

Konkurs 1/2021 pn. „Sięgamy po sukces”

Tytuł projektu

SAMODZILNI I RADOŚNI- wielospecjalistyczna terapia i zajęcia usprawniające prowadzone w Ośrodku rehabilitacyjno – terapeutycznym KSNAW w Bliznem

Termin realizacji

1.04.2022-31.03.2025

PROJEKT WSPÓŁFINANSOWANY ZE ŚRODKÓW PFRON

Warunki rekrutacji

OR-T w Bliznem : rekrutacja dokonywana jest wśród osób dotychczas korzystających z zajęć w Ośrodku , każdy uczestnik to mieszkaniec Powiatu Warszawskiego Zachodniego lub gmin sąsiadujących, w wieku 2- 25 rż, posiadający aktualne orzeczenie o niepełnosprawności lub stopniu niepełnosprawności (umiarkowanym lub znacznym) z diagnozą całościowego zaburzenia rozwoju, autyzmu , upośledzenia umysłowego, zaburzeń neurologicznych .

Formy wsparcia

W projekcie bierze udział 20 dzieci, dla których opracowano Indywidualne Plany Działania adekwatne do ich potrzeb rozwojowych a terapia prowadzona jest **indywidualnie** poprzez:

- **zajęcia psychologiczne** (od 1.04.2022 aktualnie do 31.03.2023 dla 20 osób)) są to zadania z psychologiem, w zakresie rozumienia i wyrażania emocji, poszerzania zasobów pamięci, treningu koncentracji i utrzymywania uwagi, usprawniania umiejętności budowania wspólnego pola uwagi i działania, wzmacniania zdolności i zainteresowań, obecnie obejmujące również niwelowanie skutków pandemii

- **zajęcia logopedyczne** (od 1.10.2022 do 31.03.2023 dla 20 osób) są to zadania z logopedą, w zakresie usprawniania mowy (ćwiczenia aparatu artykulacyjnego) i nabywania kompetencji komunikacyjnych

-**zajęciach integracji sensorycznej** (od 1.04.2022 aktualnie do 31.03.2023 dla 16 osób)- są to zadania z terapeuta SI, w zakresie usprawniania zmysłów i ich układów przy użyciu specjalistycznego sprzętu

- **zajęciach usprawniająco -ruchowe** (od 1.04.2022 aktualnie do 31.03.2023 dla 20 osób) są to zadania realizowane z fizjoterapeutą w zakresie usprawniania funkcji ruchowych, motoryki dużej i małej, poprawy estetyki nabytych funkcji.

- **zajęcia treningu słuchowego** (od 1.04.2022 aktualnie do 30.09.2022 dla 10 osób) sa to zajęcia realizowane z trenerem posiadającym międzynarodowy certyfikat metody A. Tomatisa, przy użyciu specjalistycznego, dedykowanego tej metodzie sprzętu , w celu zwiększania kompetencji komunikacyjnych (słuchowych)

- **zajęcia terapii ręki** (od 1.04.2022 aktualnie do 31.03. 2023 dla 16 osób) sa to zajęcia z wyspecjalizowanym terapeutą w zakresie usprawniania funkcji grafomotorycznych i koordynacji wzrokowo- ruchowej,

Na zajęciach **grupowych** prowadzona jest terapia, w tym :

- **muzykoterapia** (od 1.04.2022 aktualnie do 31.03.2023, w parach, dla 18 osób) są to zajęcia z wyspecjalizowanym terapeutą, które stymuluje sferę słuchu oraz ułatwiają ekspresję emocji przez ruch i śpiew.

- **Trening Umiejętności Społecznych (TUS)** (od 1.04.2022 do 30.09.2022, grupki 3-5 osób, dla 20 osób) sa to zajęcia z wyspecjalizowanym terapeutą, w celu poprawy rozumienia i adekwatnego reagowania w sytuacjach społecznych z życia codziennego np. sklep, szkoła, poczta

Harmonogram

Wszystkie formy wsparcia sa realizowane w godzinach popołudniowych w uzgodnieniu z opiekunami, którzy we własnym zakresie dowożą beneficjentów na zajęcia.

Zajęcia dla dzieci realizowane w sposób ciągły od 1.04.2022 do 31.03.2023: psychologiczne, usprawniająco- ruchowe, integracji sensorycznej, terapii ręki, muzykoterapii

Zajęcia realizowane w okresie : 1.04. 2022- 30.09.2022 : trening słuchowy, TUS

Zajęcia realizowane w okresie 1.10.2022- 31.03.2023 ; logopedyczne

Terapia dokonuje się poprzez zastosowanie kompleksowego i jednolitego systemu skoordynowanych działań, skierowanych na wszystkie sfery rozwoju dziecka, umożliwiając zdobycie nowych oraz podtrzymanie osiągniętych umiejętności ,sprawności i kompetencji.

Wszystkie zajęcia będą zakończone częściową ewaluacją określającą sfery poprawy i braku pogorszenia funkcjonowania każdego dziecka biorącego w nich udział.

Aktualności : 1.04.2022- 31.07.2022

Aktualnie są prowadzone wszystkie zaplanowane, w tym okresie zajęcia dla dzieci indywidualnie i grupowo, zgodnie z założeniami zawartymi w IPD . Czynnikiem wzbogacającym formy wsparcia w okresie letnim jest możliwość wykorzystania placów zabaw, terenów zielonych, boisk piłki nożnej, koszykówki, siatkówki, strefy fitness, wspinaczki , dookoła OR-T w Bliznem.

Aktualności : 1.08.2022- 31.12.2022

Aktualnie są prowadzone wszystkie zaplanowane, w tym okresie zajęcia dla dzieci indywidualnie zgodnie z założeniami zawartymi w IPD :

1. Zaj psychologiczne dla 20 osób indywidualnie,
2. Zaj logopedyczne dla 20 osób indywidualnie,
3. Zaj usprawniająco – ruchowe dla 20 osób indywidualnie,
4. Zaj integracji sensorycznej dla 16 osób indywidualnie
5. Zaj terapii ręki dla 16 osób indywidualnie
6. Zaj muzykoterapii dla 18 osób grupowo do 31.09.22 , od 1.10.2022 indywidualnie za zgodą PFRON,
7. Zaj treningu słuchowego dla 10 osób zakończone 30.09.2022 zrealizowano wszystkie zaplanowane godziny wsparcia
8. Zaj treningu umiejętności społecznych dla 20 osób grupowo, zakończone 30.09.2022 zrealizowano wszystkie zaplanowane godziny wsparcia.

Aktualności 1.01.2023-31.03.23

W tym okresie realizowaliśmy następujące formy wsparcia zgodnie z harmonogramem:

zajęcia psychologiczne

Są to zadania realizowane z psychologiem, w zakresie rozumienia i wyrażania emocji, poszerzania zasobów pamięci, treningu koncentracji i utrzymywania uwagi, usprawniania umiejętności budowania wspólnego pola uwagi i działania, wzmacniania zdolności i zainteresowań, obecnie obejmujące również niwelowanie skutków pandemii. Metody, którymi się posługujemy to zabawa swobodna i kierowana, próby standaryzowanych testów rozwojowych np. DSR, Raven, Wechsler, ADOS, testy i zabawy projekcyjne, elementy metod Coping Cat, Kids Skills, gry szczególnie dotyczące emocji np. Emotionz, Kalejdoskop Emocji, Odkrywcy, karty pracy, obrazki , zdjęcia , układanki, puzzle, lustra itd. używamy różnego rodzaju pomocy imitujących rzeczywistość (dom, sklep, figurki ludzi i

zwierząt) aby zajęcia nie były atrakcyjne i dostosowane do wieku, stosujemy też ilustracje muzyczne, korzystamy z multimediiów .

Zajęcia SI

Zmysły dostarczają informacji o fizycznej kondycji naszego ciała i otoczenia wokół nas. Dane te pochodzą z receptorów wzrokowych, słuchowych, przedsionkowych, dotykowych, proprioceptywnych, węchowych i smakowych. Mózg nieustannie organizuje te wiadomości – lokalizując je, rozpoznając, segregując i integrując. Gdy płyną one w prawidłowej organizacji, mózg może je użyć do formułowania percepcji, planowania ruchu, napięcia mięśniowego, postawy, emocji, uczenia się i wielu innych. Procesy integracji sensorycznej wpływają na pojawienie się reakcji adaptacyjnych, a te na zasadzie sprzężenia zwrotnego oddziałują na rozwój integracji sensorycznej opierając się na kumulowaniu doświadczeń sensoryczno - motorycznych, co prowadzi do coraz lepszego panowania nad ruchem. Często jest tak, że niektóre dzieci na początku mają trudności w integrowaniu wrażeń sensorycznych. Poprzez odpowiednie wchodzenie w relacje z otoczeniem, tworzenie reakcji adaptacyjnych wyrównują ten deficyt. Muszą to być interakcje czynne, aktywne, związane z eksploracją i działaniem. Nie wystarczy tylko wzbogacenie środowiska. Samo patrzenie na nawet najbogatsze otoczenie nie poczyni większych zamian w aktywności mózgu.

Dlatego potrzebna jest terapia SI.

Poprzez swoją pracę jako terapeuta SI organizuję otoczenie, a dziecko poprzez wchodzenie w reakcje z nim samo organizuje pracę swojego mózgu. Organizacja środowiska dziecka będzie tu odnosić się do:

- pokazywania różnych propozycji aktywności, zapewnienia różnorodnego sprzętu terapeutycznego
- wspierania własnych inwencji dziecka co do sposobu wykonania zadania czy wykorzystania pomocy terapeutycznych
- wzmacniania dążenia do naśladowania innych dzieci wykonujących nowe ćwiczenia jako uczenia się aktywności poprzez modelowanie zachowań.

Zajęcia ruchowe z wykorzystaniem założeń terapii SI mają wpływ na rozwój dziecka. W swojej pracy terapeutycznej staram się jak najbardziej wspierać i pomagać dzieciom.

Zajęcia Usprawniająco Ruchowe

Zajęcia usprawniająco-ruchowe z fizjoterapeutą pomagają dzieciom realizować swój maksymalny potencjał w odniesieniu do samodzielności fizycznej i poziomu sprawności. Terapia polegająca przede wszystkim na stymulacji ruchowej ma na celu wspomaganie rozwoju ruchowego dziecka i poprawę jakości życia jego i jego rodziny. Na zajęciach fizjoterapeuta skupia się, w zależności od potrzeb i możliwości dziecka, na regulacji napięcia mięśniowego, niwelowaniu skutków nieprawidłowych wzorców ruchowych i zapobieganiu im, na dążeniu do uzyskania ruchu w formie, najbardziej jak to tylko możliwe, zbliżonej do prawidłowej oraz na wykorzystywaniu i utrwalaniu nabytych umiejętności w czynnościach dnia codziennego. Przykładowymi metodami, używanymi podczas zajęć, są: koncepcja NDT Bobath, PNF, masaż tkanek głębokich, rozluźnianie mięśniowo-powięziowe, ćwiczenia

oddechowe, ćwiczenia ogólnousprawniające, ćwiczenia równoważne, ćwiczenia koordynacji ruchowej, ćwiczenia siłowe, pionizacja bierna i czynna, kinesiotaping.

Zajęcia logopedyczne

To proces celowych, zamierzonych oddziaływań ukierunkowanych na zniwelowanie zakłóceń w komunikacji. Oddziaływania te mają na celu: usuwanie zaburzeń mowy, przywracanie mowy w przypadku jej utraty, nauczanie mowy, która się nie wykształciła, wyrównywanie opóźnień rozwoju mowy, wypracowanie odpowiedniego poziomu sprawności językowej.

Oto wykaz metod, które są wykorzystywane w pracy logopedycznej:

Ćwiczenia ortofoniczne, wstępne – ćwiczenia, które doskonalą funkcjonowanie mechanizmów mowy:

ćwiczenia oddechowe – stanowią podstawę dla wszystkich kolejnych ćwiczeń wspomagających mowę. Mają one na celu zwiększenie pojemności płuc, naukę ekonomicznego zużycia powietrza w trakcie mówienia, nauczanie różnicowania faz oddechowych (wdech i wydech) oraz wydłużenie fazy wydechowej (np. pogłębianie wdechu, zwiększanie siły wydechu, wydłużanie fazy wydechowej, utrwalanie nawyku oddychania torem nosowy podczas spoczynku przy zamkniętych ustach).

Przykłady ćwiczeń oddechowych:

„Wąchamy kwiatki” – powolny wdech nosem, powolny wydech ustami (powtarzamy kilka razy);

Powolny wdech- unosimy ręce do góry, spokojny wydech- ręce opuszczamy;

„Papierki”- zdmuchiwanie kawałka papieru z gładkiej powierzchni; dmuchanie na wiatraczek, aby obracał się z równomierną prędkością;

dmuchanie na watkę, piórko;

robienie baniek mydlanych;

ćwiczenia fonacyjne - mają na celu doskonalenie umiejętności kierowania własnym głosem np. usypianie lalki – „aaaaa...”, syczenie gęsi – „sssss”, chuchanie na zmarznięte ręce – „ch, ch, ch...”.

- ćwiczenia kształcące słuch fonemowy, czyli umiejętność różnicowania dźwięków mowy, służących do odróżniania znaczeń wyrazów. Celem ćwiczeń jest kształcenie umiejętności różnicowania i identyfikowania dźwięków mowy ludzkiej, a także dokonywania ich analizy i syntezy. Wykorzystuje się do tego materiał językowy zawierający pary głosek, sylab opozycyjnych (np. opozycja pod względem dźwięczności: pa-ba, ta-da, sa-za) i wyrazów zbliżonych brzmieniowo, różniących się między sobą tylko jedną głoską (tzw. paronimy, np. półka- bułka, budy-buty, Tomek-domek, nosze-noże, kury- góry).

- ćwiczenia usprawniające motorykę narządów mowy - ten rodzaj metody realizowany jest w formie zabawy z wykorzystaniem różnorodnych opowiadań logopedycznych.

2. Ćwiczenia artykulacyjne (bezpośrednio związane z procesem mówienia) - utrwalają poprawną wymowę głosek. Artykulacja jest kształtowaniem dźwięków za pomocą języka, zębów, żuchwy, warg i

podniebienia w celu uzyskania określonych i zrozumiałych słów. Jest to szereg ćwiczeń służących do wypracowania wyrazistej artykulacji głosek (samogłosek i spółgłosek).

Metoda wyjaśniania położenia narządów mowy - polega na objaśnianiu jak ułożyć artykulatory, np. aby uzyskać prawidłowe brzmienie głoski, np. w przypadku głoski [sz] należy unieść język do góry, wysunąć zaokrąglone wargi do przodu i wypuścić powietrze przez zbliżone zęby.

Kontrola wzrokowa (metoda wzrokowa) - polega na demonstrowaniu przed lustrem układu języka i warg podczas wymawiania głoski, dziecko obserwując stara się naśladować ruch artykulatorów.

Muzykoterapia

Na muzykoterapii śpiewaliśmy piosenki z repertuaru dziecięcego oraz muzyki rozrywkowej. Ćwiczyliśmy głosy z mikrofonem, słuchaliśmy barwy swojego głosu, jak brzmi echo, czym jest powtarzanie oraz cisza. Stosowaliśmy ćwiczenia treningu autogenego Schulza oraz techniki relaksacyjne polegające na słuchaniu tekstu razem z muzyką. Najmłodszy uczestniczyli w zajęciach muzykoterapii połączonych z metoda Gordonowska.

Wykonywaliśmy układy taneczne ćwicząc sekwencje ruchów, swoją koordynację oraz pamięć melodyczno-rytmiczną. Wybraliśmy się w podróż do krajów, gdzie słuchaliśmy charakterystycznej dla danego regionu muzyki. Odwiedziliśmy Francję (taniec w kręgu, akordeon), Polskę (krakowiak), Czechy (Polka), Ukrainę (Hopak). Graliśmy na instrumentach do dzieł takich kompozytorów jak W.A. Mozart, G. Bizet czy L. van Beethoven. Wkraczając w okres Wielkiego Postu słuchaliśmy Pasji wg Św. Mateusza J.S. Bacha oraz Oratorium „Mesjasz” Haendla a także „Stabat Mater Dolorosa” K. Szymanowskiego. Wykorzystywaliśmy techniki słuchania aktywnego. Muzykoterapia

Terapia Ręki

Na zajęciach terapii ręki wykorzystujemy trzy rodzaje aktywności. 1. serię ćwiczeń rozmachowych-ćwiczyliśmy z wykorzystaniem obręczy, piłek gimnastycznych, malowaliśmy w dużych płaszczyznach. 2. serię ćwiczeń manualnych, w których ćwiczyliśmy małe ruchy ręki w trakcie przeróżnych zabaw z wykorzystaniem pomocy drewnianych, ale także folii, bawiliśmy się masą solną, masą kinetyczną, próbowaliśmy robić slime. 3. serię ruchów precyzyjnych oraz grafomotorycznych, w trakcie której ćwiczyliśmy prawidłowy chwyt pisarski, niektórzy uczyli się pisania liter lub swojego podpisu. Powstawały kompozycje plastyczne związane z różnymi wydarzeniami, odbywającymi się w trakcie roku! Wszystkie ćwiczenia były dopasowywane do aktualnych potrzeb dzieci oraz ich możliwości.