

Magdalena Maksymowicz

Scenariusz zajęć stymulacji polisensorycznej z wykorzystaniem metod: chromoterapii, muzykoterapii i aromaterapii.

Na co dzień pracuję w zespole rewalidacyjno-wychowawczym. Uczestnicy zajęć funkcjonują w ściśle określonym rytmie, wyznaczanym przez prowadzone formy aktywności indywidualnych oraz spotkań grupowych, takich jak poranny krąg. Jest to jedna z najbardziej uniwersalnych metod, bogata w ilość działań. Wielką zaletą jest również fakt, że każdy, kto dołącza do kręgu, może być zarówno uczestnikiem jak i obserwatorem. Prowadzący spotkanie zachęca do własnej aktywności lub pomaga ją naśladować. Podczas zajęć aktywizowane są wszystkie zmysły. W tym zmysł wzroku, słuchu i węchu.

Obserwacja reakcji na światło i kolory skłoniły mnie do podjęcia poszukiwań metody, która mogłaby wkomponować się w rytm pozostałych zajęć, stosowanych wobec uczestników.

Rozwiązaniem okazała się metoda chromoterapii. Stopniowo wprowadzana pobudza do reakcji i komunikacji. W ten sposób prowadzący może wspomóc przyswojenie bodźców płynących z otoczenia, które są ze sobą skojarzone. W przypadku zajęć związanych z porami roku, Tym bardziej warto zastosować połączenie metod, w których stosuje się muzykoterapię i aromaterapię.

„ZIMOWY PORANEK”

SCENARIUSZ ZAJĘĆ REWALIDACYJNO-WYCHOWAWCZYCH

Grupa: zespół rewalidacyjno-wychowawczy nr 2

Prowadzący: Magdalena Maksymowicz

Cel główny: Stworzenie warunków do odczuwania przez dzieci przyjemności, odprężenia, zadowolenia.

Cele szczegółowe:

- Budowanie poczucia bezpieczeństwa uczestników zajęć.
- Wzbudzanie aktywności pobudzając zmysły: wzroku, dotyku, słuchu, węchu.
- Kojarzenie zimy z konkretnymi kolorami, dźwiękami, zapachami.

Środki dydaktyczne:

- nagrania podkładu muzycznego: muzyka relaksacyjna, piosenki o zimie
- instrumenty muzyczne: dzwoneczki
- odtwarzacz z portem USB
- olejek i świece zapachowe
- ceramiczny kominek
- wachlarz
- lampa i żarówka zmieniające kolory
- lampka nocna z żarówką w żółtym kolorze o ciepłym odcieniu
- kolorowe żelowe naklejki przedstawiające: bałwanki, płatki śniegu
- podświetlany blat
- ekran z podświetleniem
- plansza tematyczna przedstawiająca zimowy krajobraz
- słowne wprowadzenie w tematykę zajęć; skojarzenia dotyczące pory roku, pogody oraz ośnieżone pola
- bita śmietana
- kostki lodu
- błyszczące płatki śniegu
- białe chusty

Przebieg zajęć:

Zajęcia wstępne:

1. Pozycjonowanie dzieci, ustalanie bezpiecznej i wygodnej pozycji ciała, niekrępującej ruchów rąk oraz dostosowanej do możliwości fizycznych.
2. Nauczyciel przysłania salę, włącza lampkę nocną i zapala "kominek" – nalewa miętowy olejek zapachowy do ceramicznego naczynia.
3. Prowadzący wita się z każdym uczestnikiem zajęć przez zaśpiewanie piosenki powitalnej, wymieniając jego imię i przybliża lampkę w stronę dziecka, na wysokość jego wzroku.

Zajęcia właściwe:

1. Nauczyciel wprowadza słowem w tematykę zajęć. Opowiada o pogodzie i zimowej aurze. Zapala ekran z podświetleniem. Widoczna staje się plansza przedstawiająca zimowy krajobraz.
2. Prowadzący włącza podkład muzyczny (utwór „Incognitor”) i zapala lampę zmieniającą kolory. Ustawia pilotem kolor niebieski. Wyłącza lampkę nocną.
3. Uczestnicy oswiają się z kolorem, obserwują kolorową lampę, wsłuchują się w dźwięki muzyki relaksacyjnej.
4. Terapeuta zwiększa doznania zapachowe przez powachlowanie w kierunku uczestników. Dzięki temu w sali rozprzestrzenia się zapach mięty.
5. Prowadzący opowiada o zimowym krajobrazie, wyciąga białe chusty i powoli otula ręce uczestników zajęć. Prosi uczestników, aby spojrzeli na lampę. Uprzedza, że na lampie zostaną przyklejone żelowe naklejki o kształcie płatków śniegu. Następuje zmiana muzyki na utwory: „Sanna” i „Syp nam biały śnieżku”. Przy pierwszej z nich nauczyciel z dzwonekami w czasie refrenów podchodzi do każdego z uczestników i stara się wspólnie wybijać rytm.
6. W czasie trwania drugiej piosenki, prowadzący zachęca do własnej aktywności i pomaga w nałożeniu na palec bitej śmietany i dotknięcie nim lampy.
7. Uczniowie obserwują pojawiające się elementy. W tle słychać piosenki: „Zima, zima za oknami” oraz „Groźny mróz”. Prowadzący przy pierwszej emisji drugiego utworu uprzedza, że zgodnie z tekstem będą słyszane odgłosy tupania i klaskania. Przy powtórnym - ostrzega, że zbliża się mróz. Następnie sięga po naczynie z kostkami lodu i delikatnie dotyka ręki każdego z uczestników zajęć.
8. Terapeuta zmienia muzykę na podkład do opowiadania relaksującego. Odczytuje jego treść, zwracając uwagę na intonację głosu.
9. Prowadzący przypomina o zimowej aurze, jaka panuje za oknem i ustawia kominek z olejkiem o zapachu mięty blisko uczestników.

Część końcowa zajęć:

1. Nauczyciel wprowadza słowem wątek nieba i słońca, zmieniając po tym momencie kolor lampy na biały. W tle zaczyna grać „Walc a-moll” Fryderyka Chopina. Wspomina o dalszym planie dnia- powrocie do sali, śniadaniu, dalszych zajęciach.
2. Prowadzący powoli ścisza muzykę i kończy zajęcia poprzez podanie ręki każdemu z uczestników i dziękuje za udział w zajęciach.
3. Następuje stopniowe odsłonięcie zasłon i zagaszenie lampy.
4. Uczestnicy wracają do swoich klas.

Spis utworów muzycznych:

1. Incognitor- Leszek Możdżer- płyta The time, Leszek Możdżer, Lars Danielsson, Zohar Fresco, wydawnictwo Outside Music, 2005rok
2. Sanna, słowa: Barbara Stefania Kossuth, muzyka Adam Markiewicz
3. Syp nam biały śnieżku, słowa Monika Kluza, muzyka Mateusz Kluza
4. Zima, zima za oknami, słowa Monika Kluza, muzyka Mateusz Kluza
5. Groźny mróz”, słowa Monika Kluza, muzyka Mateusz Kluza
6. Relaksacja instrumentalna, muzyka Mateusz Kluza

Załącznik 1

Teksty piosenek użytych w trakcie zajęć:

Piosenki powitalne:

- 1) Dzień dobry, dzień dobry, witam dziś was x2 razy.
- 2) (Imię dziecka) musi być, bez (imię dziecka) nie można żyć, więc zostań z nami, nie bądź sam, niech (imię dziecka) żyje nam sto lat x 2 razy

Opowiadanie relaksujące, słowa Monika Kluza, muzyka Mateusz Kluza:

„Błękitne niebo i jasne słońko patrzą właśnie na Ciebie. Usiądź na chwilkę, zamknij swe oczka i pomyśl, że biegasz po niebie. Skaczesz po chmurach, lataasz z ptakami, unosisz się ponad dachami. A teraz leżysz na chmurce mięciutkiej jak wełna, oddychasz spokojnie, już o nic się nie martw. Słuchaj jak ptaki cichutko ćwierkają, poczuj jak chmury Cię dotykają. Wdychaj powietrze najmocniej jak umiesz, z powietrzem teraz falujesz. Ogrzej się w słońcu i zaśnij na chwilę. Słuchaj jak równo serduszko Ci bije. Śnij o śnieżynkach, co lecą z nieba, tańczą na wietrze, wirują, spadają na drzewa. Pomyśl jak dobrze się z nimi czujesz, otwórz już oczy na ziemi lądujesz.”

Piosenki o zimie:

- 1) Zima, zima za oknami, słowa Monika Kluza, muzyka Mateusz Kluza:
„Zima, zima za oknami, bawcie się dzieciaki z nami.
Zima, zima pada śnieg, a my razem bawmy się!
Idą bałwanki tup, tup.
Zjeżdżają sanki, siup, siup, siup.
Tańczą śnieżynki tra la la.
A my skaczemy hop sa sa.”
- 2) Syp nam biały śnieżku, słowa Monika Kluza, muzyka Mateusz Kluza:
„Syp nam biały śnieżku, syp nam prosto z nieba.
Syp nam biały śnieżku, na domy i drzewa.
Syp nam biały śnieżku, przykryj drogi, pola.
Syp nam biały śnieżku, kiedy Zima woła.

Syp nam biały śnieżku, miękki i puchowy.
Syp nam biały śnieżku, na dłonie i głowy.
Syp nam biały śnieżku, kiedy słońko świeci.
Syp nam biały śnieżku, dla wesołych dzieci.

Syp nam biały śnieżku, od samego rana.
Na kule śniegowe i na bałwana.
Syp nam biały śnieżku, Ciebie nam tu trzeba.
Baw się razem z nami, skarbie prosto z nieba!”

3) Groźny mróz- zabawa ruchowa, słowa Monika Kluza, muzyka Mateusz Kluza:

Wykonywane z modyfikacją –zamiast ruchów wykonywanych przez dzieci, nauczyciel po kolei pomaga w klaskaniu i naśladować tupanie i dotyk: nosa, naśladowanie ruchem spadającego śniegu, klaśnięcia i tupnięcia - bez zmian

„Mróz, mróz, mróz. Szczypie groźny mróz. (3 klaśnięcia, 5 tupnięć)

„Mróz, mróz, mróz. Szczypie w nosy mróz (uda, uszy, ręce) mróz. (3 klaśnięcia, 5 uszczypnięć)

Przyszła zima biała, śniegu nasypała (naśladowanie dłońmi padającego śniegu)

„Mróz, mróz, mróz. Uciekajmy już. (3 klaśnięcia, 5 tupnięć)

4) „Sanna”

https://www.youtube.com/watch?v=_Mka64NyCZc&index=34&list=PLcDDwPwkB-bDO_OsPAxdgqNOvqZAZGZTf [dostęp 28 października 2018]. Dostępny w World Wide Web:

„Zima, zima, zima, pada, pada śnieg

Jadę, jadę w świat sankami

Sanki dzwonią dzwoneczkami

Dzyń, dzyń, dzyń

Dzyń, dzyń, dzyń

Dzyń, dzyń, dzyń

Jaka pyszna sanna - parska rażno koń

Śnieg rozbija kopytami

Sanki dzwonią dzwoneczkami

Dzyń, dzyń, dzyń

Dzyń, dzyń, dzyń

Dzyń, dzyń, dzyń

Zasypane pola - w śniegu cały świat

Biała droga hen przed nami

Sanki dzwonią dzwoneczkami

Dzyń, dzyń, dzyń

Dzyń, dzyń, dzyń

Dzyń, dzyń, dzyń”

Teksty Moniki Kluzy pochodzą ze skoroszytu, który otrzymałam podczas szkolenia „Zimowe nutki”- warsztatów muzyczno-teatralnych dla dzieci w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym.