

Uczestnictwo w grupie.

Spotkanie 1

Temat: Poznajemy siebie.

Czas trwania – 3 godziny

Klasa I – integracyjna

Wiek dzieci – 7-8 lat

Ilość dzieci – 14 w tym 4 z porażeniem mózgowym w 1-1,5 roczny deficyt w rozwoju intelektualnym

Miejsce prowadzenia zajęć – sala lekcyjna.

Wprowadzenie: Przygotowanie sali do zajęć wspólnie z dziećmi.

Dzieci siadają w kręgu na materacach.

Prowadzący wyjaśnia, po co się spotykamy: spotykamy się tu po to, aby się lepiej poznać, żeby więcej się o sobie dowiedzieć. Każdy z was jest inny i dobry, ale nie każdy potrafi to pokazać. Na tych zajęciach postaramy się nauczyć jak być dobrymi dla innych. Będziemy mogli mówić o tym, co lubimy robić, co nas cieszy, co smuci, złości, jak się czujemy w szkole, w rodzinie, wśród przyjaciół, jak lepiej dbać o swoje zdrowie.

Bardzo proszę, żeby na tych spotkaniach przestrzegać pewnych zasad:

- nie wyśmiewamy się z innych
- nie odzywamy się do siebie brzydko
- mówimy do siebie po imieniu
- pomagamy sobie wzajemnie
- nie sprawiamy sobie bólu
- słuchamy uważnie siebie, kiedy jedno dziecko mówi pozostałe słuchają
- nie przerywamy wypowiedzi innych
- nie poganiamy kolegów, każdy ma swój czas w grupie

Ćwiczenia „na rozgrzewkę”

Ćw.1. Temat: „Gra w imiona”

materiały – niepotrzebne

cel – zapoznanie się członków grupy, przełamanie lodów, zabawa, pomoc w poszerzaniu samowiedzy.

źródło – „Grupa bawi się i pracuje” – opr. Małgorzata Jachimska

Instrukcja: Uczestnicy stoją w kręgu. Pierwsza osoba mówi: nazywam się....., następna mówi: nazywam się....., a to jest..... i wskazuje swojego poprzednika. Przedstawianie trwa, dopóki nie obejdzie całego kręgu.

Uwagi: Żeby ośmielić dzieci prowadzący zaczyna przedstawianie od siebie.

Ćw.2. Przy drugim okrążeniu do imienia dodajemy coś charakterystycznego o danej osobie np.: jestem wesoła Ania, a to jest miły Tomek.

Omówienie: Czy ta zabawa pozwoliła wam poznać imiona kolegów?
Czego dowiedzieliście się o sobie?
Ponieważ znacie już swoje imiona proszę, abyście od dzisiejszego dnia zwracali się do siebie po imieniu.

Ćwiczenia specjalistyczne

Ćw.1. Temat: „**Autoprezentacja**” – modyfikacja ćwiczenia

materiały - kartony, flamastry

cel - lepsze poznanie członków grupy, przełamanie lodów.

źródło - A. Kołodziejczyk, E. Czerniewska „Spójrz inaczej”. str.25

Instrukcja: Dzieci siadają grupami przy stolikach.
Prowadzący mówi: proszę abyście obrysowali swoją rączkę i zastanowili się, co lubicie robić.
Stajemy w kręgu, każde dziecko kolejno podnosi karton z obryśowaną rączką i mówi, co lubi nią robić.

Omówienie: Każdą wypowiedź nagradzamy oklaskami. Każde dziecko staje z obryśowaną ręką w środku kręgu.
Prowadzący może zapytać: A co robisz drugą rączką?

Uwagi: Druga osoba wspomagająca podchodzi do tych dzieci, które mają problemy w obrysowaniu ręki (w późniejszym okresie mogą wspomagać dzieci sprawne).

Ćwiczenia rozluźniające

Temat: Ćwiczenia wspomagające rozwój dziecka „Wyczuwanie brzucha, pleców, pośladków”.

materiały - materace

cel - poznanie własnego ciała, wspomaganie rozwoju

źródło - M. Bogdanowicz, B. Kisiel, M. Przasnyska „Metoda Weroniki Sherborne w terapii i wspomaganiu rozwoju dziecka”. (str. 59, 60, 61 wybrane ćwiczenia).

Instrukcja:

- a) wyczuwanie brzucha, pleców, pośladków
 - leżenie na plecach
 - leżenie na brzuchu
 - siedząc przyciąganie kolejno nóg (ręce oparte wzdłuż boków)
 - siedząc przyciąganie kolan, chowanie głowy, rozprostowywanie się do pozycji leżącej.
- b) wyczuwanie nóg (siedząc, nogi wyprostowane)
 - dotykane palcami stóp podłogi
 - uderzanie o podłogę piętami
 - uderzanie o podłogę całą stopą (szybko i wolno)
- c) wyczuwanie całego ciała
 - leżenie na plecach
 - turlanie się (mięśnie naprężone i rozluźnione)
 - leżenie z rękami wzdłuż ciała (napinanie i rozluźnianie mięśni).

Ćwiczenia metaforyczne

Temat: „**Buty siedmiomilowe**” – modyfikacja ćwiczenia

materiały – niepotrzebne

cel – pomoc uczniom w odkrywaniu własnych możliwości twórczych, przezwyciężanie barier poznawczo emocjonalnych i motywacyjnych, utrudniających aktywność twórczą, stworzenie okazji do poznania marzeń i upodobań członków grupy, uwolnienie napięć, pozytywne wzmocnienie.
źródło – M. Chomczyńska-Miliszkievicz, D. Pankowska „Polubić szkołę” str. 36.

Instrukcja: Dzieci siedzą w kręgu.

Prowadzący mówi: Wyobraźcie sobie, że każdy z was jest kotkiem w siedmiomilowych butach. Powiedzcie, gdzie chcielibyście się znaleźć mając te buty?

Omówienie: Prowadzący pyta: Dlaczego chcielibyście się tam znaleźć?

Czy były wśród was osoby, które chciałyby się znaleźć w tym samym miejscu? Kogo chcielibyście zabrać ze sobą?

Czego dowiedzieliście się o sobie?

Czy czuliście się dobrze?

Ćwiczenia zamykające

źródło – pomysł własny

Instrukcja: Dzieci stoją w kręgu, podnoszą rączki do góry wdychając tak dużo powietrza, aby móc napełnić balonik, opuszczając ręce napełniają baloniki wolno wydychając powietrze. Zaznaczyć – powietrze wdychamy nosem, a wydychamy ustami.

Omówienie: Teraz czujemy się dobrze, poznaliśmy się lepiej. Na zakończenie, żeby pozostał w nas ten dobry nastrój, podamy sobie ręce, poczujemy się razem i przekazemy sobie iskierkę ciepła, dobroci poprzez uścisk dłoni.

Proszę, żebyście na następne spotkanie przynieśli ulubione zabawki.