



INSTRUKCJA DO SZKOLNEGO PROGRAMU HARMONIJNEGO ROZWOJU RUCHOWEGO

Program należy realizować przez co najmniej 6-8 miesięcy w ciągu roku szkolnego. Każda z aktywności może być ćwiczona dowolną ilość razy, w zależności od tempa uczenia się dzieci i ich potrzeb.

Nauczyciel powinien zwracać uwagę na **JAKOŚĆ I PRECYZJĘ** wykonywania ćwiczeń ruchowych i grafomotorycznych – dbałość o jakość i precyzję własnych gestów wpływa na to, jak dzieci wykonują ćwiczenia.

Program składa się z następujących materiałów i pomocy:

- Bateria diagnostyczna – ćwiczenia do celów diagnostycznych powinny być wykonywane nie częściej niż 2 razy w roku, na początku i na koniec roku szkolnego. Bateria zawiera arkusz wyników ułatwiający obserwacje dzieci podczas badania.
- Ćwiczenia grafomotoryczne – podzielone są ze względu na poziom trudności oraz dojrzałość dzieci (oddzielnie na klasy 1, 2 i 3). Ćwiczenia opatrzone są w szczegółowe instrukcje, z którymi nauczyciel powinien się zapoznać przed wprowadzeniem zajęć.
- Ćwiczenia ruchowe – podzielone są na 8 modułów w zależności od poziomu trudności. Mogą być one wykonywane przez uczniów klas 1-3 kolejno według modułów. Filmy instruktażowe i scenariusze ćwiczeń dokładnie przedstawiają i opisują poszczególne aktywności.
- Broszura informacyjna zawierająca wiele przydatnych informacji o Programie.

Przed wprowadzeniem Programu, nauczyciel powinien zapoznać się z materiałami dydaktycznymi zawartymi w Broszurze informacyjnej. Jest ona dostępna w wersji PDF do wydruku.

Następnie nauczyciel powinien zapoznać się z Baterią diagnostyczną i arkuszem obserwacji.

Ćwiczenia tam zawarte, polecenia i instrukcje do nich, powinny być dobrze znane nauczycielowi, tak aby w prosty sposób przekazał je dzieciom, a później (w czasie badania) był w stanie w krótkim czasie zapisać swoje obserwacje. Wyniki badania wykonanego na początku i na końcu roku szkolnego powinny być zestawione w celu porównania postępów uczniów i weryfikacji obszaru, w którym mogą oni potrzebować wsparcia na przykład w drugiej połowie roku szkolnego lub pod koniec roku.

Równoległe do ćwiczeń rytmiczno-ruchowych nauczyciel wprowadza ćwiczenia grafomotoryczne. Ważne jest, aby zapoznał się z materiałami dydaktycznymi i sam wykonał rysunki, zanim zrobi to z uczniami. Pozwoli mu to przygotować się na potencjalne trudności, z jakimi przyjdzie zmierzyć się dzieciom i im zaradzić.

Ćwiczenia grafomotoryczne wspierają aktywności ruchowe i dodatkowo rozwijają funkcje wzrokowe, motoryczne i poznawcze, dlatego warto je uwzględnić i wykonywać regularnie (raz w tygodniu).

Kolejnym etapem jest zapoznanie się z materiałami do ćwiczeń ruchowych. Są one dostępne w formie filmów instruktażowych i scenariuszy ćwiczeń. **Filmy instruktażowe NIE SĄ PRZEZNACZONE DO OGLĄDANIA PRZEZ DZIECI W KLASIE.**

Mogą być oglądane wyłącznie przez nauczycieli/pedagogów w celu nauczenia się ćwiczeń przed prowadzeniem ich w klasie. Nauczyciel może zapoznawać się z materiałami instruktażowymi stopniowo, moduł po module i tak również należy wprowadzać ćwiczenia. Robienie ćwiczeń stopniowo, kolejno, w pewnych odcinkach czasu, pozwoli dzieciom dobrze się ich nauczyć i czerpać radość z zabawy, a nie ciągle być w procesie uczenia się czegoś nowego.

Nauczyciel powinien dobrze wyćwiczyć wszystkie ćwiczenia przed prowadzeniem ich w klasie. Dzięki temu może on później skupić uwagę na dzieciach, a nie na instrukcjach i ćwiczeniach. Jeśli nie opanował ćwiczenia tak, by wykonywać go ze swobodą i wprawą, skupia się na tym, żeby nie pomylić słów i gestów.

Tymczasem w tych ćwiczeniach chodzi o takie opanowanie ciała (ruchu, gestów), by czerpać przyjemność ze wspólnego wykonywania ćwiczeń w jednym tempie oraz przyjemność z wzajemnego kontaktu. A nauczyciel nie tylko się bawi lecz panuje nad tą zabawą dzieci. Aby tak było nauczyciel musi być pewien tego co i jak pokazuje dzieciom, robić to w sposób płynny. Stosunek nauczyciela do tych ćwiczeń-zabaw ruchowych i grafomotorycznych oraz jego zaangażowanie (znajomość sekwencji, wierszyków i rymowanek, odpowiedniego sposobu rysowania formy) w sposób znaczący będzie wpływać na stosunek uczniów do tych aktywności. Dlatego ważne jest, aby nauczyciel wcześniej poświęcił czas na przygotowanie, żeby dokładnie zapoznał się z materiałami i nauczył ćwiczeń.

Własne doświadczenia płynące z nauki ćwiczeń (zarówno ruchowych jak i grafomotorycznych) umożliwią nauczycielowi zauważyć potencjale trudności, z jakimi mogą zmagać się dzieci. Pomoże mu to przygotować się na owe trudności i pomóc te dzieciom je pokonać.