

Scenariusz zajęć rewalidacyjnych

Temat: Rozwijanie motoryki małej poprzez gimnastykę ręki u dzieci z trudnościami grafomotorycznymi.

Data: 28.05.2025 r.

Nauczyciel: Agnieszka Nowicka

Czas trwania zajęć: 60 minut

Uczestnicy zajęć: Uczniowie ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi

Miejsce: sala lekcyjna nr 104

Cel ogólny:

- Rozwijanie sprawności manualnej i precyzyjnych ruchów dłoni oraz palców.

Cele operacyjne:

Uczeń:

- rozpoznaje prawą i lewą dłoń na obrazku oraz na własnym ciele,
- naśladuje ruchy dłoni i palców według pokazanego wzoru,
- wykonuje ćwiczenia zręcznościowe z użyciem pomponów, gumek, kulki sensorycznej,
- odwzorowuje układ elementów (pomponów, gumek) zgodnie z instrukcją lub obrazkiem,
- tworzy własne instrukcje ruchowe i przekazuje je rówieśnikowi,
- kontroluje siłę nacisku (np. przy ściskaniu kulki sensorycznej lub robieniu gniotka),
- wykonuje ćwiczenia oddechowe i rozciągające z zakresu gimnastyki śródlekcyjnej,
- uczestniczy w refleksji końcowej,
- współpracuje z rówieśnikiem, potrafi dostosować się do reguł zabawy.

Cele rewalidacyjne:

- Usprawnianie motoryki małej.
 - Doskonalenie precyzyjnych ruchów palców i dłoni poprzez ćwiczenia z pomponami, gumkami, kulką sensoryczną oraz tworzenie gniotka.
 - Rozwijanie siły chwytu i kontroli nacisku podczas ściskania piłeczki i wykonywania masażu.
- Doskonalenie koordynacji wzrokowo-ruchowej.
 - Ćwiczenia odwzorowywania gestów i układów na podstawie obrazka i wzoru od kolegi.
 - Rozwijanie umiejętności wykonywania zadań na podstawie instrukcji wzrokowej i słuchowej.
- Rozwijanie koncentracji uwagi i pamięci ruchowej.
 - Utrzymywanie uwagi podczas sekwencyjnych ćwiczeń manualnych.
 - Wykonywanie ćwiczeń według kolejności i zgodnie z instrukcją.
- Rozwijanie percepcji dotykowej i propriocepcji.

- Stymulacja receptorów czuciowych poprzez dotyk różnych materiałów: pomponów, gumek, balonów, kulek.
- Kształtowanie czucia głębokiego i świadomości ułożenia dłoni/palców podczas ćwiczeń.

Metody pracy: zadaniowa, praktycznego działania, naśladownictwo, aktywizująca, elementy integracji sensorycznej, zabawowa, praca twórcza i improwizacja.

Forma zajęć: indywidualna, w parach

Środki dydaktyczne: obrazki z dłońmi pokazującymi gesty, przeźroczyste rękawiczki z pomponami, taśma klejąca, kartki z rysunkiem dłoni, kredki, frotkowe gumki, kulki sensoryczne, balony, mąka, ryż, lejki, mazaki, wstążka, kolorowe druciki, kostka z pytaniami, muzyka relaksacyjna

Lp.	Etap lekcji	Zadania	Czynności nauczyciela	Czynności ucznia	Środki dydaktyczne	Metody	Czas
1.	Część wstępna: mobilizująco – organizacyjna.	1. Powitanie uczniów	1. Nauczyciel mówi: „Przywitajmy się dziś palcami, bez użycia słów” – stworzenie miłej i przyjaznej atmosfery. Następnie prosi chłopców, żeby wymyślili swoje własne powitanie. Może to być gest, rytm lub symbol. Nauczyciel informuje również uczniów, że na zajęciach będą wykonywać ćwiczenia doskonalące pracę rąk i zręczność.	1. Dzieci pokazują „cześć” na różne sposoby: - machają samym kciukiem, - robią „serduszko” palcami - pstrykają palcami.		Metoda zabawowa, pracy twórczej i improwizacji	3 min
		2. Gimnastyka dłoni	2. Przed rozpoczęciem ćwiczenia nauczyciel wyjaśnia uczniom, że na obrazku widać dwie dłonie (prawą i lewą), które przedstawiają różne gesty. Nauczyciel prosi dzieci o wskazanie na obrazku prawej i lewej dłoni oraz o pokazanie swojej prawej i lewej dłoni. Nauczyciel demonstruje ułożenie dłoni zgodnie z widocznym obrazkiem. Sprawdza wykonanie ćwiczenia przez uczniów. W razie potrzeby pomaga dzieciom prawidłowo odwzorować gest.	2. Chłopcy uważnie słuchają wyjaśnień nauczyciela. Uczniowie pokazują zarówno na obrazku jak i swoją prawą i lewą dłoń. Następnie ustawiają swoje dłonie zgodnie z ilustracją i wskazówkami nauczyciela. Dzieci powtarzają to ćwiczenie pięć razy.	Plansze demonstracyjne dłoni, przedstawiające różne gesty	Metoda naśladownicwa	10 min

2.	Część główna: intensywna praca rewalidacyjna.	1. Gimnastyka mózgu z pomponami	1. Nauczyciel przykleja do ławki przeźroczyste rękawiczki, w których są kolorowe pompony. Następnie tłumaczy chłopcom, że ich zadaniem jest przesunąć pompony paluszkami w miejsce przedstawione na ilustracji. Następnie nauczyciel rozdaje uczniom kartki, na których narysowane są dłonie. Zadaniem uczniów jest narysować pompony na czubkach paluszków. Nauczyciel informuje dzieci, że żeby ćwiczenie się udało, żaden kolor narysowanych pomponów nie może się powtórzyć. Następnie mówi uczniom, że mają powtórzyć ćwiczenie zgodnie z wykonanym obrazkiem. Później chłopcy wymieniają się samodzielnie zrobionymi instrukcjami i jeszcze raz wykonują to samo ćwiczenie.	1. Uczniowie przesuwają pompony paluszkami zgodnie z instrukcją nauczyciela. Chłopcy rysują pompony na narysowanych dłoniach. Dzieci przesuwają pompony paluszkami zgodnie z samodzielnie wykonanymi wskazówkami. Uczniowie wykonują ćwiczenie według wskazówek otrzymanych od kolegi.	Kolorowe pompony, przeźroczyste rękawiczki, taśma klejąca, rysunki dłoni, kredki	Metoda zadaniowa	10 min
		2. Przerwa śródlekcyjna	2. Nauczyciel prosi uczniów o wstanie i odejście od stolików oraz wykonanie kolejnych ćwiczeń: - „sięganie nieba” – wyciąganie rąk w górę jak najwyżej, - „drzewo na wietrze” – krążenie ramion w przód i tył, - pięć przysiadów,	2. Chłopcy wstają i odchodzą od stolików oraz wykonują ćwiczenia ruchowe zgodnie z poleceniem nauczyciela.	Muzyka relaksacyjna	Metoda aktywizująca	5 min

		3. Frotkowe wzory na paluszkach	- głębokie oddechy: unoszenie rąk w górę przy w dechu oraz opuszczanie rąk podczas wydechu. 3. Przed rozpoczęciem ćwiczenia nauczyciel wyjaśnia uczniom, że na obrazku widać jedną dłoń, na której paluszkach są kolorowe gumki. Nauczyciel prosi uczniów o rozpoznanie, która dłoń jest na obrazku oraz o pokazanie swojej tej samej dłoni. Nauczyciel wyjaśnia dzieciom, że ich zadaniem jest nałożyć gumki na paluszki zgodnie z instrukcją oraz informuje uczniów, żeby zwrócili uwagę na kolory gumek. Dodaje również, że gumki powinny znajdować się w okolicy paznokci, a nie przy nasadzie palców. Po nałożeniu gumek na paluszki nauczyciel mówi chłopcom, co mają robić: - powoli rozchylajcie palce na boki, pokonując opór gumki, - rozciągnijcie je tak szeroko, jak to możliwe, ale bez bólu, - trzymajcie pozycję przez 2–3 sekundy, - powoli wróćcie do pozycji wyjściowej (palce razem), - wykonajcie dwa powtórzenia.	3. Uczniowie uważnie słuchają nauczyciela. Uczniowie rozpoznają, która dłoń jest na obrazku oraz wskazują ją u siebie. Dzieci zakładają gumki na paluszki zgodnie z przedstawionym obrazkiem. Wykonują ćwiczenie zgodnie z poleceniem nauczyciela.	Frotkowe gumki	Metoda naśladownictwa, pracy twórczej i improwizacji	10 min
--	--	--	--	---	----------------	--	--------

			Nauczyciel sprawdza wykonanie ćwiczenia. W razie potrzeby pomaga dzieciom prawidłowo odwzorować obrazek. Podczas kolejnego etapu wykonania tego ćwiczenia nauczyciel prosi jednego z uczniów o założenie gumek na paluszki według własnego pomysłu, zaś zadaniem drugiego ucznia jest odwzorować ułożenie gumek na swojej dłoni. Później role chłopców się odwracają.	Pierwszy chłopiec zakłada gumki na swoje paluszki, a drugi się przygląda, następnie odzworowuje ułożenie gumek na swojej dłoni. Następnie chłopcy się zmieniają.			
		4. Masaż dłoni kulkami sensorycznymi	4. Nauczyciel prosi uczniów, żeby usiedli wygodnie przy stole i wzięli do ręki jedną kulę sensoryczną i wykonywali kolejne polecenia: - położyć jedną dłoń na stole wewnętrzną stroną do góry, zaś drugą ręką powoli przetaczaj kulkę po wnętrzu dłoni – od palców po nadgarstek, masuj dokładnie każdy palec, wykonując koliste ruchy, - chwycić kulkę w jednej dłoni i ściskaj ją rytmicznie przez kilka sekund, a potem rozluźniaj dłoń, powtórz ćwiczenie trzy razy na każdej ręce, - położyć kulkę między dłońmi i tocz ją w przód i w tył, jakbyś próbował ogrzać dłonie, możesz też wykonywać ruchy okrężne,	4. Uczniowie wykonują masaż dłoni kulkami sensorycznymi zgodnie z poleceniem nauczyciela.	Kule sensoryczne	Elementy integracji sensorycznej	10 min

			- powtórz masaż, przetaczając kulkę po zewnętrznej stronie dłoni – od palców do nadgarstka.				
3.	Część końcowa: relaksacyjno - podsumowująca	1. Gniotki z balonu 2. Kostka refleksji	1. Nauczyciel informuje uczniów, że ich zadaniem będzie zrobić gniotka z balonu. Nauczyciel mówi dzieciom, co będzie im potrzebne, żeby zrobić gniotka z balonu. Następnie wyjaśnia kolejne etapy pracy: - przygotuj balon – rozciągnij balon rękami, żeby był bardziej elastyczny, - włóż lejek do szyjki balonu i wsyp wybrany materiał (np. mąkę) do lejka i powoli przesyp go do balonu, - możesz delikatnie potrząsać balonem, żeby mąka łatwiej się przesypywała, - balon napełnij najlepiej do 2/3 jego pojemności, - usuń lejek i zawiąż mocno balon na supeł, żeby nic nie wysypało się, - narysuj twarz swojemu gniotkowi. 2. Na każdej ścianie kostki umieszczone są pytania, np.:	1. Uczniowie uważnie słuchają nauczyciela. Uczniowie samodzielnie wykonują gniotka zgodnie ze wskazówkami nauczyciela. 2. Uczniowie rzucają kostką i odpowiadają na umieszczone na niej pytania.	Balony, mąka, ryż, lejek, wstążka lub drucik ozdobny, mazak Kostka z pytaniami	Metoda praktycznego działania Metoda zabawowa	10 min 2 min

			– Co było dla Ciebie najłatwiejsze? – Z czego jesteś dumny? – Co Ci sprawiło trudność? – Czego się nauczyłeś? – Co Ci się najbardziej podobało? – Jaka była Twoja ulubiona aktywność? Nauczyciel informuje uczniów, że na koniec zajęć ich zadaniem jest rzucić kostką i odpowiedzieć na pytanie na niej umieszczone. Podziękowanie za wspólną pracę.				
--	--	--	--	--	--	--	--