Szanowni Rodzice! Kochane Dzieci!

W tym tygodniu proponuję zabawy i ćwiczenia rozwijające zmysł dotyku i słuchu. Rodzaj i ilość aktywności należy dobrać do indywidualnych możliwości każdego dziecka.

Życzymy dużo zdrowia☺

Zabawy i ćwiczenia rozwijające zmysł dotyku we wczesnym wspomaganiu

**Co to jest zmysł dotyku?**

Dotyk jest zmysłem rozwijającym się i dojrzewającym najwcześniej, bo już około piątego, szóstego tygodnia po poczęciu. Możemy go nazwać pierwotnym. Dziecko zaczyna poznawać świat właśnie za pomocą tego zmysłu.

Zmysł dotyku w chwili narodzin jest jedną z najbardziej rozwiniętych zdolności. Nie jest on jednak już w pełni ukształtowany. Noworodek wprawdzie czuje ofiarowywane mu pieszczoty, ale musi pokonać długą drogę, zanim zacznie rozróżniać wszystkie rodzaje wrażeń dotykowych i dokładnie umiejscawiać punkt ciała, który został dotknięty.

**To, co umożliwia dziecku nauczenie się rozpoznawania i różnicowania bodźców dotykowych, to jak największe i najbogatsze ich doświadczanie na sobie.**

W pierwszym półroczu życia podstawowym narzędziem poznawania jest jama ustna. W drugim półroczu rolę tę przejmują ręce i wówczas zaczyna rozwijać się koordynacja wzrokowo-ruchowa. Dziecko, patrząc na przedmiot, stara się go zdobyć. Podąża w jego kierunku, możliwymi dla siebie na danym etapie rozwoju ruchami. Dotyka, chwyta, manipuluje, zapamiętuje kształt, strukturę, ciężar, kolor, a nawet smak i zapach otaczających je obiektów. Stopami odczuwa różnorodność i nierówność podłoża.

Odbieranie wrażeń dotykowych odbywa się za pomocą czucia powierzchniowego i różnicującego. Czucie powierzchniowe odpowiada za lokalizowanie miejsca dotyku bez udziału wzroku, odróżnianie faktury materiału, powierzchni i kształtu.

Czucie różnicujące pozwala na odbieranie wrażeń związanych z bólem, temperaturą i ciśnieniem. Odczuwanie tych wrażeń zaczyna się w skórze, gdzie znajdują się receptory czucia głębokiego. Zlokalizowane są w naszych mięśniach, strukturach okołostawowych, więzadłach, ścięgnach i błędniku. Pobudzenia powstałe w receptorach płyną drogami nerwowymi do mózgu, a tam, w różnych częściach kory mózgowej, są analizowane, zapamiętywane i wykorzystywane do tworzenia zależnych od potrzeb odpowiedzi. Najczęściej są to odpowiedzi ruchowe, czyli ruchy.

Receptory dotyku różnią się między sobą zarówno budową, jak i funkcjami. Jedne reagują na dotyk, inne na ucisk, pociąganie, łaskotanie, jeszcze inne na ciepło, zimno, czy ból. Najwięcej receptorów dotyku znajduje się w okolicach warg, dłoni i stóp. Poziom ich wrażliwości jest zróżnicowany i stanowi indywidualna cechę każdego człowieka.

**Układ dotyku ma wpływ na:**

1. Poznawanie swojego ciała;
2. Wczesne poznawanie przedmiotów;
3. Rozpoznawanie przedmiotów bez udziału wzroku;
4. Różnicowanie bodźców dotykowych;
5. Rozwój emocjonalny.

Dzieci nadwrażliwe na dotyk unikają przytulania, dotykania brudzących substancji i jedzenia określonych produktów. Niektóre z nich chodzą na palcach, by uniknąć kontaktu z podłogą, albo niewłaściwie się zachowują, nie chcąc, żeby ktoś je czesał lub mył.

Defensywność ta uniemożliwia czasem stosowanie podpowiedzi fizycznych. Na przykład położenie dłoni na ręce dziecka, aby pomóc mu w rysowaniu okręgu lub złapaniu piłki, ułatwia zwykle naukę poprzez wykorzystanie pamięci mięśniowej. Jeżeli jednak dziecko nie pozwala się dotknąć, trzeba znaleźć inne metody nauczania, jak również pomóc mu w radzeniu sobie z dotykiem.

Dziecko nadwrażliwe dotykowo może na początku potrzebować rękawic lub patyka, żeby dotknąć niektórych materiałów czy substancji. Stopniowo jednak należy namawiać je do używania gołych rąk.

**Ze względu na to, że każde dziecko jest wyjątkowe, wszystkie zabawy i ćwiczenia dopasowujemy indywidualnie do dziecka i do jego aktualnych możliwości**.

Przedmioty dostarczane do stymulacji dotykowej powinny mieć zróżnicowaną strukturę powierzchniową. Bogactwo proponowanych wrażeń dotykowych pozwala dziecku na rozwijanie i przeżywanie różnych doświadczeń zmysłowych.

**Propozycje rodzajów powierzchni:**

* miękka,
* twarda,
* gładka,
* śliska,
* chropowata,
* cienka,
* gruba,
* szorstka,
* puszysta,
* gąbczasta,
* ostra,
* kłująca,
* ciepła,
* zimna,
* wilgotna.

**Propozycje zabaw i ćwiczeń stymulujących zmysł dotyku dziecka**

**Zabawa w wyczuwanie powierzchni, po której chodzę**

Cel: stymulacja dotykowa, słuchowa.

Sposób realizacji:

Rozkładamy przed dzieckiem chodniczek o zmiennej fakturze powierzchni, a następnie zapraszamy je na bosy spacer po chodniczku.

Spodziewany efekt: oswojenie dotykowe dziecka z powierzchnią o różnej fakturze.

Modyfikacje: dziecko chodzi po folii bąbelkowej, po folii malarskiej, po szarym papierze, po sztucznej trawie, po wykładzinie, po futerku. Dziecko dotyka powierzchni o różnej fakturze różnymi częściami ciała (całą dłonią, opuszkami palców, grzbietem dłoni, stopą, palcami stopy …), dziecko chodzi po drodze zrobionej ze swoich odbitych stóp, do których są przyklejone materiały o zróżnicowanej strukturze, dziecko pokonuje bosymi stopami szlak ze sznurka, do którego przyczepione są gryzaki, gumowe zabawki, supły …

**Zabawa w rozróżnianie i grupowanie przedmiotów o takiej samej fakturze**

Cel: stymulacja dotykowa, ćwiczenie uwagi, spostrzegawczości.

Sposób realizacji:

Terapeuta rozkłada przed dzieckiem znane mu przedmioty o różnej fakturze oraz dwa jednakowe kosze. Naprowadza dziecko mówiąc „Do tego kosza włóż same pluszowe przedmioty, a  do tego kosza włóż przedmioty plastikowe”. W pierwszej podjętej próbie terapeuta pokazuje dziecku, w jaki sposób ma ono wykonać zadanie. Następnie dziecko samodzielnie grupuje  przedmioty.

Spodziewany efekt: dziecko potrafi segregować przedmioty o różnej fakturze.

Uwagi: stopniowo zwiększamy liczbę przedmiotów do segregacji.

Modyfikacje: łączenie w pary przedmiotów o przeciwstawnych cechach powierzchni (np. gładka – szorstka, miękka – twarda), łączenie w pary woreczków z materiałem o różnej strukturze (z kasztanami, fasolą, grochem, szklanymi kulkami).

**Zabawy z wykorzystaniem materiału plastycznego**

Cel: stymulacja dotykowa, stymulacja wzrokowa, rozwijanie sprawności manualnej.

Sposób realizacji:

Terapeuta kładzie  przed dzieckiem masę plastyczną oraz różnego rodzaju foremki, plastikowe, nożyki i nożyczki, wałeczki. Zachęca dziecko do dotykania, ugniatania, rozciągania, lepienia, darcia, oklejania, formowania. Terapeuta nazywa każdą aktywność podejmowaną przez dziecko wzbogacając przy tym słownictwo dziecka. Terapeuta nazywa kolory mas plastycznych. Pokazuje dziecku, w jaki sposób może ono uformować z danej masy kulkę, czy wałeczek. Zachęcając dziecko do współpracy, wspólnie bawią się masą plastyczną (dotykanie, ugniatanie, ściskanie, rozciąganie, lepienie, rozrywanie, darcie, oklejanie, formowanie). Terapeuta zachęca dziecko do dialogu na temat wykonywanych czynności.

Spodziewany efekt: dziecko doświadcza różnego rodzaju mas plastycznych, rozwija  koordynację wzrokowo-ruchową, wzbogaca słownictwo.

Uwagi: w zabawach tych można wykorzystać różnego rodzaju masy (solne, papierowe …), gąbki, gazety, papiery, materiał przyrodniczy itp.

Modyfikacje: zabawa z cieczą newtonowską (mąka wymieszana z wodą) – dziecko bawi się cieczą, może robić kulki, szukać zatopionego guzika, może barwić ciecz kawałkami bibuły – dodatkowo stymulacja wzrokowa), do cieczy można również dodać zapach (dodatkowo stymulacja węchowa).

**Zabawa w darcie gazet**

Cel: skupienie uwagi, ćwiczenie chwytu pęsetowego, kształtowanie poczucia sprawczości u dziecka.

Sposób realizacji:

Wkładamy kolorową kartkę gazety w dłonie dziecka. Terapeuta trzyma dłonie dziecka i wykonuje nimi czynności darcia papieru. Należy pamiętać, aby dziecko skupiało wzrok na wykonywanej czynności. Po każdorazowej udanej próbie, gdy dziecko wykazuje najmniejszą współpracę chwalimy je. W miarę nabywania tej umiejętności przez dziecko wycofujemy podpowiedź manualną.

Spodziewany efekt: rozwój poczucia sprawczości, dziecko potrafi drzeć papier.

**Zabawa w gniecenie folii aluminiowej (folii bąbelkowej, bibuły)**

Cel: stymulacja dotykowa, wydłużanie czasu skupienia uwagi.

Sposób realizacji:

Wkładamy w dłonie dziecka kawałek folii aluminiowej. Terapeuta trzyma dłonie dziecka i wykonuje nimi czynność zgniatania folii. Zwracamy uwagę na skupianiu wzroku dziecka na wykonywanej czynności. Po każdorazowej udanej próbie chwalimy dziecko. W miarę nabywania tej umiejętności przez dziecko wycofujemy podpowiedź manualną.

Spodziewany efekt: rozwój sprawności motorycznej dłoni, rozwój poczucia sprawczości – dziecko potrafi zgniatać folię aluminiową.

Modyfikacje: porwane  kawałki folii bąbelkowej dziecko zgniata w kulki i próbuje umieścić je w plastikowej butelce o dużym otworze, następnie celując w mały otwór.

Powodzenia☺