Światowy Dzień Świadomości **Autyzmu**

2 kwietnia

Czym jest spektrum autyzmu? To nie choroba, to stan – całościowego zaburzenie rozwoju

Jakie sygnały w zachowaniu dziecka powinny zaniepokoić:

- Nie uczestniczy w zabawie z rówieśnikami, nie nawiązuje relacji z innymi dziećmi
- Jest nadwrażliwy lub podwrażliwy na dźwięki, dotyk, smak, ból lub inne bodźce
- Nie reaguje na swoje imię, unika kontaktu wzrokowego, jest samotny
- Nie wyraża mimiką własnych emocji, nie rozpoznaje emocji innych ludzi
- Wpada w stan agresywny, śmieje się lub płacze bez wyraźnego powodu
- Ma niezgrabne powtarzające się ruchy
- Prawie wcale nie mówi
- Ma stereotypowe, powtarzające się zachowania i zainteresowania
- Nie dostosowuje się do panujących reguł i norm

Co robić dalej?

I. Diagnoza w Poradni Pedagogiczno - Psychologicznej
II. Terapia
III. Wspomaganie rozwoju
IV. Współpraca ze specjalistami

Oto kilka pomysłów na zabawę i naukę z dziećmi w domu. Te zadania pomogą w sposób wesoły i kreatywny wspólnie spędzić czas. Może nawet odkryjecie w swoich pociechach nowe pasje i zainteresowania.

Ćwiczenia poprawiające koncentrację:

•**ćwiczenia relaksacyjne** (np. z wykorzystaniem technik zaczerpniętych z książki „Spokój i uważność żabki", część ćwiczeń jest dostępna w serwisie YouTube), słuchanie muzyki relaksacyjnej z zamkniętymi oczami, tu można wykorzystać muzykę z dźwiękami natury: szum morza, dźwięki lasu, padający deszcz- również dostępne na YT lub w innych serwisach muzycznych np. Spotify;

•**wyszukiwanie różnic w obrazkach**, wskazywanie brakujących elementów, gry edukacyjne (tu można skorzystać z zasobów własnych np. ilustracji z gazet, fotografii czy Internetu np. serwis - pisupisu).

•**rzucanie i łapanie piłki tenisowej,** bądź innej małej piłki; dołączyć można komendy np.: rzucam w górę, w dół, w lewo, w prawo;

•rzucanie piłką lub papierową kulką do kosza czy koła;

•**zabawa w lustro** - dziecko siada tyłem do rodzica. Rodzic pisze na jego plecach pojedyncze litery, a dziecko odgaduje. Można też pisać krótkie wyrazy. Wskazana zamiana ról;

•zadaniem jest wymyślanie rzeczy, które pakujemy do walizki na zadaną literę. Mówimy, że jedziemy na wakacje, do babci na wieś, wycieczkę do lasu i pakujemy do walizki rzeczy zaczynające się np. na literę „K". Rodzic włącza się do zabawy i wymienia rzeczy na przemian z dzieckiem.

Ćwiczenia usprawniające myślenie logiczne:

•**rozwiązywanie zagadek,** rebusów, układanie historyjek na podstawie ilustracji, krzyżówki, zagadki logiczne, kostka Rubika

•**gry logiczne**, karciane, planszówki - planszówki podłogowe, gdzie wspólnie z dzieckiem można wymyśleć grę np. matematyczną w zakresie dodawania – 20/30;

•**wyszukiwanie różnic i podobieństw, zabawy w skojarzenia** np. rodzic podaje nazwę AUTOBUS i szukamy wszystkich słów, które nam się z nim kojarzą, można też zrobić kolorową mapę myśli do tego wyrazu;

Ćwiczenia usprawniające manualnie i ruchowo:

•tutaj najlepszym ćwiczeniem jest wykonywanie samodzielnie przez dziecko wszelkich czynności samoobsługowych; sprzątanie, pomaganie w rozpakowaniu zakupów itp.;

•ćwiczenia z użyciem siły - „ciągarki", siłowanie się;

•**lepienie różnymi masami,** plasteliną, masą solną, ciastoliną czy modeliną;

•zabawy z piłką, rower, deskorolka;

•zabawy z różnorakimi klockami, tworzenie makiet, konstrukcji z papieru kartonowego;

•wkręcanie i wykręcanie śrubek, wbijanie gwoździków w deseczkę.

Ćwiczenia pamięci:

•usprawniające pamięć słuchową- m.in. rozpoznawanie dźwięków i ich sekwencji, tworzenie rymów, zapamiętywanie wierszyków, rymowanek, sekwencji słów, odtwarzanie z pamięci zdań i sekwencji wydarzeń w opowiadaniu, słuchanie radia czy słuchowisk- zapamiętywanie informacji i wydarzeń, imion bohaterów;

•usprawnianie pamięci wzrokowej (m.in. układanie sekwencji obrazków z pamięci, układanie obrazków lub przedmiotów wg zapamiętanego rozkładu, zapamiętywanie szczegółów obrazków i odpowiadanie na pytania, układanie kompozycji wg wzoru);

•wyliczanie jak największej liczby zapamiętanych przedmiotów znajdujących się w otoczeniu lub na obrazku, zapamiętywanie układu przedmiotów, ich wzajemnego położenia, liczby, kształtów, układanie lub rysowanie z pamięci demonstrowanych uprzednio wzorów;

•zapamiętywanie zmian zachodzących w otoczeniu, zabawy typu co schowałam/em do woreczka?, zabawy w chowanie przedmiotów w domu i odszukiwanie ich po chwili, lub odgadywanie jaki przedmiot schowałam do szafki, a jaki do szuflady?

Masy plastyczne

wpływ na rozwój dzieci

- Usprawniają motorykę dużą i małą.
- Wspomagają budowanie świadomości ciała i orientacji w przestrzeni.
- Wspierają samodzielność i współpracę.
- Koncentrują uwagę na wykonywaniu zadań.
- Wspierają rozwój poznawczy.
- Rozwijają kreatywność.
- Wspomagają rozwój mowy.
- Wzmacniają wiarę we własne możliwości.
- Uwalniają ekspresje twórczą.

Piankolina – pianka do golenia+mąka ziemniaczana+woda

Piasek kinetyczny – mąka pszenna+olej

Masa solna – mąka pszenna+sól+woda

Kaszolina - kasza manna+woda



100 sposobów na czas wolny

Spotkać się z przyjaciółmi	Ułożyć puzzle	Wyjechać nad morz
Grać na instrumencie	Namalować obraz	Dzień bez Internetu
Ugotować coś pysznego	Posłuchać śpiew ptaków	Zjeść z przyjaciółmi
Jeździć na rowerze	Wejść na szczyt góry	Odwiedzić dziadków
Posadzić kwiatek	Zwiedzić inne państwo	Pojechać na działkę
Obserwować gwiazdy	Napisać opowiadanie	Uczyć język obcy
Zagrać w grę planszową	Urządzić piknik	Zaplanować weeken
Iść na basen	Skomponować muzykę	Pojechać na koncer
Wymyślić zabawę	Zorganizować party	Nauczyć się czegoś
opiekować się zwierzątkiem	Uprawiać jogę	Zagrać w teatrzyku
Zrobić zakupy	Nudzić się	Pomóc rodzeństwu
Posprzątać w pokoju	Wyjechać na obóz	Wybrać pasje
Porozmawiać przez telefon	Zrobić dobry uczynek	Wyjechać w góry
Obejrzeć ciekawy film	Zrobić eksperyment	Rozwijać talenty
Spacer po lesie	Nazwać drzewa w lesie	Pójść do kina
Porozmawiać z rodzicami	Zorganizować urodziny	Zrobić wywiad
Obejrzeć zachód słońca	Wyspać się	Korepetycje
Zwiedzić inne miasto	Nauczyć się wiersza	Zbierać jagody, grzyb
Poznać kogoś nowego	Zbudować domek z lego	Zrobić makijaż
Zjeść coś nowego	Narysować autoportret	Przemeblować pokó
Opalać się na plaży	Jeździć na rolkach, łyżwach	Zrobić zabawkę
Posłuchać muzykę	Sesja zdjęciowa	Pomóc rodzicom
Napisać wiersz	Rozwiązać quiz	Zrobić stylizację
Zrobić niespodziankę	Wymyślić zadanie	Porozmawiać z sąsiad
Pójść do muzeum	Uprawiać sport	Pójść na imprezę
Narysować komiks	Przeprosić za swój błąd	Zrobić masaż
Pobawić się z psem	Stworzyć zdrową dietę	Pójść do teatru
Zbudować kryjówkę	Spacer z psem	Namalować paznokc
Upiec ciasto	Zrobić nową fryzurę	Pójść na terapię
Biegać boso po trawie	Posprzątać w szafie	Potańczyć przed lustr
Złapać rybę	Rodzinny wieczór	Zanotować w dziennic
Zaśpiewać piosenkę	Napisać list do Mikołaja	Nic nie robić
Zagrać w piłkę	Dać bliskiej osobie prezent	Często się uśmiecha

Ponadto, zachęcamy do rozmów o wydarzeniach z dnia codziennego oraz o uprzedzaniu dzieci o tym, co planujemy na kolejny dzień – włączmy swoje dzieci do planowania dnia, a kto wie może i one będą miały świetne pomysły na wspólne spędzenie czasu.

Wspólne granie w gry to świetny sposób na rozwijanie różnych umiejętności, tylko pamiętajmy, dziecko nie zawsze musi wygrywać. Poprzez przegraną nabiera odporności emocjonalnej i uczy sobie radzić z porażką i niepowodzeniem. Tworzy strategię, co zrobić, aby następnym razem wygrać…

Zachęcamy też do oglądania filmów edukacyjnych, przyrodniczych i podróżniczych dostosowanych do wieku dziecka. Ważne jest, aby po filmie porozmawiać z dzieckiem o nim. Co było najbardziej interesujące?

Świetnie sprawdzą się też filmy typu „Jak to jest zrobione?”, które nie dość, że rozwijają wiedzę ogólną dziecka, to ukazują sekwencję wydarzeń i czynności, które występują po sobie, aż do efektu końcowego. Dziecko może sobie na podstawie takiego programu zaprojektować własną zabawę np.„linię produkcyjną” soku owocowego, który przygotuje z rodzicami przed śniadaniem.

Życzymy zdrowia i miłej zabawy w domu.

Pani Natalia i Pani Asia-
nauczyciele wspomagający

Przedszkole nr 165