

Wychowanie przedszkolne

System "edukacja przez ruch" w wyrabianiu gotowości
do nauki czytania i pisanie

Opracowanie
Anita Kępińska

Piła 2017

Wstęp

Koncepcja systemu – „**Edukacja przez ruch**” opiera się na współczesnym dorobku naukowym neurobiologów, psychologów i terapeutów, a także na praktycznych doświadczeniach pedagogicznych.

Respektuje podstawy i najnowsze badania związane z pracą mózgu i jej wpływem na proces uczenia się organizmu.

Edukacja przez ruch to kinezylogiczny system kształcenia i terapii, opracowany przez Dorotę Dziamską, który wykorzystuje naturalny, spontaniczny ruch organizmu w procesie jego rozwoju.

Niezwykle istotne jest przy tym uruchomienie podczas działania wielu zmysłów (integracja sensoryczna). Oparcie poznawania świata na jednoczesnym uruchamianiu: wzroku, słuchu, dotyku, ruchu aktywizuje pracę mózgu, zapewnia prawidłowe dotlenienie mózgu. Ruch staje się więc podstawą integracji sensorycznej i umożliwia jej pełną realizację podczas zajęć.

Poprzez pracę tym systemem dziecko:

- Usprawnia motorykę małą poprzez kreślenie znaków grafomotorycznych,
- Zdobywa umiejętności składania papieru według zasad origami,
- Wzbogaca swój słownik oraz nabiera umiejętności wypowiadania się,
- Rozwija umiejętności współpracy w grupie,
- Odreaguje stresy i niepowodzenia,
- Ma okazję przeżyć sukces,
- Zwiększa poczucie własnej wartości

System **Edukacja przez ruch** jest zbiorem ćwiczeń usprawniających poszczególne funkcje rozwijającego się organizmu. Wszystkie ćwiczenia wykorzystują naturalny ruch dziecka. W ich wyniku powstaje plastyczna, techniczna i artystyczna impresja.

Poszczególne ćwiczenia spełniają określone funkcje, które powinny być wyznacznikiem zaplanowanych form aktywności dzieci. Ich przebieg i procedury opracowuje nauczyciel, uwzględniając kolejne etapy w rozwoju psychofizycznym, społecznym i poznawczym swoich dzieci.

Edukacja przez ruch zawiera:

- Graficzne ćwiczenia wpływające na stabilizację lateralną, wykonywane na małej i wielkiej płaszczyźnie jedną ręką,
- Graficzne ćwiczenia wpływające na synchronizację pracy mózgu, wykonywane na małej i wielkiej płaszczyźnie oburącz,
- Graficzne ćwiczenia wpływające na równoważenie lateralne, wykonywane na małej i wielkiej płaszczyźnie raz jedną raz drugą ręką,
- Ćwiczenia manipulacyjne wspomagające sprawność dłoni, ręki, nogi i całego organizmu z wykorzystaniem zabawek dydaktycznych, które pomagają w uzyskaniu koncentracji,
- Ćwiczenia rytmicznej manipulacji z wykorzystaniem zabawek dydaktycznych, wpływające na równoważenie lateralne organizmu,
- Ćwiczenia spontanicznego ruchu całego ciała jako formy pozawerbalnej komunikacji wspomagające koncentrację i polisensoryczne poznawanie.

Każde zajęcie systemu powinno zawierać następujące elementy:

- A. Ćwiczenie o charakterze graficznym lub manipulacyjnym, rytmicznie wykonywane przy optymalnym ruchu całego ciała.
- B. Swobodne działanie z wykorzystaniem różnorodnych technik plastycznych, prowadzące do powstania karty pracy; u starszych dzieci swobodne działanie powinno być stopniowo zamieniane na działanie realizujące, np. polecenia nauczyciela.
- C. Zestawienie indywidualnych kart pracy w kartę zespołową. Swobodna rozmowa na jej temat.
- D. Wykorzystanie powstałej karty pracy do przemyślanej analizy, dzięki której możemy zaplanować kolejne formy działania dzieci podczas zajęć.

Struktura typowego zajęcia systemu **Edukacja przez ruch** wykorzystuje różne formy aktywności, bardziej lub mniej złożone, w zależności od poziomu rozwoju społecznego dzieci.

Najczęściej zajęcia zawierają trzy podstawowe formy aktywności: ćwiczenie, zabawę, grę.

1. **Ćwiczenia** to najprostsze formy aktywności, które doskonalą poszczególne funkcje organizmu, np. kreślenie kropek, kresek, klaskanie, tupanie.

2. **Zabawy** to formy bardziej złożone. Składają się z kilku ćwiczeń, np. chodzenie wokół stołu i rytmiczne kreślenie kropek na dużej płaszczyźnie papieru raz prawą raz lewą ręką. Zabawy doskonalą jednocześnie kilka funkcji organizmu.
3. **Gry** to złożone formy aktywności dzieci. Składają się z kilku ćwiczeń. Dzieci wykonują czynności według ściśle określonych zasad, np. ograniczanie czasu ich wykonywania. Gry doskonalą kilka funkcji organizmu, motywują dziecko do podejmowania świadomej próby wykonania zadania jak najlepiej.

Ponieważ **Edukacja przez ruch** jest przykładem pedagogicznego systemu, którego podstawę stanowi holistyczny model rozwoju człowieka, podejmowane przez dzieci podczas zajęć formy aktywności wspierają ich rozwój w czterech obszarach jednocześnie (poznawczy, fizyczny, emocjonalny, społeczny).

Aby dobrze przygotować zajęcia z systemu **Edukacja przez ruch** nauczyciel powinien przestrzegać następujących zasad:

- Jeśli grupa jest niezdyscyplinowana – ruch można zaplanować początkowo wyłącznie w obrębie jednej ławki lub stolika, aby wzrost aktywności emocjonalnej podczas ćwiczenia nie zaburzył dyscypliny podczas zajęć.
- Jeśli grupa jest zdyscyplinowana – można proponować ruch w całej sali.
- Dbając o rozwój w czterech obszarach i przyjmując założenie idei holistycznego rozwoju, nie wyręczać dzieci w niczym.
- Nie traktować rytmicznego kreślenia wyłącznie jako zabawy plastyką czy sztuką. Mając świadome podejście do istoty i funkcji ćwiczeń, których celem jest przede wszystkim aktywizacja mózgu i stymulacja rozwoju pamięci długotrwałej, należy traktować je poważnie na równi z innymi metodami nauczania. **Edukacja przez ruch** to nie tylko zabawa, ale kształcąco – wychowujący system wspierania rozwoju człowieka.
- Trafnie dobierać muzykę i inne pomoce potrzebne do realizacji systemu, aby zapewnić prawidłowy przebieg poszczególnych ćwiczeń.
- Graficzne ćwiczenia systemu wykonywać z dziećmi przede wszystkim na przyklejonych do stołów kartkach papieru.
- Graficzne ćwiczenia wykonywać z dziećmi przy optymalnym ruchu całego ciała, a nie jednej lub obu rąk.
- Każde ćwiczenie rozpoczyna od ruchu ciała wywołanego przez muzykę lub podany rytm.

- Właściwe kreślenie znaku grafomotorycznego na kartce rozpoczynać wówczas, gdy dziecko porusza się rytmicznie i płynnie kreśli znak w przestrzeni, przy czym to ruch ciała wywołuje procedurę, która umożliwia kreślenie na kartce.
- Dbą o ergonomię pomieszczenia, w którym organizuje się zajęcia, bowiem zintegrowany ruch całego ciała wymaga przestrzeni, powietrza i swobody.

Jestem autorką kursu doskonalącego: **System „Edukacja przez ruch” w wyrabianiu gotowości do nauki czytania i pisania** adresowanego do nauczycieli wychowania przedszkolnego i edukacji wczesnoszkolnej. Co roku kurs ten cieszy się dużą popularnością a system znajduje wciąż nowych zwolenników.

Program kursu przewiduje między innymi projektowanie scenariuszy zajęć prowadzonych systemem Edukacja przez ruch w poszczególnych grupach wiekowych.

W grudniu 2016 r. odbył się kurs, na którym grupy kursantek pod moim kierunkiem wypracowały projekty zajęć prowadzonych systemem **Edukacja przez ruch**. Ciekawe i oryginalne pomysły oraz poprawność metodyczna zaprojektowanych zajęć z pewnością staną się cenną wskazówką i inspiracją dla wszystkich nauczycieli, którym w/w kinezylogiczny system kształcenia i terapii wydaje się być systemem skutecznym i o wszechstronnym zastosowaniu.

Wszystkich nauczycieli zafascynowanych systemem Edukacja przez ruch zapraszam na kolejne edycje kursu, a przeszkolonym nauczycielom życzę satysfakcji z efektów prowadzenia zajęć.

PROJEKT NR 1

GRUPA WIEKOWA: 4, 5 LATKI

WZÓR: kreski poziome

TEMAT: „Ruch drogowy”

CEL GŁÓWNY: rozwijanie sprawności grafomotorycznej

CELE OPERACYJNE:

Dziecko:

- kreśli rytmicznie linie poziome w powietrzu i na przyborach gimnastycznych
- rytmicznie rysuje linie poziome na kartce z zachowaniem kierunku (od lewej do prawej)

ŚRODKI DYDAKTYCZNE: płyta CD, kolorowe kartki, klej, wycięte koła, kredki

PRZEBIEG:

A. ĆWICZENIA GRAFICZNE – kreski poziome

1. Układanie laski gimnastycznej poziomo, rytmiczne wodzenie palcem po lasce od lewej do prawej strony, powtórzenie ćwiczenia nogami;
2. Wodzenie dłonią po szczebelkach drabinki i sznurowadłach;
3. Kreślenie palcem kresek poziomych od strony lewej do prawej; na sygnał dzieci zamieniają się miejscami;
4. Kreślenie kresek poziomych wybranym kolorem (czarny, szary, biały, granatowy) na sygnał dzieci zmieniają się kredkami;

B. SWOBODNE DZIAŁANIE Z WYKORZYSTANIEM RÓŻNYCH TECHNIK PLASTYCZNYCH PROWADZĄCYCH DO POWSTANIA PRAC:

1. Wybranie 3 dużych kół w jednakowym kolorze, 6 małych czarnych, 3 małych białych;
2. Rytmiczne składanie 3 dużych kół na pół, białych na ćwiartkę;
3. Umieszczanie kół w dowolnych miejscach na kartce, doklejenie czarnych kół, umieszczenie ćwiartki z białego koła na dużym kole;
4. Swobodne ozdabianie samochodów;



C. ZESTAWIENIE KART PRACY

Analiza prac; co było łatwe, a co trudne.

D. WYKORZYSTANIE KART PRACY

1. Klasyfikowanie, np. wg kolorów i kierunku jazdy;
2. Swobodne poruszanie się dzieci w rytm muzyki. Na przerwę w muzyce spotykają się samochody, np. wszystkie czerwone;
3. Utrwalenie kierunków;

PROJEKT NR 2

GRUPA: pięciolatki

WZÓR: wiązka niepełna

TEMAT: Kot-nad i pod

CEL GŁÓWNY: rozwijanie sprawności grafomotorycznej

CELE OPERACYJNE:

DZIECKO:

- Kreśli wiązkę niepełną na arkuszu papieru naprzemiennie prawa i lewą ręką.
- Kreśli wiązkę niepełną w powietrzu .
- Rytmicznie składa koła na pół.

ŚRODKI DYDAKTYCZNE:

kartka A4, kredki (czarny, ciemny szary, jasny szary, brąz), klej, płyta z muzyką, laski gimnastyczne, 2 małe koła (jeden kolor-żrenice), 3 małe koła (2 taki sam kolor-oczy, 1 kolor dowolny-nos), 1 średnie koło (czerwień-języczek), 2 duże koła (dowolny kolor-uszy)

PRZEBIEG:

A. ĆWICZENIA GRAFICZNE

1. Układanie wzoru wiązki niepełnej na podłodze z lasek gimnastycznych, dzieci przy muzyce wodzą naprzemiennie raz jedną raz drugą ręką po ułożonym wzorze.
2. Kreślenie wzoru wiązki w powietrzu - obiema rękoma (naśladują fajerwerki).
3. Kreślenie wzoru na plecach kolegi (dzieci stoją w kole, na sygnał następuje zmiana kierunku i kreślenie ręką dominującą na plecach sąsiada (cały wzór) na sygnał obrót w drugą stronę)-w rytm muzyki.
4. Siedząc na krześle kreślą wzór obiema nogami w rytm muzyki.
5. Rysowanie wiązki niepełnej - naprzemiennie na kartce papieru (kartka w poziomie) w rytm muzyki.
6. Na sygnał (kłaśnięcie) zmiana kredki-wymiana z kolegą ze stolika i dalsze naprzemienne rysowanie.
7. Na sygnał (kłaśnięcie) rysowanie obiema nogami na podłodze, na sygnał – obie ręce

rysują i tak 3 razy na zmianę.

B. SWOBODNE DZIAŁANIE Z WYKORZYSTANIEM RÓŻNYCH TECHNIK PLASTYCZNYCH

1. Rytmiczne zginanie wszystkich kół.
2. Przyklejanie elementów.
3. Własne dodatki na powstałym kocie np. obroża, łątki.



C. ZESTAWIENIE KART PRACY

1. Analiza prac

D. WYKORZYSTANIE KARTY PRACY DO KOLEJNYCH FORM DZIAŁANIA

1. Orientacja w przestrzeni: umiejscowienie kota: nad, pod, obok, prawa, lewa strona stolika.
2. Do tematu zwierząt, które widzą w nocy.
3. Gimnastyka koci grzbiet.

Bianka Dondera – Publiczne Przedszkole nr 19 im. Misia Uszatka w Pile
Agata Grzyśnik – Publiczne Przedszkole nr 14 im. Wróbelka Elemelka w Pile
Sylvia Ćwirzeń – Publiczne Przedszkole nr 12 w Pile
Beata Gast – Publiczne Przedszkole nr 12 w Pile

PROJEKT NR 3

GRUPA WIEKOWA: 5,6 – latki

WZÓR: kropki

TEMAT: „Mikołaj”

CEL GŁÓWNY: rozwijanie sprawności grafomotorycznej.

CELE OPERACYJNE:

Dziecko:

- wskazuje kropki – styropianowe kule- raz palcem wskazującym, oburącz równocześnie i naprzemiennie (analogicznie stopami, w siadzie w powietrzu);
- dotknie językiem rozsypane żelki;
- kreśli kropki z kleju i brokatu na kartce papieru formatu A4;
- rytmicznie złoży koła na połowę;

ŚRODKI DYDAKTYCZNE:

niebieska i biała kartka A4, klej magik, brokat, nożyczki, koła : 4 duże czerwone i 1 duże białe, 2 średnie czerwone i 1 białe, 7 kółek małych białych, 2 małe czerwone, brązowa kredka, żelki, styropianowe kule, CD;

PRZEBIEG:

A. ĆWICZENIE GRAFICZNE :

1. Dotykanie palcem wskazującym raz jedną ręką (nogą), raz drugą ręką (nogą) i oburącz (obunóż) rozrzuconych na dywanie styropianowych kul oraz powietrzu, w rytm muzyki w tempie zmiennym, powtórzenie ćwiczenia z wykorzystaniem różnych części ciała: łokcie, głowę, pięty;
2. Dotykanie przy stoliku rozsypanych na tacce żelków kulistych, najpierw palcem (raz jedną ręką, raz drugą i oburącz – analogicznie z nogami i razem nogi i ręce) nosem i językiem, po zjadamy (do muzyki rytmicznie ze zmianą tempa);



3. stawianie kropek palcem w rytm muzyki klejem magikiem ze zmianą rąk (jedna, druga i oburącz), po czym w miejsce z klejem stawianie kropek palcem umocznym w brokacie w rytm muzyki (jedną ręką i oburącz);

B. SWOBODNA DZIAŁALNOŚĆ PLASTYCZNA:

1. rytmiczne darcie pasków białego papieru, przyklejanie, rytmiczne składanie kół raz jedną ręką, raz drugą, przyklejanie kół, dorysowywanie elementów wg własnej inwencji (np.: laski, oczu, buzi, butów itp.);

C. ZESTAWIENIE PRAC :

1. rozmowa na temat kart (co było łatwe a co trudne itp.);

D. WYKORZYSTANIE PRAC DO INNEJ FORMY AKTYWNOŚCI:

1. nauka piosenki z pokazywaniem o mikołaju np.: „Mikołaj jedzie samochodem”, „Mikołaj, Mikołaj” – z cyklu „Ruch i muzyka” (Meger), którą zaśpiewamy podczas spotkania z Mikołajem w przedszkolu;

PROJEKT NR 4

GRUPA WIEKOWA: 5, 6 latki

WZÓR: Kreski stojące

TEMAT: Wiosna na łące

CEL GŁÓWNY: Rozwijanie sprawności grafomotorycznej

CELE OPERACYJNE

Dziecko:

- kreśli kreski pionowe w powietrzu
- kreśli kreski pionowe na kartce
- zgina koła na pół

ŚRODKI DYDAKTYCZNE: odtwarzacz CD, kartki, kredki, płyta CD, papierowe koła, klej, nożyczki

PRZEBIEG:

A. ĆWICZENIE GRAFICZNE

1. Kreślenie kresek pionowych na szarfach, na stojąco w kole w powietrzu ręką prawą następnie lewą:
 - marsz z kreśleniem raz ręką prawą, raz lewą i oburącz,
 - na kłaśnięcie kreślimy nogą prawą, następnie lewą,
 - na kłaśnięci siadamy na krześle i kreślimy kreski nogą raz prawą, następnie lewą i obie nogi.
2. Kreślenie kresek pionowych na kartce bez użycia kredek:
 - najpierw ręka prawa, na kłaśnięcie ręka lewa, następnie obie ręce.
3. Kreślenie kresek pionowych przy pomocy kredki zielonej i żółtej:
 - kredka zielona w jednej ręce, kredka żółta w drugiej,
 - na kłaśnięcie zmiana kredek,
 - na kłaśnięcie zamieniamy się kredkami z kolegą/koleżanką,
 - kreślimy kreski w tempie muzyki, raz wolniej, raz szybciej.

B. SWOBODNE DZIAŁANIE Z WYKORZYSTANIEM RÓŻNYCH TECHNIK PLASTYCZNYCH PROWADZĄCYCH DO POWSTANIA PRAC

1. Zginanie kół: 2 dużych, 1 średnie i 4 małych kół;
2. 1 duże koło odkładamy z boku;
3. Rytmiczne darcie ramki –bierzemy kartkę i rytmicznie drzemy papier na ramkę do obrazka;
4. Przyklejamy ramkę;
5. Przyklejamy biedronkę: duże koło przyklejamy w dowolnym miejscu. Następnie dwa duże zgięte koła przyklejamy na dużym kole pod kątem. Średnie koło przyklejamy nad dużym kołem. Cztery mniejsze koła przyklejamy na dwa duże zgięte koła;
6. Przyklejamy motyla: cztery małe koła przyklejamy pionowo z góry na dół. Następnie dwa średnie koła przyklejamy z prawej strony, a dwa pozostałe z lewej;
7. Dorysowanie brakujących elementów do motyla i biedronki;



C. ZESTAWIENIE KART PRACY

1. wspólne oglądanie prac
2. rozmowa co było łatwe, co trudne
3. co mi się podoba

D. WYKORZYSTANIE KART PRACY

1. rozmowa o zwierzętach/owadach żyjących na łące
2. piosenka o biedronkach
3. wierszy

PROJEKT NR 5

GRUPA WIEKOWA: 6 – latki

WZÓR: koła

TEMAT: „Nasi kochani dziadkowie”

CEL GŁÓWNY: Rozwijanie sprawności grafomotorycznej

CELE OPERACYJNE:

Dziecko:

- kreśli kształt koła raz jedną, raz drugą ręką w powietrzu i na kartce;
- wydziera paski papieru z góry na dół;
- składa i przykleja koła z papieru;

ŚRODKI DYDAKTYCZNE:

nośnik z muzyką, hula – hop, woreczki, arkusze białego papieru (A3), arkusze kolorowego papieru (A4), taśma klejąca, wycięte koła (2 duże, 2 średnie, 13 małych, klej, kredki)

PRZEBIEG

A. ĆWICZENIE GRAFICZNE

1. Kreślenie palcem po wzorze – hula hop rozłożone na dywanie;
2. Kreślenie palcem kształtu koła w powietrzu w rytm muzyki;
3. Kreślenie palcem kształtu koła na plecach kolegi;
4. Kreślenie palcem na przyklejonej kartce, najpierw jedną ręką, potem drugą;
5. Kreślenie nogami w rytm muzyki, raz jedną, raz drugą;
6. Złożenie kartki na pół, kreślenie koła na jednej stronie kartki, raz jedną ręką, raz drugą
- w rytm muzyki, za pomocą kredek (brązowej , pomarańczowej). Powtórka tego samego na drugiej stronie kartki.

B. SWOBODNE DZIAŁANIE Z WYKORZYSTANIEM RÓŻNYCH TECHNIK PLASTYCZNYCH PROWADZĄCYCH DO POWSTANIA PRAC

1. Wypełnienie środka koła kredką;
2. Wydzieranie pasków z papieru w rytm muzyki;
3. Rytmiczne składanie kół;
4. Przyklejanie kół według instrukcji (2 duże, 2 średnie, 13 małych);
5. Dorysowywanie włosów;



C. ZESTAWIENIE KART PRACY

1. Rozmowa na temat pracy, co było łatwe, trudne, co się podobało;

D. WYKORZYSTANIE KART PRACY

1. Prezent dla dziadków;
2. Do nauki piosenki