane z różnorodnych materiałów. Dzięki temu w trakcie zabawy możesz prosić wnuka o rozpoznanie nie tylko przedmiotu, ale również materiału, z jakiego jest wykonany. Jeśli dziecko nie potrafi tego wskazać, może opisywać kształt i fakturę przedmiotu, który dotyka.

Zabawy sensoryczne - najczęściej zadawane pytania

- **Temat integracji sensorycznej nie jest mi obcy. Już od jakiegoś czasu szukam ciekawych zabaw sensorycznych, by spędzać czas z wnukiem w rozwijający sposób. Od zawsze zastanawiało mnie jednak jaki wiek dziecka jest odpowiedni do rozpoczęcia zabawy w taki sposób?**
Nie ma jednoznacznej odpowiedzi na to pytanie. Integrację sensoryczną można rozwijać już od pierwszych dni życia dziecka. Jedyne, co się różni to sposób, w jaki się to robi. Przedstawione tutaj zabawy najlepiej sprawdzą się u dzieci w wieku przedszkolnym. Niektóre ćwiczenia wymagają większej zręczności, dlatego najmłodsze dzieci mogą sobie z nimi nie poradzić. Inne z kolei - tak jak przesypywanie kaszy - będzie dobre już dla 3 latków. Pamiętaj tylko, by mieć wnuka stale pod kontrolą, by nie wzięło małych przedmiotów do buzi.
- **Niedługo zbliżają się urodziny wnuka i chciałabym kupić mu zabawki, które będą w jakiś sposób rozwijające. Czy są dostępne na rynku gotowe zabawki sensoryczne, które można kupić? Jeśli tak, co warto wybrać?**
Sklepy oferują bardzo duży wybór zabawek sensorycznych. Jeśli Twój wnuk jest jeszcze małym dzieckiem i dopiero zaczyna wykazywać zainteresowanie zabawkami, postaw na te, które mają różne faktury i materiały oraz są ciekawe w dotyku. Mogą to być np. pluszaki uszyte z różnych skrawek materiałów: szorstkich, gładkich, pluszowych, plecionych itd. Jeśli Twój wnuk jest już nieco starszy, bardzo dobrze sprawdzą się drewniane zabawki, w których trzeba coś nawlekać, przekładać przez otwory lub składać.
- **Mojego wnuka trudno zainteresować czymś innym niż smartfon i od jakiegoś czasu intensywnie próbuję znaleźć ciekawe zabawy, które będą go w jakiś sposób rozwijać. W związku z tym nasunęło mi się pytanie: czy integrację sensoryczną rozwija się również u zdrowych dzieci? Czy te zabawy dedykowane są jedynie dzieciom z zaburzeniami?**
Rozwój integracji sensorycznej trwa u człowieka całe życie. Oczywiście u dzieci rozwija się ona najbardziej dynamicznie, ponieważ to wtedy poznają one świat i

chłoną najwięcej informacji. Zaburzenia integracji sensorycznej wymagają specjalistycznej terapii pod nadzorem wykwalifikowanej osoby. Zabawy rozwijające integrację sensoryczną prezentowane w tym artykule przeznaczone są dla wszystkich dzieci.

Zagadki i Rymowanki dla dzieci

Źródło: zawiaty.com

Wierszyki, rymowanki, piosenki towarzyszą dzieciom od niepamiętnych czasów. Stymulują mózg, rozwijają kreatywność, uczą i bawią. Poznaj dobroczynny wpływ wierszyków na rozwój Twojego dziecka i dowiedz się, dlaczego koniecznie muszą zagościć u Was na stałe.

Za co dzieci uwielbiają rymowanki i za co my powinniśmy je szanować?

Zgadywanki doskonale ćwiczą umysł, poprawiają koncentrację, uczą logicznego myślenia, bawią, stymulują, a także podnoszą pewność siebie. Podczas każdej prawidłowej odpowiedzi dziecku towarzyszą emocje niczym uczestnikowi popularnego teleturnieju. Jest to doskonały sposób na przekazanie wiedzy lub sprawdzenie jej, a wszystko dzieje się poprzez dobrą zabawę.

Zagadki są narzędziem do gimnastyki również mózgu rodziców. Samodzielne wymyślanie treści dostosowanej do wieku naszych dzieci, wymaga kreatywności oraz poczucia humoru. Często zdarza się, że w trakcie zabawy przychodzą nam do głowy zagadki, rymowanki sprzed 20 lat. Pomyśl, że Twoje dziecko też będzie wspominało te Wasze zabawy, opowiadając o nich swoim dzieciom. Oczywiście koniecznie zamieniacie się rolami.

Zadawanie i rozwiązywanie zagadek jest wspaniałą formą wspólnie spędzanego czasu. Sprawdza się podczas długich podróży samochodem, pieszych wycieczek, zabija czas w poczekalni u lekarza, pomoże się zrelaksować przed wizytą u stomatologa lub szczepieniem. Czy warto czytać dzieciom wierszyki?

Dzieci uczą się naszego języka dzięki zanurzeniu się w nim, czyli słuchaniu naszej mowy. Czytanie książeczek wspiera ten rozwój jeszcze mocniej na każdym etapie, wzbogaca słownictwo, a także pomaga poznawać świat. Wierszyki dzięki swojej formie niosą jeszcze więcej korzyści.

- Są krótkie, więc łatwo się na nich skupić, nie nudzą, nie męczą.
- Rymy i stały rytm pomagają dziecku zapamiętywać. Wierszyki wpadają w ucho, wzbogacając słownik mimochodem. Dziecko uczy się rozróżniać podobnie brzmiące słowa, a także właściwie je akcentować.
- Zachęcają do znajdowania nowych rymów.
- Są zabawne, szczególnie te z wyrazami dźwiękonaśladowczymi.
- Uczą odczytywać emocje. Niemowlę oglądając mimikę rodzica mówiącego wierszyk, zaczyna kojarzyć konkretny wyraz twarzy z tonem głosu.
- Pomagają zapamiętać nazwy części ciała, odgłosy zwierząt, dni tygodnia, miesiące, a nawet reguły ortograficzne i tabliczkę mnożenia.
- Wspomagają terapie logopedyczne dzieci z wadami wymowy.
- Dzieci szybko się ich uczą, ćwicząc pamięć.
- Bawią podczas długich wieczorów, urozmaicają spacer, a nawet ułatwiają kąpiel, czy zmianę pieluszki.
- Inspirują dzieci do wymyślenia swoich własnych rymowanek.

Dobra rymowanka powinna być przewidywalna, sprawiać, że umysł będzie próbował podsunąć dziecku ostatnie słowo w wersie. Musi się ono rymować, a jednocześnie dawać logiczny obraz przedstawianej sytuacji.

Rymowanki z pokazywaniem

Uwielbiają je maluszki i przedszkolaki. Stymulują mózg na kilku płaszczyznach. Dziecko musi zapamiętać tekst, a jednocześnie skoordynować go z właściwymi ruchami. Ze starszakiem można powtarzać taką rymowankę coraz szybciej i szybciej, aż w końcu któreś z Was się pomyli.

Popularne i w coraz większej ilości dostępne są tzw. zabawy paluszkowe. Podczas wypowiedzania wierszyka kolejno aktywizujemy paluszki dziecka, o każdym coś opowiadając. Zagadki dostosowane do wieku

Niezwykle ważne jest, by zadanie nie było ani zbyt łatwe, ani zbyt trudne. Znając swoje dziecko, wiesz na jakim jest etapie, więc najlepiej ocenisz, z czym jest w stanie sobie poradzić. Zagadki, których nie da rady rozwiązać, mogą je zniechęcić i odnieść odwrotny skutek do oczekiwanego. Pytania banalne zaś sprawią, że zabawa przestanie być interesująca. Jeśli dziecko nie zna odpowiedzi, podrzucaj drobne wskazówki tak, by jednak samo odkryło odpowiedź.

Najmłodsze dzieci uwielbiają zagadki o zwierzętach, przyrodzie i wszystkim, co jest im bliskie.

Rymowanki dla najmłodszych

Dobrze jest uczyć takich zabaw już w wieku niemowlęcym. Powtarzane regularnie rymowanki dają poczucie bezpieczeństwa. Taki dobrze znany wierszyk może potem uspokoić dziecko w poczekalni u lekarza, czy w innej stresującej sytuacji.

Pamiętajmy też, że maluchy szybko się uczą. Już niemowlak będzie próbował powtórzyć Twoje gesty, ćwicząc małą motorykę, rozwijając percepcję wzrokową oraz umiejętność koncentracji.

W przypadku najmłodszych, rymowanki podczas których tylko rodzic wykonuje określone gesty, też są niezwykle wartościowe. Aktywizują zmysły dziecka. „Idzie rak”, czy „ważyła sroczka kaszkę”, to poza rytmicznie wypowiedzianymi słowami także dotyk, pomagający pogłębić więź z rodzicem, nauka przewidywania i niesamowita dawka radości.

Warto sięgać po tego typu wierszyki i cieszyć się wspólną zabawą. Z pewnością przyniesie ona dużo radości, a z czasem korzyści, w które warto inwestować każdą wolną chwilę.

Zagadki dla najmłodszych

Na grzbiecie kolce stroszy,
leczy kiedy coś go spłoszy,
ten nasz tuptuś mały,
w kulkę zwija się cały.

Jeż

Puchaty, rudy ogonek,
uszy czujnie postawione.
Lubi orzechy i żołądzie,
zimą dzięki nim głodna nie będzie.

Wiewiórka

Co to za rój pasiastych siostrzyczek?
Każda z nich taszczy nektary koszyczek.
Z nektaru zrobią pyszny miód,
będziemy mieć go w bród.

Pszczoly

Ten śniegowy panicz,
garnek ma na głowie.
W miejscu nosa marchew,
ulepił go człowiek!

Balwan

Byś po śniegu jeździć mógł
musisz przypiąć je do nóg.

Narty

O szyby dzwoni,
gdy chmura łąy roni.

Deszcz

Promienna panienska
zagląda przez okienka.

Słońce

Kiedy deszczyk pada,
szybko go rozkładasz.

Parasol

W jednym pudełku
mieszka ich wiele.
A do tych krążków
pędzi pędzelek.

Farby

Biegna, choć nóg nie mają,
płyną, żagla nie znając.
Lecą, a skrzydeł im nie trzeba,
zaraz zasłonią pół nieba.

Chmury

Zagadki dla starszych dzieci

Wyrzałem przez okno:
biegnie kręta wstęga,
zdawać by się mogło,
że do nieba sięga.

Droga

Rosła biała kulka,
wiatr powiał rozpędzony
Zniknęła biedulka,
porwał jej spadochrony.

Dmuchawiec

Nie śpiewa treli, ciągle tylko skrzeczy.
Nie lubi byle czego, lecz błyszczące rzeczy.
Biała jest na bokach,
\ta nasza pani...

Sroka

Ciągnie się za mną zimą i w lecie
i żaden siłacz go nie podniesie.

Cień

Pracuje głęboko,
pod czarnym sufitem.
Ludzie palą skarby,
przez niego zdobyte.

Górnik

Choć ma grzebień
to nigdy się nim nie czesze.

Kogut

Na ławce siedzą dwie osoby: duża i mała.
Mała jest synem dużej, a duża nie jest tatą małej
Kim jest duża osoba?

Mama

Koń jest na łańcuchu o długości 20 m.
Udało mu się sięgnąć jabłko z drzewa oddalonego o 30 m.
Jak to możliwe?

Drugi koniec łańcucha nie był nigdzie przymocowany.

Ile liter ma alfabet?

7 – **ALFABET**

Mężczyzna przetrwał 10 dni bez snu.
Jak to możliwe?

Wysypiał się nocami.

Co to jest?
Rano ma 4 nogi,
po południu 2,
a wieczorem 3?

Człowiek – jako niemowlę raczkuje, potem chodzi, na starość używa do tego laski.

Kalambury i teleturnieje

Gra w kalambury może opierać się na rysowaniu lub pokazywaniu. Pogracie w nią w dwie osoby, nawet w łóżku podczas choroby lub możecie urządzić sobie rodzinną rozgrywkę z podziałem na drużyny.

Inspiracje do zabaw z szaradami możesz czerpać ze znanych programów. Wystarczy je odpowiednio zmodyfikować.

- *Jaka to melodia?* – zamrucz dziecku któryś ze znanych mu utworów. Może to być kołysanka, znana Wam piosenka, czy czołówka z kreskówki. Kiedy zgadnie, zmiana i Ty zgadujesz mrużankę.
- *Koło fortuny* – możecie wykonać koło samodzielnie z tektury pinezki i korka albo zagrać po prostu w Wisielca, gdzie za każdą nieodgadniętą literkę przeciwnik rysuje kolejny element szubienicy. To świetna gra dla dzieci, które rozpoczynają swoją przygodę z czytaniem i pisaniem.

Zagadki, łamigłówki, szarady, to świetne pomysły na zabawę. Starsze dzieci uwielbiają rozwiązywać sudoku, krzyżówki, wykreślanki. Przy tego typu zajęciach czas upływa znacznie szybciej i przyjemniej, a umysł nieustannie ćwiczy. Dlatego właśnie warto wprowadzać takie zabawy już od najmłodszych lat.