# Zabawki, które wpływają na rozwój systemu czuciowego (część II)

Anna Maria Florek

pedagog specjalny, logopeda, terapeuta Integracji Sensorycznej, Poradnia dla Dzieci i Młodzieży z Zaburzeniami Rozwoju w Poznaniu

## Dziecko a otoczenie

W pierwszym roku życia dziecko uczy się odróżniać siebie od otoczenia i poznaje fizyczne granice swojego ciała w sposób dla siebie zaskakujący: wychodzenie spod stołu kończy się bolesnym uderzeniem głową w stół. Gdy dziecko spokojnie idzie, to często absolutnie nieoczekiwanie pojawiają się: stoły, szafy, krzesła, słupy, drzewa, skrzynki pocztowe albo inni ludzie. Zderzenie się z tymi przedmiotami, daje długotrwałe poczucie swojego ciała, bo siniaki i zadrapania są widoczne przez jakiś czas.

Prawidłowo rozwijające się dziecko o fizycznych granicach swojego ciała dowiaduje się również w miły sposób: owijając się w firankę, koc, kołdrę czy duży ręcznik kąpielowy. Owinięte kocem lub innym materiałem

dziecko: porusza kończynami, chodzi powoli i udaje kogoś, kogo powinni się bać najbliżsi. Ono samo śmieje się do rozpuku. „Przestraszyliście się mnie?”. „Posiadanie” dwojga rodziców bardzo się opłaca, bo czasami są w domu i można skorzystać z tej obecności. Dziecko przynosi koc i podaje go rodzicom, prosząc całym swoim ciałem, by rodzice huśtali je. Huśtające się w kocu dziecko prawie się nie rusza. Reaguje dopiero, kiedy rodzice mówią „koniec” i kładą dziecko w kocu na podłodze. Głośny, stanowczy protest nakazuje zastanowić się, dlaczego dzieci tak bardzo nie chcą się rozstać z huśtającym je kocem?

Wyjaśnienie jest dość oczywiste: w kocu jest ciepło, miło, ciemno, cicho i dziecko czuje swoim ciałem to, co jest w stanie zrozumieć. Aby choć trochę przedłużyć błogą sytuację, dziecko potrafi czekać, a czasem negocjować i doświadczać przyjemnego uczucia nieco dłużej, niż zaplanowali to rodzice. Huśtanie na boki, podnoszenie do góry, obracanie na boki nie może trwać wiecznie. Przebywanie w kocu jest dziecku tak potrzebne, że nawet kiedy rodzice zostawiają koc na podłodze i odchodzą, to dziecko owija się jak naleśnik i korzysta z przyjemności przebywania „ze sobą sam na sam”.

Zabawy z kolorową chustą należą do ulubionych zabaw dzieci. Uczestnicy zabaw wzajemnie się moty-

wują do działania. Bieganie pod chustą, huśtanie, zakręcanie się w chuście sprawia dzieciom tyle szczęścia i radości, że dorośli, choć nie czują rąk, nie „mają sumienia”, by zakończyć zabawę.

Dziecko w drugim roku życia potrafi pokazać części swojego ciała; wie, że tupie się nogą a klaszcze rękami, podnosi ręce do góry, odwracając głowę do tyłu razem z resztą swojego ciała, siada i wstaje z krzesła, próbuje niezdarnie podskakiwać itp.

Czterolatek i pięciolatek potrafią narysować postać. Rysowanie „głowonoga” jest pasją dzieci w tym wieku. Kredki i kartki muszą być zawsze pod ręką, bo rysowanie i rozpoznawanie „głowonogich” kolegów z przedszkola, cioci, wujka czy babci z dziadkiem bywa potrzebą niezaspokojoną.

## Tworzenie obrazu swojego ciała

W siódmym roku życia powstaje realny obraz rozmiarów swojego ciała. Kształtuje się przeciętnie do dziewiątego roku życia. Dziecko na podstawie schematu ciała tworzy umysłową strukturę swojego ciała, czyli obraz ciała. Obraz ciała ma charakter poznawczy, gdy dotyczy wyobrażenia siebie, przekonań i myśli o sobie i o swoim wyglądzie. Zadowolenie lub niezadowolenie ze swojego wyglądu, to emocjonalny wymiar obrazu swojego ciała.

Zabawy, które ułatwiają dzieciom tworzenie obrazu swojego ciała to zabawy w kocu, z cieniem, zabawy na śniegu, obrysowywanie własnej postaci na piasku i zrobienie kukiełki ze swoich rzeczy (gałganka w moim ubraniu) itp. Zabawką, która pomaga stworzyć obraz swojego ciała jest lalka. Każda lalka ma głowę, tułów, dwie ręce i dwie nogi. Głową można poruszać, ręce obracają się i zbliżają do siebie, a na nogi można ją postawić, chociaż sama stać nie umie, to siedzi prosto i jest grzeczna. Można ją karmić i ubierać, nosić na rękach lub wozić w wózku...

Własny cień dziecko zauważa około osiemnastego miesiąca życia.

**Ten mój cień, śmieszny cień,**
**Chodzi za mną cały dzień.**
**Robi wszystko to co ja:**
**Ja gram w piłkę, on też gra.**
**Ja na schody, on na schody.**
**Ja jem lody, on je lody.**
**Ja przez płot, on przez płot.**
**Gotów jest do różnych psot.**

Obserwacja dziecka, które zauważyło swój cień w słoneczny dzień, jest niezwykle zabawna, ponieważ co chwilę sprawdza ono, czy cień jest wciąż obecny.

Zabawy z cieniem w ciemnym pokoju są pełne emocji i pomysłów. Odczytywanie andrzejkowych wróżb z lanego wosku odbywa się na podstawie cienia. Zabawki „Czyj to cień?", „Książka cieni" rozbudzą wyobraźnię dziecięcą.

Dwulatek potrafi naśladować różnych ludzi, a niewiele rzeczy śmieszy tak bardzo, jak dwulatek siedzący na nocniku i czytający gazetę do góry nogami, udający tatę. Cierpliwość, z jaką dziecko czeka na to, aż ktoś zauważy jego umiejętności, jest zadziwiająca. Naśladowanie mamy jest tak oczywiste, że aż nie śmieszne. Siatka i torebka w dłoń i „po zakupy"...

W wieku ośmiu miesięcy większość dzieci używa misia (lalki, poduszki, kocyka lub innego przedmiotu pełniącego rolę misia). Misiu pełni rolę przytulanki w różnych, trudnych dla dziecka sytuacjach. Jeśli mama znika z pola widzenia, to misiu bardzo pomaga łagodzić smutek po chwilowej rozłące. Rodzice (opiekunowie) instynktownie rozumieją funkcję przytulanki. Pewnie dlatego pluszowych zabawek jest tak dużo (różne kształty i wielkości, a kolory świecące w ciemności).

Przytulanka jest własnością dziecka, a długoletnie obserwacje dzieci uzmysławiają, że każde dziecko ma jedną ukochaną przytulankę. Przytulanki mają swoisty zapach (dzieci nie pozwalają ich prać, bo straciłyby to, co w nich najcenniejsze). Przytulanki mają swoisty, wy-

tulony wygląd. Wyczyszczenie czy poprawienie wyglądu przytulanki to dla dziecka swoisty dramat, bo to utrata kojącej magii przytulanki. Ta przytulanka była jedna, jedyna i była „moja". Ta czysta i pachnąca świeżością jest ładna, ale nie jest „moja". Ta czysta nie przeżyła ze mną moich smutków, nie ma moich łez, nie było jej w trudnych chwilach ze mną i nie pomagała mi usnąć.

Czyż argumenty dziecka nie są logiczne? Przytulanka jest po to, by można się do niej tulić, jak do futrzanej matki. Eksperyment Harlowa z 1957 roku potwierdził to, co dzieci intuicyjnie stosowały i stosują od lat. Wśród relacji dziecka z otoczeniem kontakt z drugim człowiekiem jest relacją podstawową. Małe dzieci uważnie przyglądają się innym ludziom, obserwują ich, patrzą im prosto w oczy. Niemowlęta są dość ograniczone w możliwościach poznawania innych ludzi. Samodzielnie nie potrafią się podnieść, używają mowy ciała, machając radośnie rękoma i nogami, mówią „aky" albo „agy", nie nadają treści swoim wokalnym wywodom, więc są skazane na kontakt wzrokowy: patrzą albo nie patrzą (oczy dzieci autystycznych uciekają w przestrzeń).

Dzieci niewidome kompensują brak możliwości kontaktu wzrokowego radosnym i entuzjastycznym ruchem rąk. Gdy usłyszą, że rodzic (opiekun) jest w pobliżu, radośnie poruszają rękoma. Gdy rodzic mówi do dziecka, również najpierw ruszają rękoma, a później mówią

„agy”, „aky”, co opisuje Selma Freiberg, a życie to potwierdza.

Jeśli dziecko rozpoznaje człowieka, to uśmiecha się i nawiązuje z nim kontakt: macha ręką, próbuje się wdrapać na kolana, mówi radośnie, prosi, by je wziąć na ręce. Bliski kontakt z innym człowiekiem jest niezbędny do prawidłowego rozwoju. Aby dziecko dobrze funkcjonowało i rozwijało się zgodnie ze swoimi możliwościami, zmysł czucia musi działać bez zarzutu. Czucie to zmysł, który jest fundamentem do rozwoju poznawczego. Dobrze funkcjonujący zmysł czucia to baza do rozwoju funkcji wzrokowych i słuchowych.

Zabawki, które wspomagają zmysł czucia to: kredki i farbki do malowania ciała, tatuaże, pierścionki, gwizdki, bransoletki, skakanki, hula-hoopy, rosnące zwierzęta, ogrzewacze do rąk, plecaki-zwierzaki, krokodyl z zębami, szczudła, wibrusie, mały domek, tunel, beczka, domino dotykowe, zabawki w rękawie, królowa kelnerek, chińska pułapka, wodne maty, wąż w pudełku, kurki dziobajki, sprężyna, fruwający motylek, ręczny helikopter, „zaczepny” czepek z piłkami, paski, rzutki, bila, śmiejąca się ośmiornica, piłki z wypustkami, lina do przeciągania, clown wyskakujący z pudełka, ptak (motylek) do noszenia na palcu, magnesy do podrzucania, rzeźby magnetyczne, piramida i mysz, ser z myszkami, szalony zwierzak, trzęsący się pająk, tablica szpilkowa „Pin Art” itp.

KREDKI
DO TWARZY
WYKRĘCANE
6 KOLORÓW

JOKOMISIADA

## Wrażliwość na bodźce czuciowe

Wrażliwość na bodźce czuciowe zależy od kilku czynników: wieku, płci, miejsca działania bodźca, stanu zdrowia, temperatury ciała, rozwoju ogólnego, siły i jakości bodźca, miejsca pobytu (np. w wodzie), pory dnia (dzień lub noc) i bazy doświadczeń. Na podstawie własnej bazy doświadczeń każdy wie, czego unikać, a czego dostarczać w ramach „dnia dobroci" dla siebie (miękka odzież jedwabna, wielbłądzia czy kaszmirowa, owcza, wiskozowa, lniana, bawełniana i inna, w zależności od indywidualnych potrzeb i upodobań).

Malowanie swojego ciała w wielu plemionach na świecie jest pożądane i wysoko ocenia się umiejętności pomalowania swojego ciała.

## W jaki sposób dzieci malują swoje plecy?

Gdy dzieci wezmą kosmetyczkę z cieniami do powiek i pomadkami do ust oraz lakierem do paznokci, to malują się znalezionymi kosmetykami do „wyczerpania zapasów". Malują swoje dłonie i buzie, rzadko malują swój brzuch czy plecy (przeważnie są w ubraniach). Buzie malują w sposób charakterystyczny: usta i czoło są widoczne, a reszta twarzy... Jeśli ktokolwiek zaproponuje pomalowanie policzków, to bardzo się cieszą z pomysłu i proszą o konkretny rysunek. Dzieci malują się bez lustra. Malowanie swojej twarzy i patrzenie w lustro kończy się zamalowanym lustrem...

**Idą, idą mali malarze boso.**
**Pędzle i farby w wiaderkach niosą.**
**Gdy malowali dłonie i stopy**
**Na czarno niedużo mieli roboty.**
**Na rękach malują bratki i róże.**
**Na nogach psy, koty taaakie duże.**
**Na brzuchu wózki dla lalek i misiów**
**A samolot i pociąg dla podróżnisiów.**
**Plecy malują w gwiazdki i chmurki,**

**Pod nimi wysokie i niskie górki.**
**Na czole fale, na nosie paski**
**A na policzkach śmieszne obrazki.**
**Na ustach kłódka, w kropeczki broda.**
**Kto to wymyślił? Aaa, taka moda...**

Dziecko najchętniej zakłada bransoletki na przegubie dłoni i jest zdziwione, że po zdjęciu bransoletki przez jakiś czas jeszcze czuje, jakby była na ręce. Zakłada ją ponownie i sytuacja się powtarza, wtedy dziecko zakłada bransoletkę na drugą rękę. Dziecko rzadziej zakłada bransoletki na nogi. Bransoletki, które świecą, dźwięczą i mają jakiś wyczuwalny ciężar, uradują dzieci, które chcą poczuć, zobaczyć i usłyszeć swoją rękę.

Poczucie tego, co właśnie robię, jest największą motywacją do dalszego działania, dlatego piramida i mysz, krokodyl z zębami, sprężyny, wciąż cieszą się powodzeniem u dzieci. Poczucie tego, co dziecko robi, angażuje wzrok podczas działania. Jeśli dziecko nie czuje tego, co robi, nie poświęca uwagi temu, co robi i odwraca głowę, patrzy obok, zmienia aktywność.

Kolorowe balony zachęcają do zabawy. Końcówkę balonu trzeba włożyć między wargi, nabrać powietrza nosem i wydmuchać ustami wprost do środka balonu. Obejmowany dziecięcymi dłońmi rośnie wtedy jak na drożdżach. Wnętrze dłoni rejestruje tempo powiększania

się balonu. „Balon rośnie, że aż strach, przebrał miarę no i bach”, „a z balona wyszła wrona bardzo mądra i uczona”. Gdyby na wnętrzu dłoni, przy zamkniętych oczach,

położyć na jednej ręce balon a na drugiej ciężki, drewniany klocek, to okazałoby się, iż ciężki klocek przykuje uwagę o wiele bardziej niż lekki balon. Trudno zainteresować się czymś, co ucieka z rąk. Dzięki zabawie z drewnianymi, „ciężarowymi" klockami dzieci dowiadują się, że przedmioty oprócz widocznej wielkości mają swój ciężar. Jak podnosić lekkie, a jak ciężkie przedmioty, można dowiedzieć się podczas zabawy z „ciężarowymi" klockami, które wyglądają identycznie, a ciężar jest różny. Sposób trzymania i manipulowania przedmiotami zależy od ich wielkości i ciężaru. Jeśli nie czuje się przedmiotów w swoich dłoniach, to one „same" wypadają. Dzieci, które słabo czują przedmioty w dłoniach, wyrzucają je celowo, żeby dostarczyć sobie znanych i zrozumiałych wrażeń.

Zabawy z magnesami (rzeźby, gra magnetyczna jishaku, magnesy do rzucania, klocki magnetyczne, kulki magnetyczne) dają dziecku okazję do poczucia siły, z jaką przyciągają się magnesy. Rozdzielanie magnesów i budowanie magnetycznych budowli są częstym powodem konfliktów, bo każdy chce się bawić...

Przechodzenie, wskakiwanie, wprawianie w ruch hula-hoopa angażuje całe dziecięce ciało do działania. Można kręcić hula-hoopem na rękach, nodze, głowie i biodrach równocześnie. Zacząć trzeba od jednego..., a może nie zaczynać. „Ale to fajnie się kręci! Ręką już

umiem, to teraz nogą a biodra poczekają...” Krążek kinetyczny, jojo, diabolo, latające śmigiełko to zabawki, które cieszą dopiero wtedy, gdy poczuje się ich sposób działania swoim ciałem. Tłumaczenie i obserwacja niewiele pomagają.

Zabawy w wodzie, na śniegu, w błocie dawały i dają radość i możliwość zabawy całym ciałem (dają poczucie całego ciała). W wodzie można skakać, pływać, nurkować lub po prostu chlapać. Podstawowymi zabawkami „do wody” są: dmuchane koło (zwierzątko, materac, naramienniki itp. zapewniające dzieciom swobodne i bezpieczne zabawy w wodzie), pływające ryby, kaczki, zwierzęta rosnące w wodzie, koszykówka wodna itp. Atrakcją dla dziecka są świecące zwierzęta w wodzie lub zmieniające kolor rybki. Łowienie plastikowych ryb daje dzieciom szansę na doskonalenie koordynacji wzrokowo ruchowej. W upalny dzień sama bliskość wody jest przyjemna.

Zabawy na śniegu od lepienia bałwana, toczenia śnieżnych kul przez jazdę na sankach i nartach są stałym elementem rozwoju dzieci, które znają śnieg i czekają na zimę. Śniegowe wojny odbywają się co roku. Dzieci rzucają się śnieżkami. Chcąc uniknąć ciosu śniegowej kulki, dzieci muszą na nierównym, czasem śliskim podłożu poruszać całym swoim ciałem. Muszą też przewidywać, w którą stronę pochylić swoje ciało, kiedy zgiąć

się „w pół”, kiedy podskoczyć a kiedy się położyć. Czasu na decyzję nie ma zbyt dużo.

Na puszystym śniegu można się położyć i obejrzeć, jak wiele miejsca zajmuję „ja”. Można sprawdzić, jaki ślad zostaje po położeniu się na brzuchu a jaki po położeniu się na plecach. Można obejrzeć ślad buta kolegi czy koleżanki i ten najważniejszy – swój. Leżąc na śniegu, można ruszać rękoma i nogami, robiąc tzw. „orła”. Można chodzić w kółko i zobaczyć, jakie kółko zostało wydeptane: małe czy duże, okrągłe czy kanciaste. Można chodzić w kółko z zamkniętymi oczami i sprawdzić, czy początek i koniec kółka jest w tym samym miejscu? Jazda na sankach daje możliwość zamiany ról. Siedząc na sankach, można się rozkoszować pięknem okolicy. Osoba siedząca na sankach ma zimny komfort. Osoba ciągnąca sanki nie ma czasu podziwiać okolicy, ale jest jej ciepło. Zamiana miejsc jest tu ściśle związana z zamianą ról: ciągnący staje się ciągnionym i odwrotnie. Zamiana ról może cieszyć lub nie. Dostrzeganie plusów i minusów w różnych sytuacjach, z różnych miejsc siedzenia daje nowe spojrzenie na stare sprawy. Nim pojawiły się pierwsze sanki dzieci ciągnęły się na zwierzęcych skórach i też znajdowały w tym radość i możliwość zamiany ról. Zabawy na śniegu nie da się z niczym porównać, a szczypiący mróz daje znać, że pora wracać do domu.

Zabawy na śniegu są tak lubiane przez dzieci, że dorośli wyprodukowali sztuczny śnieg, by można się bawić niezależnie od pogody. Śnieg w szklanej kulce podnosi się i opada, gdy się potrząsa kulą. Pragnienie, by ten biały, miły, lekki puch spadł, towarzyszy dzieciom od wielu lat. Bałwana można ulepić tylko ze śniegu. „Czarodziejski puch pokrył pola, lasy. Patrz, jaki ten świat biały i puszysty..."

Chodzenie po błocie sprawia, że nogi stają się ciężkie a całe ciało jest brudne. Umycie całego ciała po zabawie to walka z samym sobą. Zmywa się wspomnienia miłej zabawy i to jest bolesne.

Jakie zabawki towarzyszyły ludziom pierwotnym można się tylko domyślać. Lalki wykonane z trawy zjadły dzikie zwierzęta. Drewniane domki (szałasy raczej) dla tych lalek i pojazdy wojskowe dla drewnianych wojowników spróchniały, a ponieważ nie było aparatów fotograficznych, nie ma zdjęć tych zabawek. Rysowano patykiem na piasku, ale po deszczu znikały rysunki... Pierwsze zabawki ludzie robili z materiału, który był łatwo dostępny, i było go pod dostatkiem, i nie był potrzebny człowiekowi do ważniejszych, w sensie potrzebniejszych, rzeczy. Czasem udało się wytworzyć figurki podobne do ludzi, a czasem podobne do zwierząt.

Pierwszą grzechotką były „opakowania" nasion, a gryzaczkiem złamana gałązka. Jeśli zauważono dmuchaw-

ce, to sprawdzano siłę swojego wydechu. Zerwana trawa stawała się piszczałką. Gwizdki robiono z porzuconych kości, trzciny lub bambusa. Kiedy zaczęto rzucać, toczyć i kopać okrągły kamień, to stał się marzeniem o piłce. Pierwszą piłką był pęcherz pławny, który z czasem owijano w skórę, co przedłużało żywotność piłki. Kasztany i żołędzie nadawały się do tworzenia kasztankowych ludzików i bączków. Dzieci mogły tworzyć z nich swój prywatny, miniaturowy świat.

Domki z trawy i liści nie wytrzymały próby czasu, chociaż uczciwie trzeba stwierdzić, że swoją rolę odegrały znakomicie. Bawiące się dzieci z pewnością zrobiły w domku stolik, fotelik i łóżko dla lalki. Jeśli zaś lalka była grzeczna, to mogła liczyć na dodatkowe stroje lub całą, własną garderobę z trawy suchej lub świeżej; wierzchnie okrycia dla lalek były eleganckie z liści dębu zdobionych jagodami wilczego łyka. Do tych domków dla lalek wchodziły nie tylko lalki, tam próbowały wchodzić dzieci! Wchodzenie do pudełka (skrzyni, beczki, kartonu, budki) było i jest stałym elementem zachowania dzieci.

Samodzielne budowanie domków to nie jest dziecięcy kaprys. To jest klucz do wiedzy o przestrzeni bliższej i dalszej, to okno na świat z dziecięcej perspektywy. Wchodzenie do domków daje dziecku poczucie swojego ciała i informacje o fizycznych granicach ciała.

Przebywanie w małym domku to zdobywanie wiedzy o tym, co jest blisko, a co daleko. Siedzenie we własnym, ciasnym domku pozwala na dotykanie podłogi i sufitu, ścian i okna oraz drzwi. To dzięki tym doświadczeniom dzieci uczą się rozumieć co to znaczy: góra, dół, szeroko, wąsko, lewo, prawo, przed, za, pod, nad, w środku, na zewnątrz, obok, wysoko, nisko itp. Wszystkie pojęcia związane z przestrzenią: wyobrażenie odległości, obliczanie długości i szerokości domku, obwód domku itp. dzieci zawdzięczają małym domkom. „Mój domek jest więksy od domku Burka. Mój domek ma seść tiptopów. Kłamies, twój domek ma pięć tiptopów, moich!" Czy tiptopy są różnej długości? Wzajemne sprawdzanie długości tiptopów zajmuje dzieciom wiele czasu i wymaga sporo energii. Obliczanie obwodu swojego domku jest wspólnym przedsięwzięciem zabawowym. Długi sznurek służy do owinięcia domku. Miarą długości bywa łokieć lub inna część ciała (stopa, dłoń, długość ręki). Dzieci potrafią ustalić zasady pomiaru: kto mierzy, kto zapisuje w pamięci, kto ogłasza wynik. Zdobyta wiedza o realnej przestrzeni i doświadczanie przestrzeni całym swoim dziecięcym ciałem przyda się na całe dorosłe życie, a uczenie się matematyki będzie łatwe, miłe i przyjemne.

Lalki posiadały wózki, nosidła lub chusty. Lalki owinięte w chusty (w wózkach czy nosidłach) wychodziły

na spacery. Gdy spotykali się przyjaciele, zapraszano się na wspólny posiłek. Przygotowanie posiłku z kolorowych kwiatków i nasion było konkretnym zadaniem. Przyjdą dwie znajome, każda ma trzy lalki. Ile posiłków przygotować? Gdzie usiądą? Tabliczka mnożenia, dzielenia z resztą, ułamki i rozwiązywanie zadań z treścią było faktycznym zajęciem dzieci podczas organizacji przyjęć na niby, a naśladowanie ruchów dorosłych jest dowodem na spostrzegawczość dzieci. O czym rozmawiały podczas przyjęć? O zachowaniu się przy stole, o strojach, o...

**To jest góra a to dół.**
**A na górze leży wór.**
**A w tym worze, co być może?**
**Może swoje ręce włożę.**
**Moje ręce błądzą w worze**
**I zgadują, czy być może**
**Taka mała lalka spała?**
**Czy tu piłka się schowała?**
**Czy samochód tu przyjechał?**
**Czy pies może głośno szczekał?**
**Czy tu klocki różne wpadły?**
**Czy twe ręce wszystko zgadły?**
**Rączki moje włożę obie;**

**Iii wszystko ci opowiem.**
**Co odgadły rączki me**
**A co przegapiły twe...**
**Był zając szaraczek, uszy i ogonek miał.**
**Obok niego było drzewo i myśliwy stał.**
**Jeżyk z rybką uciekł szybko, bo się bardzo bał.**
**Kaczka z kurą wyszła górą**
**A na dole został wór.**
**A w tym worze, co być może?**
**Może ręce swoje włożę...**
**Czy ktoś w worku siedzi sam?**
**Kim ty jesteś? Powiedz nam?**
**To jest góra a to dół...**

Owoce łopianu nadawały się do rzucania, bo miały odpowiednią ku temu wielkość i ciężar. Posiadały też ciekawą własność – przyklejały się do ubrania. Odrywanie rzepów było fantastyczną zabawą. Łatwo było oderwać rzepy z przodu swojego ciała pod kontrolą wzroku. Odrywanie rzepów z tyłu było dla dzieci ogromnym wyzwaniem. Czy dziecięce ręce sięgną i oderwą wszystkie rzepy na plecach? Kogo poprosić o pomoc? Wszystkie bawiące się dzieci były w tej samej sytuacji, więc bardzo szybko dochodziły do wniosku, że wzajemna pomoc jest wyrazem przyjaźni, szacunku i wraca (jak

bumerang). Wzajemna pomoc uczyła dzieci wspólnego działania i szacunku dla siebie i innych. „Przyjaźń zawarta w dzieciństwie to jedyne, co nie umiera wcześniej niż my” (H. Mann).

## Selekcja i odbiór bodźców czuciowych

Na selekcję i odbiór bodźców czuciowych zasadniczo wpływają emocje. Podczas wspaniałej zabawy dzieci zapominają o pójściu do toalety. Gdy dzieci rozmawiają o nowej lalce, jej wózku i domku zupełnie zapominają o drugim śniadaniu. Jeśli grupa „policjantów” goni grupę „złodziei”, to nie myślą o tym, żeby zdjąć swetry, bo przecież „złodzieje” uciekają! Normą jest właściwa selekcja bodźców, czyli oddzielenie rzeczy ważnych od najważniejszych. To takie proste!

Gdy przybywa dzieciom lat, to selekcja wrażeń jest doskonalona. Nastolatek umie „wyłączyć” słuch, gdy rodzice przekonują go do poświęcania więcej czasu na naukę. Wzrok się „wyostrza”, gdy „wszyscy” bawią się na podwórku, a bałagan w pokoju jest dziwnie niewidoczny. Selekcja bodźców jest każdemu potrzebna. Podczas pracy intelektualnej człowiek ignoruje bodźce pochodzące z wnętrza organizmu i mimo że jest „głodny jak wilk” i „zmęczony jak pies” to kończy sprawozdanie, bo szef czeka na nie. W szkole ignoruje się polecenia nauczyciela, by zaimponować koleżankom

i kolegom... Oglądając kwiaty łudząco podobne do prawdziwych, zamykamy oczy i dotykamy liści, łodygi, kwiatostanu i dopiero po dotknięciu mamy pewność, czy roślina jest sztuczna czy prawdziwa.

Helena Keller, najsławniejsza głuchoniewidoma osoba, pisze: „Nie wypada powiedzieć mi, czy lepiej widzimy rękami czy oczami. Wiem tylko, że świat, jaki widzę moimi palcami, jest żywy, kolorowy i zadowalający. Zmysł dotyku daje niewidomym niejedno słodkie przyzwyczajenie, bez którego muszą się obywać nasi szczęśliwsi bliźni, ponieważ ich odczuwanie nie jest wydoskonalone. Kiedy coś oglądają ręce wkładają do kieszeni".

Zmysł czucia przewrotnie doceniany jest wtedy, gdy „nie czuję swojej ręki; co się stało?". O istnieniu zmysłu czucia nikt nie myśli od rana do wieczora, nikt nie zdaje sobie sprawy, ile zawdzięcza się dotykowi i każdy czuje, że to się nie zmieni...

Bibliografia dostępna w Redakcji

(Zdjęcia Anna Maria Florek)

# Zobaczyć zwierzę

Przemysław Barszcz

leśnik, prezes Polskiej Fundacji Przyrodniczo-Leśniczej w Krakowie

Rola minizoo i gospodarstw agroturystycznych jest nie do przecenienia w edukacji dzieci niewidomych. I choć powyższa konstatacja jest oczywista, to czy wiemy, jak pokazać dziecku zwierzę, by spotkanie oprócz radości przyniosło również korzyści edukacyjne? Kontakt ze zwierzęciem może przyczynić się do poznania i zrozumienia otaczającego świata więcej niż godziny tradycyjnych zajęć przyrodniczych. Oto krótki przewodnik dla rodziców i opiekunów dzieci niewidomych i słabowidzących: „Jak zobaczyć zwierzę".

Najpopularniejsze w zagródkach ogrodów zoologicznych barany i kozy to żywa egzemplifikacja idei koegzystencji ludzi i zwierząt oraz przykład, dlaczego zwierzęta są dla nas tak ważne.

Zwierzęta w tak zwanych minizoo oraz w gospodarstwach agroturystycznych na ogół są spokojne, przyjazne i lubią kontakt z ludźmi. Podczas wizyty warto więc skorzystać z okazji i obejrzeć zwierzaka od głowy do ogona, a nawet do racic.

**Podczas oglądania kozy warto zwrócić uwagę dziecka na rogi w kontekście odróżnienia ich od poroża**

## Pora na karmienie

Nawet jeżeli nie mamy przygotowanego smakołyku dla barana lub kozy, z reguły na miejscu są pracownicy, którzy rozdają zwiedzającym, np. krążki marchwi. Gdy podamy na otwartej, wyprostowanej dłoni kilka krążków warzywa, zwierzę nie ugryzie przypadkiem tylko delikatnie ściągnie pokarm z dłoni. Dziecko wyraźnie wyczuje wówczas delikatne lecz silne i mięsiste

wargi zwierzęcia i poczuje jego oddech. Przy okazji pozna sposób zdobywania pożywienia przez większość roślinożerców, dla których nie tylko zęby, ale właśnie również wargi są czułym i wydajnym narzędziem dostarczającym w ciągu doby wielkie ilości pokarmu roślinnego.

Podczas karmienia zwierzęcia można wyczuć jego zęby. Pokaże to dziecku jeszcze wyraźniej naturę roślinożernych przeżuwaczy, do których zalicza się między innymi owce, kozy i krowy. Te zęby nie są stworzone do gryzienia, zabijania i ćwiartowania zdobyczy jak u drapieżników. Zęby przeżuwaczy to wytrzymałe pieńki, których zadaniem jest ciągłe, mozolne rozcieranie roślin na zdatną do przyswojenia przez przewód pokarmowy papkę. Stan uzębienia przeżuwaczy jest zresztą podstawą do oceny ich wieku: im zwierzę jest starsze, tym bardziej będą starte jego zęby.

Pokarm roślinny jest mało wydajny energetycznie. Zwróćmy uwagę dzieci na fakt, że zwierzę spędza więc dzień, pasąc się niemal bez przerwy, by zdobyć maksymalną ilość pokarmu. W ciągu nocy wstępnie przeżuty pokarm wraca z wielokomorowego żołądka i przeżuwany jest ponownie, tym razem dokładnie i metodycznie. Przy okazji w praktyce dziecko poznaje ważną cechę przeżuwaczy, tak ważnych w gospodarce ludzkiej zwierząt. Wielkie zapotrzebowanie na niskoenergetyczny

**Głaszcząc owcę, wyraźnie wyczuwa się jej gęste runo**

pokarm sprawia, że w ciągu dnia jedzą praktycznie cały czas i nigdy nie odmówią smacznego kąska.

W trawieniu roślin, a w szczególności trudnej do przyswojenia celulozy, pomagają przeżuwaczom mieszkające w przewodzie pokarmowym pierwotniaki. Dzięki wielkim mocom „przerobowym” i niestrudzonemu skubaniu kozy i owce przyczyniają się do utrzymania cennych przyrodniczo łąk i muraw.

## Ciepło

Jeżeli odwiedzimy gospodarstwo agroturystyczne, dziecko ma szansę na spotkanie z krową, której w minizoo raczej nie spotkamy. Kontakt z tak dużym zwierzęciem to gwarancja silnych, lecz miłych wrażeń. Duży ssak, którego można pogłaskać, daje szansę na poznanie kolejnej cechy tej gromady zwierząt: stałocieplności. Dzięki utrzymywaniu stałej temperatury ciała ssaki mogły „pozwolić" sobie na rozwój mózgu i zachowanie aktywności również przy niskich temperaturach otoczenia, dzięki czemu podbiły świat.

Krowa dzięki swojej wielkości emituje dużo ciepła, które dziecko może poczuć, stojąc blisko krowy i głasz-

**W kontakcie z krową zwraca uwagę ciepło dużego zwierzęcia**

cząc ją lub czując jej ciepły, wilgotny oddech. Warto zwrócić dziecku uwagę, że do niedawna ludzie korzystali z ciepła krów, aby ogrzać się podczas zimowych nocy. W starych, wiejskich domach, które gdzieniegdzie jeszcze stoją nie tylko w skansenach, krowy mieszkały razem z ludźmi. Również na kartach niezastąpionej poznawczo trylogii Henryka Sienkiewicza często spotyka się opisy, gdy grupa czeladzi lub oddział wojska nocował w oborze, aby ogrzać się od „paru bydlęcego".

## Od głowy do ogona

Owce i kozy warto obejrzeć szczegółowo. Dzięki temu dziecko głaszcząc zwierzę, poznaje nie tylko jego kształt i wielkość, ale również kolejne cechy poszerzające wiedzę o świecie zwierząt.

Na głowie kóz, niezależnie od płci, podobnie jak u samców owcy domowej, nazywanych baranami, znajdują się rogi. Ta pozornie oczywista informacja w rzeczywistości kryje w sobie więcej, niż można by się spodziewać. Róg, podobnie jak kopyto lub ludzki paznokieć, jest wytworem skóry. Podobną do rogów ozdobą głowy zwierząt kopytnych jest poroże. Poroże jednak to po prostu kość. Występuje na głowach samców zwierząt takich jak jeleń, sarna czy łoś. Poroże zrzucane jest co roku, po czym rozpoczyna się proces odrastania poroża. Tymczasem róg pozostaje na głowie zwierzęcia przez

całe życie. Jeżeli złamie się, w przeciwieństwie do poroża, już nie odrośnie.

Rogi wykorzystywane są przez zwierzęta do obrony przed drapieżnikami, podczas walk pomiędzy samcami o przywództwo stada lub do odgrzebywania pokarmu spod zmarzniętego śniegu. Dotykając rogów, dziecko może wyczuć także, jak mocna jest czaszka zwierzęcia, zdolnego do znoszenia bez szkody dla zdrowia uderzeń, które dla ludzi zakończyłyby się co najmniej ciężkim wstrząsem mózgu.

Ciało owcy pokryte jest gęstym, zbitym futrem. Takie futro to nie tylko znakomity materiał na swetry i koce. Głaszcząc zwierzę, dziecko bez skomplikowanych wyjaśnień zrozumie, jak doskonałą izolację zapewnia owcze runo. Warto zwrócić wówczas uwagę, że izoluje nie tylko przed zimnem, ale również przed silnym promieniowaniem słonecznym, zapobiegając przegrzaniu się organizmu. U zwierząt stałocieplnych, do których zaliczają się ssaki, paradoksalnie to właśnie przegrzanie, a nie wychłodzenie, jest większym zagrożeniem, szczególnie w przypadku zwierząt dużych.

Jeżeli nadarzy się taka okazja, należy koniecznie pozwolić dziecku dotknąć kopytek owcy lub kozy, zwanych racicami. Racica składa się z dwóch oddzielnych, ruchomych części, a zwierzęta wyposażone w racice zaliczane są do parzystokopytnych. Druga grupa zwie-

rząt kopytnych to zwierzęta nieparzystokopytne, których przedstawicielem jest koń. Jego noga zakończona jest nie dwoma kopytkami, jak w przypadku racicy, lecz jednym, dużym kopytem.

**Koń to zwierzę nieparzystokopytne. Jego nogi nie są zakończone podwójną racicą, lecz pojedynczym kopytem**

Chociaż nie zawsze zdajemy sobie z tego sprawę, racica znakomicie sprawdza się podczas wspinaczki. Dla kozy nie jest żadnym problemem wspięcie się nawet na szczyt drzewa, a górskie, dzikie kozy i owce zdobywają szczyty, o których marzą alpiniści.

Co ciekawe, oprócz zwierząt gospodarskich do zwierząt parzystokopytnych należą między innymi wielbłądy oraz hipopotamy, a do nieparzystokopytnych, poza końmi i osłami, również nosorożce, tapiry a także wymarłe Indricotherium, największy ssak lądowy, jaki żył kiedykolwiek na Ziemi, o masie ciała do 20 ton!

**Wielbłąd dwugarbny, zwany baktrianem, pochodzi z Azji. Zalicza sie do parzystokopytnych podobnie jak koza, owca i krowa**

**Południowoamerykański tapir należy do zwierząt nieparzystokopytnych – podobnie wyglądali odlegli przodkowie konia**

## Dojenie

Niezapomnianym wrażeniem i doświadczeniem edukacyjnym dla dziecka niewidomego będzie samodzielne dojenie krowy, oferowane przez niektóre gospodarstwa agroturystyczne. Dzięki temu dziecko nie tylko dowie się, skąd bierze się mleko. Pozna również kolejną ważną cechę ssaków – w młodym wieku wszystkie ssaki

odżywiają się mlekiem matki. Uzmysłowienie dziecku, że dotyczy to również człowieka, pokaże jak dalece nadal jesteśmy częścią przyrody i jak bardzo potrzebujemy zwierząt, nawet jeżeli tryb życia oddalił nas pozornie od naszych przodków.

Na początek – poklepmy krowę po boku. Krowie boki są wyjątkowo okazałe. Dotykając wzdętych boków krowy, dziecko może przekonać się, że to w ich wnętrzu zachodzi proces fermentacji przeżutego pokarmu. Jeżeli krowa nieopatrznie zje dużą ilość mokrej koniczyny, konieczna jest interwencja weterynarza, który umiejętnie przekłuwa bok, ratując krowę przed śmiercią lub niepotrzebnymi cierpieniami na skutek wzdęcia.

Przy dłuższym pobycie w gospodarstwie dziecko może poznać krowi plan dnia – chociaż schematyczny i powtarzający się, to jednak bardzo wartościowy poznawczo. Krowa, na skutek przemyślanej hodowli, w ciągu wieków „zamieniła" się w żywą fabrykę mleka. Nie produkuje go tylko podczas okresu, gdy cielęta są małe i wymagają karmienia przez matkę – tak ja ma to miejsce u pozostałych ssaków, lecz przez cały rok. Najczęściej krowy doi się dwa razy w ciągu doby – rano i wieczorem, stąd mowa o porannym i wieczornym udoju.

Chociaż komuś, kto nie ma w tych sprawach doświadczenia, trudno rozpoznać moment, kiedy krowa wymaga dojenia, natura załatwiła to za nas. Wieczorem z pastwisk

dobiega tęskne, daleko niosące się porykiwanie – to krowy nawołują gospodarzy, że czas już na powrót do obory i dojenie.

Jeżeli odwiedzimy gospodarstwo agroturystyczne nad rzeką Biebrzą, mamy okazję zaprezentować dziecku jeszcze jedną ciekawostkę. Tamtejsze pastwiska często położone są na przeciwnym brzegu niż gospodarstwa. Co robią więc krowy? Te duże i pozornie niezgrabne zwierzęta z głośnym pluskiem rzucają się śmiało w rzeczne fale i przepływają na drugi brzeg. Ponieważ na podmokłych pastwiskach nie trzeba przywiązywać krów, bo i tak nigdzie się nie oddalą, wieczorem same wracają, ponownie przepływając rzekę.

Niekiedy krowom towarzyszą małe, ssące jeszcze mleko cielaki. W tak młodym wieku nie mają jeszcze zębów i chętnie ssą na przykład podany palec – kolejne sympatyczne i pouczające wrażenie edukacyjne.

Przebywając w pobliżu krów, dziecko na pewno zwróci uwagę na dużą ilość dokuczliwych much. Czasem może ukąsić żądny krwi giez bydlęcy. Co można na to poradzić? Krowy odganiają owady długim ogonem zakończonym futrzanym chwostem. Jeżeli mają okazję, z lubością przeciskają się przez gęste zarośla, żeby pozbyć się natrętów i wydrapać skórę. Jaką naukę z ugryzienie gza może wyciągnąć dziecko? No cóż, taka jest krowia dola i taka jest przyroda...

W minizoo i gospodarstwach agroturystycznych dzieci mogą poznać, dotknąć i nakarmić jeszcze cały szereg zwierząt z innych grup systematycznych, o innych przystosowaniach i znaczeniu dla człowieka: kury, kaczki, gęsi, króliki, a nawet żółwie i lamy. Stwarzajmy okazję do kontaktu dzieci niewidomych ze zwierzętami poprzez dotyk – żadne, nawet najlepiej wypreparowane modele nie zastąpią bogactwa doświadczeń zdobytych poprzez dotykanie żywych organizmów.

(Zdjęcia Przemysław Barszcz)

# Świetlikowo

Karolina Husáková

pomysłodawczyni portalu Świetlikowo; psycholog dziecięca

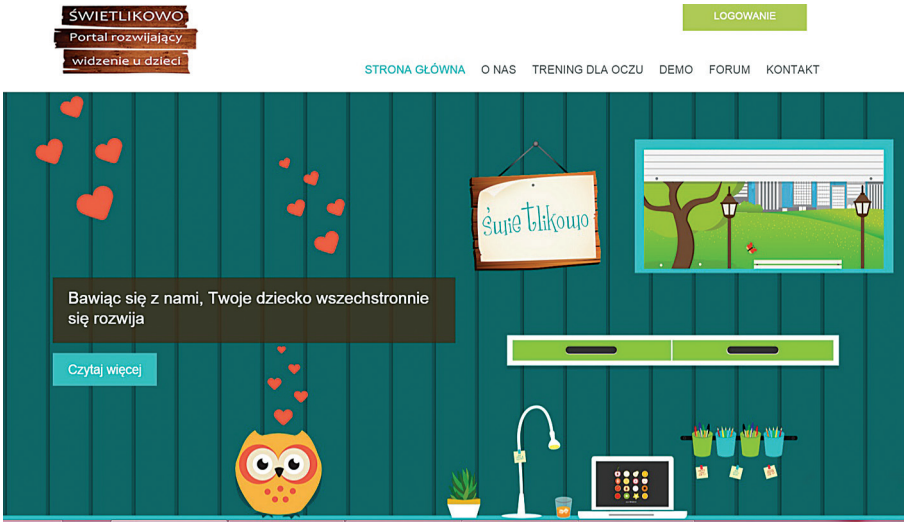
Joanna Homel, Iwona Janoszek

tyflopedagodzy, oligofrenopedagodzy i specjalistki wczesnej interwencji

## Czym jest Świetlikowo?

Świetlikowo jest portalem rozwijającym widzenie przeznaczonym dla dzieci w wieku od dwóch do siedmiu lat stworzonym przez grupę pasjonatów specjalizujących się między innymi w terapii wzroku. Portal składa się z dwóch części, jednej ogólnodostępnej, która zawiera wiele informacji dotyczących widzenia, począwszy od porad dotyczących pierwszej zabawki dla dziecka słabowidzącego, przez wskazówki odnośnie higieny korzystania z komputera, kończąc na wprowadzaniu dziecka niewidomego w aktywność fizyczną. Druga część zawiera gry, dobierane indywidualnie dla konkretnego dziecka pod kątem jego możliwości wzrokowych. Wszystkie gry tworzone są w ośmiu wariantach uwzględniających

trzy parametry: kontrast, kontur i wielkość, co stwarza możliwość odpowiedniego dopasowania gier dla dzieci




słabowidzących. Gry dostępne są po założeniu konta przez rodzica, co pozwala na zapamiętanie wszystkich danych podawanych przy okazji pierwszego logowania.

## Jak powstało Świetlikowo?

Pomysłodawcą jest Karolina Husáková – psycholog dziecięca, która na co dzień zajmuje się terapią widzenia i wczesnym wspomaganiem rozwoju dzieci ze sprzężoną niepełnosprawnością. Pracując z dziećmi, zauważyła ich ogromną chęć korzystania z nowoczesnych

technologii. Owo zainteresowanie przejawiały już bardzo małe szkraby, które z dużą determinacją dążyły do zdobycia telefonów swoich rodziców. Im dziecko starsze tym jego motywacja do spędzania czasu przy tablecie, smartfonie czy komputerze jest jeszcze większa. Nowoczesne technologie stają się obiektem pożądania wielu dzieci z jednej strony dlatego, że widzą, jak dorośli są przez nie pochłonięci, dodatkowo czasami są obiektem zakazanym, a z drugiej strony wydają się nieść za sobą duże możliwości zabawy. Dzieci słabowidzące też chcą korzystać z nowoczesnych technologii. Niestety, w większości przypadków gry dostępne na rynku polskim nie są dostosowane do dzieci z dysfunkcją wzroku, co niesie za sobą między innymi ryzyko wykształcenia nieodpowiedniej postawy ciała, pogłębiania się wady refrakcji czy wzmacniania nieprawidłowych nawyków wzrokowych.

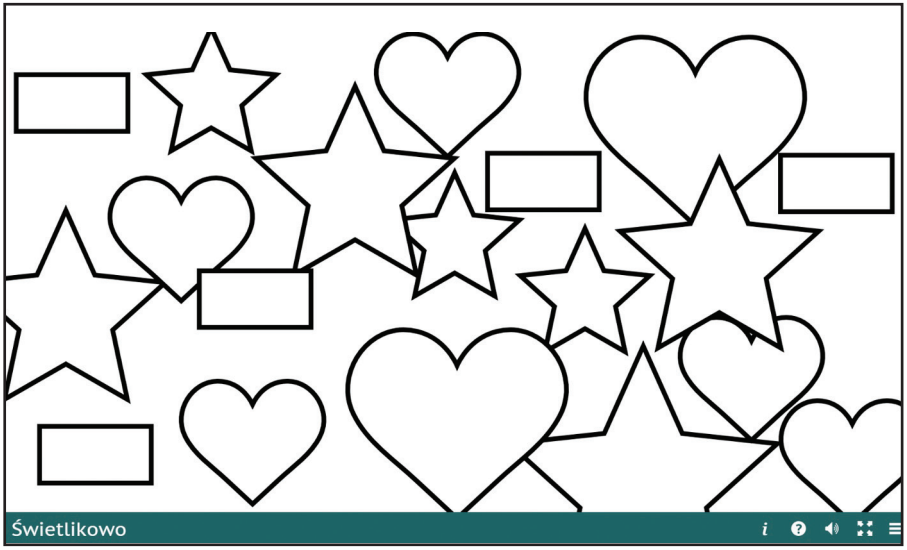
Wychodząc naprzeciw potrzebom rodziców, stworzyliśmy odpowiednie gry dla ich niedowidzących dzieci. Pomysłodawczyni portalu, idąc z duchem czasu i chcąc wykorzystać istniejącą motywację dzieci, postanowiła zebrać grupę specjalistów, którzy pomogli jej stworzyć innowacyjne narzędzie dedykowane rozwijaniu widzenia u dzieci, dostępne dla wszystkich, niezależnie od ich umiejętności wzrokowych. Do współpracy w ramach zespołu merytorycznego zaprosiła Joannę Homel, Iwonę Janoszek i Katarzynę Dyktyńską.

Na szczęście świetnych specjalistów nie trzeba było długo szukać, ponieważ, pracując w Regionalnej Fundacji Pomocy Niewidomym, poznała doświadczonych tyflopedagogów, którzy chętnie zajęli się współtworzeniem portalu. Joanna Homel i Iwona Janoszek są tyflopedagogami, oligofrenopedagogami i specjalistkami wczesnej interwencji, które posiadają ponad dziesięcioletnie doświadczenie w pracy z dziećmi z niepełnosprawnością. Ich kreatywność nie zna granic i na szczęście nie boją się wyzwań. Katarzyna Dyktyńska jest psychologiem, coachem oraz trenerem i na co dzień sama zmaga się z konsekwencjami płynącymi z poważnej dysfunkcji narządu wzroku (choruje na barwnikowe zwyrodnienie siatkówki). Cały zespół merytoryczny opracował wszystkie rodzaje gier w taki sposób, aby doskonaliły one wybrane umiejętności wzrokowe, a przy okazji ćwiczyły inne funkcje poznawcze. Szczególnie duży nacisk położono na dostosowanie gier do możliwości wzrokowych dzieci słabowidzących, aby umożliwić im korzystanie z całego wachlarza dostępnych opcji.

## Jak to działa?

Gry podzielone są na osiem kategorii pod względem ćwiczonych umiejętności, tj. pamięci wzrokowej, syntezy i analizy wzrokowej wraz z dopełnianiem, koordynacji wzrokowo-ruchowej, stałości spostrzegania,

wyłaniania figury z tła, przeszukiwania wzrokowego, relacji przestrzennych i funkcji motorycznych gałek ocznych takich jak fiksacja czy lokalizacja. Wybrane umiejętności doskonalone są w oparciu o gry na tyle, na ile to jest możliwe, korzystając z ekranu tabletu, komputera, telewizora czy rzutnika multimedialnego. Oczywistym jest, że umiejętności motoryczne gałek ocznych w sposób najpełniejszy mogą być rozwijane wyłącznie w naturalnym otoczeniu, które daje możliwość ćwiczenia zarówno centralnego, jak i peryferyjnego pola widzenia. Na naszym portalu grupa gier dedykowana właśnie rozwijaniu funkcji motorycznych oczu koncentruje się głównie na centralnym polu widzenia,




a oprócz tego ma na celu rozwijanie spostrzegawczości, koncentracji uwagi, a także ma przyczynić się do odprężenia i wyciszenia. Nasze gry stanowią uzupełnienie tradycyjnej terapii widzenia i nie mogą być traktowane jako jej zamiennik. Są przeznaczone dla wszystkich dzieci i oprócz uzupełnienia terapii widzenia mogą być po prostu dobrą i sprawdzoną alternatywą dla innych gier dostępnych w Internecie. Dzieci codziennie dostają inne zestawy, lecz w sytuacji, gdy wybrana gra szczególnie im się spodoba, mogą skorzystać z możliwości zapisu jej w folderze „Ulubione", co powoduje, że w każdej chwili mogą w nią zagrać. Zestawy ćwiczeń są tak dobrane, aby każdorazowo ćwiczyły wszystkie

osiem umiejętności, a jednocześnie nie trwały dłużej niż trzydzieści minut.

Portal zawiera również system monitorowania postępów dziecka, który nie tylko pozwala rodzicowi mieć wgląd w wyniki swojej pociechy, lecz także umożliwia systematyczne dopasowanie losowanych pakietów ćwiczeń do czynionego przez nie progresu. Rodzic po każdym dniu ćwiczeń informowany jest o wynikach swojego dziecka oraz o doskonalonych przez niego

umiejętnościach. Rozmowy z rodzicami stały się inspiracją do stworzenia tego narzędzia. To właśnie rodzice wielokrotnie dopytywali, w jaki sposób bawić się ze swoim dzieckiem, jakie zabawki wybierać, jakie gry komputerowe czy portale można polecić, jak im zaufać.

Świetlikowo zostało stworzone z myślą o potrzebach dzieci i ich rodziców. Przez cały okres testowania gier pytaliśmy zarówno dzieci, jak i rodziców o opinie i udoskonalaliśmy portal według ich wskazówek. Nadal zależy nam na ścisłej współpracy z rodzicami oraz małymi użytkownikami i jesteśmy otwarci na wszelkie wskazówki, uwagi i informacje. Świetlikowo jest i ma być nadal miejscem współtworzonym przez specjalistów i użytkowników. Właśnie ta myśl przyczyniła się do tego, aby rodzice mieli wpływ na dopasowanie gier pod kątem możliwości wzrokowych swoich dzieci. W naszym portalu dzieje się to automatycznie na podstawie stworzonego przez nas algorytmu, który przelicza wyniki gry testowej, jednak gdy rodzice są odmiennego zdania i chcą zmienić ustawienia, mają taką możliwość na każdym etapie korzystania z portalu.

## Skala problemów wzrokowych u dzieci w Polsce

Według danych zebranych w czasie ostatniego spisu powszechnego w 2011 roku w Polsce liczba dzieci niepełnosprawnych w wieku od 0 do 15 lat wyniosła 184,8 tys., co stanowiło 3,0 proc. ogółu dzieci w tym wieku. W tym dzieci z niepełnosprawnością narządu wzroku było 7,6 proc., czyli około 140 tysięcy. Należy w tym miejscu dodać, że powszechne spisy ludności odbywają się na zasadzie dobrowolności, więc dane mogą nie

w pełni odzwierciedlać rzeczywistość. Niepełnosprawność narządu wzroku jest czwartą, co do częstości występowania, przyczyną niepełnosprawności, co wskazuje na fakt jej dużej powszechności.

Oprócz niepełnosprawności wynikającej z chorób narządów wzroku dodatkowym problem jest coraz powszechniejsze występowanie u dzieci wad refrakcji. Według różnych badań przeprowadzonych w Polsce skala problemu dotyczy od około 20 proc. populacji do prawie 54 proc. (badania w Warszawie wśród czwarto-, piąto- i szóstoklasistów, 2007 rok). Okazuje się, że wielu rodziców nie zdaje sobie sprawy z występowania u ich dziecka wady refrakcji, niezależnie od tego czy to jest krótkowzroczność, nadwzroczność czy astygmatyzm, ponieważ występuje tak zwane funkcjonalne dostosowanie się. Dziecko poprzez postawę ciała, mrużenie oczu, korzystanie tylko z jednego oka jakoś radzi sobie ze swoimi codziennymi obowiązkami, jednak brak odpowiedniej korekcji może przyczyniać się między innymi do trudności w czytaniu i pisaniu, występowania bólu głowy, męczliwości i suchości oczu.

Dodatkowo ostatnio w świecie nauki i mediach głośno jest o negatywnych konsekwencjach płynących z częstego korzystania z komputera. Według profesora Brien'a Holden'a z Centrum Badań Oczu w Sydney, krótkowzroczność dotyczy 1,45 miliarda ludzi na świecie,

a w 2020 roku ta liczba ma wzrosnąć do 2,5 miliarda. W niektórych krajach azjatyckich blisko 50 proc. populacji stanowią krótkowidze. Te przerażające liczby dotyczą wyłącznie krótkowzroczności, która obecnie stanowi jeden z głównych problemów zdrowotnych całej populacji, a do tego wciąż wzrasta liczba osób, które borykają się z pozostałymi wadami refrakcji. Wielogodzinna, intensywna praca przed ekranem monitora może przyczyniać się między innymi do zmęczenia wzroku, pogłębiania się krótkowzroczności, bólu głowy, szyi czy pleców, wysychania oczu oraz zaburzeń widzenia barw. Wady refrakcji można w łatwy sposób korygować, co wymaga jedynie wizyty u dobrego okulisty oraz zakupienia wskazanej korekcji. Oczywiście, dużą rolę, zwłaszcza przy krótkowzroczności, odgrywa prawidłowa higiena oczu, a w szczególności dotycząca szeroko pojętej pracy do bliży (w tym również przed ekranem komputera). Zachęcajmy dzieci do odpowiednich ćwiczeń, robienia sobie regularnych przerw i bądźmy dla nich przykładem.

## Jakie możliwości niesie ze sobą Świetlikowo?

Świetlikowo jest narzędziem wykorzystującym nowoczesne technologie, co niesie ze sobą zarówno pewne korzyści, jak i zagrożenia. Nadmierne korzystanie z komputera czy tabletu może przyczyniać się do powstania

wśród dzieci problemów związanych z interakcjami społecznymi – mogą one mieć trudność w nawiązywaniu i utrzymywaniu kontaktu wzrokowego, interpretowaniu mimiki rozmówcy, odnajdywaniu się w grupach społecznych, może również doprowadzić do zaburzeń w rozwoju mowy. Problem oczywiście pojawia się w sytuacji, gdy czas korzystania przez dziecko z nowoczesnych technologii jest za duży, co dla pięcioletniego dziecka może stanowić już godzina dziennie. Komputer czy tablet dla dzieci w wieku przedszkolnym, jeśli w ogóle jest obecny w życiu dziecka, ma stanowić tylko jedną z wielu możliwości zabawy i edukacji. Nie może on wyprzeć innych form aktywności ani w żaden sposób zastąpić interakcji społecznych zarówno tych rówieśniczych, jak i z dorosłymi. Nasz portal w taki sposób dobiera gry dla dzieci, aby w ciągu całego dnia ich liczba nie przekraczała dziesięć, a tym samym czas spędzony przed monitorem nie był średnio dłuższy niż trzydzieści minut. Zbyt długi czas spędzany przed komputerem, tak jak już wcześniej zaznaczyliśmy, niesie ze sobą ryzyko związane między innymi z pogłębianiem się krótkowzroczności. Na naszym portalu dbamy o to, aby dzieci miały regularne przerwy, które wypełnione są wskazówkami odnośnie ćwiczeń wzroku i rozluźnienia mięśni oczu. Po wyznaczonym czasie (po około dziesięciu minutach gry) pojawia się przerwa wraz z instrukcją głosową, która

prowadzi dziecko krok po kroku w wykonywaniu określonych ćwiczeń. Ćwiczenia te zostały opracowane przez nasz zespół specjalistów w taki sposób, aby pozwalały na rozluźnienie i relaks mięśni oczu, rozwijanie widzenia do dali i motoryki gałek ocznych. Dodatkowo również w części ogólnodostępnej wciąż rozszerzamy bazę artykułów, które zawierają wiele praktycznych porad dotyczących zarówno pracy przed komputerem, jak i ćwiczeń wzroku.

Często zdarza się, że dzieci nie chcą wykonywać w domu zaleconych im ćwiczeń wzrokowych. Dzięki wykorzystaniu Świetlikowa rodzic ma pewność, że jego pociecha będzie chciała wykonywać przygotowane dla niej zadania, ponieważ są dobrą zabawą. Jeśli dziecko jest odpowiednio zmotywowane, przekłada się to na jakość podejmowanych przez nie wysiłków, co przyspiesza proces uczenia się. Nasze gry są nie tylko dobrym ćwiczeniem dla wzroku, lecz dodatkowo rozwijają inteligencję, umiejętność logicznego myślenia, kreatywność i koncentrację uwagi. Ważną zaletą naszych gier jest również fakt, iż niektóre ćwiczenia przeznaczone są do samodzielnego wydrukowania w domu. Zależy nam na tym, aby dzieci nie przywiązywały się nadmiernie do komputera i stąd też narodził się pomysł stworzenia bazy kart pracy, które rozwijają koordynację wzrokowo-ruchową, a jednocześnie ćwiczą umiejętności grafomotorycz-

ne dzieci w oparciu o przeróżne materiały plastyczne, dostępne w danym momencie dziecku. Każdego dnia dziecko w ramach swojego pakietu gier ma przygotowane również takie właśnie karty pracy.

Na koniec warto dodać, że ostatnio coraz większą sławą cieszą się doniesienia naukowców na temat możliwości poprawienia wzroku w oparciu o nowe technologie. Amerykańscy naukowcy z Dallas w kwietniu 2015 roku opublikowali wyniki swoich badań, w których dowiedli, że możliwe jest poprawienie widzenia obuocznego, wykorzystując odpowiednio skonstruowaną grę komputerową.

Warto wspomnieć, że bezpośrednia praca z różnymi przedmiotami pozwala na polisensoryczne poznawanie świata, gdzie obok zmysłu wzroku, dzieci rozwijają małą motorykę, dotyk, poznają właściwości takie jak ciężar, fakturę czy naturalne dźwięki towarzyszące aktywności. Tego nie zastąpimy komputerem i dlatego z naszej strony będą pojawiać się na portalu propozycje zabaw i wskazówki do ćwiczeń w bezpośrednim kontakcie z ciekawymi pomocami i materiałami.

Literatura:

**„Dzieci w Polsce w 2014 roku. Charakterystyka demograficzna”** dostępne na: http://www.stat.gov.pl

B. Kępa, M. Grałek, K. Adach, B. Chipczyńska, B. Kocyła-Karczmarewicz, M. Seroczyńska **„Występowanie wad refrakcji i zeza u dzieci urodzonych przedwcześnie”** w Kontaktologia i okulistyka medyczna 2/2008 str. 45

M. Zając **„Wady refrakcji – krótkowzroczność, dalekowzroczność, presbyopia, astygmatyzm”** dostępne na: http://www.if.pwr.wroc.pl/~zajac/POPULARNE/

**„Myopia control”** dostępne na: http://www.brienholdenvision.org/research/vision-correction-needs.html

**„Binocular iPad Treatment of Amblyopia for Lasting Improvement of Visual Acuity”** dostępne na: http://archopht.jamanetwork.com/article.aspx?articleid=2089673

# Wykorzystanie tabletu do pracy z niewidomymi i słabowidzącymi dziećmi z dodatkowymi ograniczeniami

Irena Kuczborska

psycholog, Poradnia Kompleksowej Diagnozy, Wczesnej Edukacji, Terapii, Rehabilitacji Stowarzyszenia „Tęcza" w Warszawie

Postęp technologiczny w sposób stały i nieunikniony wkracza do naszych domów, szkół i poradni. Łatwość dostępu do informacji i prostota obsługi coraz bardziej ogólnodostępnego sprzętu stanowi doskonały powód, aby wykorzystywać go w codziennej pracy z dziećmi z różnorodnymi ograniczeniami rozwojowymi. Nasza poradnia z początkiem 2015 roku została obdarowana przez Stowarzyszenie Lions Club tabletami zarówno iPadami w systemie iOS (jeden z systemów operacyjnych na urządzenia mobilne obsługujący produkty firmy Apple), jak i tabletami w systemie Android, jak się okaże później, ma to znaczenie.

Kontakt z nowym sprzętem rodził wiele wyzwań i pytań – jak w sposób najbardziej efektywny wykorzystać go w pracy z naszymi dziećmi, dziećmi często z dużymi ograniczeniami wzrokowymi, z trudnościami ruchowymi i innymi problemami rozwojowymi? Nowoczesny sprzęt niesie ze sobą możliwość dostosowania i poprawienia jego dostępności dla dzieci z różnymi trudnościami, dotyczy to zarówno ustawiania „wrażliwości" sprzętu na różnego rodzaju dotyk, jak i wizualnego wyostrzenia czy powiększenia obrazu.

Ograniczona liczba informacji na interesujący mnie temat w języku polskim skłoniła mnie do poszukiwań użytecznych informacji na stronach anglojęzycznych. W Stanach Zjednoczonych temat wykorzystania nowoczesnego sprzętu do pracy z niepełnosprawnymi jest aktualny od dawna, stąd ilość użytecznych informacji i wskazówek była nie do przecenienia. Najwięcej informacji znalazłam na portalu Pinterest oraz na stronie Perkins Wonder Baby, tam temat ten był dogłębnie omówiony, w ogromnej ilości artykułów, na blogach rodziców i specjalistów. Użyteczne aplikacje, dostosowanie sprzętu, wszystkie jednak dotyczyły iPadów i tu trzeba przyznać, że ilość aplikacji dających możliwość pracy z niepełnosprawnym dzieckiem na tym typie urządzenia jest znacząco większa. Można zauważyć, że niektóre, bardziej popularne aplikacje stopniowo poja-

wiają się na tabletach w systemie Android, ale jest ich nieporównywalnie mniej. Aplikacje są to programy użytkowe, które można ściągnąć na urządzenia mobilne takie jak tablet lub telefon.

Tablet to narzędzie, które można wykorzystywać na wiele sposobów, dostosowując je do poziomu funkcjonowania dziecka. Oczywiście, nadal według starych dobrych zasad najważniejszym elementem jest praca w relacji, we wspólnym polu uwagi, staram się też, aby tablet był uzupełnieniem aktywności, nad którymi pracujemy, wykorzystując bardziej tradycyjne metody.

Z dziećmi na wczesnym etapie rozwoju ćwiczę najprostsze schematy przyczynowo-skutkowe. Poczucie bycia sprawcą stanowi bazę do rozwijania bardziej zaawansowanych funkcji poznawczych. Dzieci bardzo lubią aplikacje Tap-N-See Now, Bubbles, zabawy typu Peekaboo. Jeszcze wcześniej zdarzało mi się używać aplikacji do biernej stymulacji widzenia typu Baby focus, First focus, Baby View lite. Rozwijanie percepcji słuchowej jest równie ważnym elementem naszej pracy, zabawy typu Sound Touch są jednymi z ulubionych. Tablet stwarza bardzo duże możliwości w zakresie edukacji, tu granica między zabawą a nauką jest często umowna. Dla słabowidzących dzieci zawsze jest to okazja do ćwiczenia spostrzegawczości, koordynacji oko-ręka, wydłużania czasu koncentracji wzrokowej i tu wykorzy-

stuję różnego rodzaju puzzle, układanki, zabawy typu memory, dopasowywanki, zabawy usprawniające małą motorykę itd. Niektóre aplikacje są przeznaczone specjalnie dla dzieci słabowidzących, czego przykładem jest narzędzie stworzone przez naszych przyjaciół z Czech EDA PLAY, pozwala ono dostosować zadania zarówno do poziomu rozwoju, jak i do stopnia widzenia.

Dzieci uwielbiają pracować na tablecie, często ten rodzaj aktywności zostawiamy na koniec zajęć, traktując je jako swoistą nagrodę i zachętę do bardziej efektywnej

pracy podczas następnego spotkania. Kwestia doboru odpowiednich aplikacji dostosowanych do poziomu rozwoju i zakresu funkcji, nad którymi chcę pracować, nie jest rzeczą prostą i wymaga mojego przygotowania, tak samo jak do zajęć przeprowadzanych w sposób bardziej konwencjonalny.

Bardzo istotnym dla mnie aspektem wykorzystania tabletu jest komunikacja, w USA sprzęt ten już dawno wyparł drogie komunikatory i bardzo poprawił dostępność do aplikacji umożliwiających alternatywną komunikację. Nie uważam się w tym zakresie za specjalistę, ale podejmowane próby wykorzystania iPada w tej kwestii są bardzo obiecujące. Na przykład dzięki aplikacji Story Creator tworzymy indywidualne książeczki dla dzieci, jest to doskonały materiał do budowania relacji i pracy na doświadczeniach, w które dziecko jest bezpośrednio, często emocjonalnie zaangażowane. Co więcej, to, że dziecko jest ich bohaterem, buduje poczucie własnej wartości i poprawia świadomość kontroli nad otoczeniem. Niezwykłe jest to, że nawet dzieci z dużymi deficytami rozwojowymi, które w niewielkim stopniu reagują na zewnętrzne bodźce, w tej konkretnej sytuacji koncentrują się na proponowanej aktywności, są podekscytowane, a co najlepsze domagają się kolejnych powtórzeń.

Pracując od kilku miesięcy na omawianym sprzęcie, nadal mam przekonanie o jego dużym potencjale, cho-

ciaż doświadczam pewnych ograniczeń. Większość aplikacji, których używam jest bezpłatna, niektóre kupiliśmy. Chętnie podzieliłabym się swoimi poszukiwaniami w sieci co do ciekawych materiałów i skorzystała z doświadczeń polskich terapeutów i rodziców, którzy wykorzystują tablet w pracy z dziećmi. Może jest to pomysł na stworzenie takiej platformy w języku polskim, może umożliwiłoby to adaptację co ciekawszych aplikacji na nasz język, a może idąc dalej tworzenie polskich aplikacji dla dzieci niewidomych i słabowidzących. Coraz częściej takie urządzenie rodzice mają w domu, moim zadaniem w tej sytuacji jest pokazanie im, w jaki sposób optymalnie używać tabletu, aby nie stał się jedynie „zapychaczem czasu".

Do tej pory wykorzystywałam iPada do pracy z małymi słabowidzącymi dziećmi, ale myślę, że bogactwo i różnorodność aplikacji czynią z niego urządzenie, które będzie w przyszłości w codziennym użyciu dla osób niewidomych i słabowidzących: pomoc w orientacji w przestrzeni, powiększalnik, latarka, identyfikator obiektów i kolorów itp. Nasze dzieci muszą oswajać z nowoczesnym sprzętem, aby w przyszłości ich życie było bardziej znormalizowane i... uczyć się języka angielskiego, bo większość użytecznych aplikacji jest w tym właśnie języku.

(Zdjęcie Irena Kuczborska)

# Nowy Ośrodek Chorób Rzadkich w Gdańsku

Renata Nowacka-Pyrlik
tyflopedagog

O różnych trudnościach w dostępie do lekarzy specjalistów, z jakimi zmagają się rodzice niepełnosprawnych dzieci, nikogo z pewnością nie trzeba przekonywać. Z samym „tylko" problemem wzrokowym – najpierw postawieniem właściwej diagnozy, a później – wdrożeniem leczenia, czasem koniecznością wielokrotnych pobytów w szpitalach i interwencji chirurgicznych, doborem okularów czy pomocy optycznych, pilnowaniem terminów kontrolnych wizyt itp. wiąże się dużo stresu, czasu, energii i nierzadko znacznych wydatków finansowych.

Gdy dziecko ma więcej niż jeden poważny problem zdrowotny, zaangażowanie organizacyjno-czasowo-psychologiczno-finansowe ze strony opiekunów odpowiednio wzrasta.

Problem urasta do rangi dramatu i nieszczęścia, gdy nasze dziecko cierpi na zespół wad/chorób trudnych czy niemożliwych do zdiagnozowania, leczenia i rehabilitacji

w tzw. rejonie (czasem w nawet dużej placówce medycznej). Zdesperowani rodzice przemieszczają się wówczas od poradni do poradni, odwiedzają różnych specjalistów, wyczekują w długich kolejkach, i – niestety – czasem zdarza się, że wracają do punktu wyjścia… Szukają wówczas diagnozy i możliwości pomocy dziecku „na własną rękę” (i czasem, na szczęście ją znajdują, np. na stronie jakiegoś Stowarzyszenia, zdarza się, założonego i prowadzonego przez rodziców dziecka/dzieci z podobnymi objawami, którzy wcześniej przeszli już podobną „drogę przez mękę”). Niestety, zdarza się i tak, że dowiadują się zbyt późno o możliwości pomocy swojemu dziecku. Wiadomo – im wcześniejsza diagnoza i wdrożenie odpowiedniego leczenia/rehabilitacji, tym szanse na poprawę zdrowia i funkcjonowania zazwyczaj są większe.

I właśnie z myślą o takich dzieciach – z nietypowymi i rzadko występującymi problemami zdrowotnymi – powstał w Gdańsku, przy Poradni Genetycznej Uniwersyteckiego Centrum Klinicznego (UCK) Ośrodek Chorób Rzadkich. To druga tego typu placówka w Polsce (pierwsza działa w Krakowie). Gdański Ośrodek rozpoczął swoją działalność 1 lipca br. Jego zadaniem jest przyjmowanie dzieci z rzadkimi chorobami, z terenu całej Polski, w celu postawienia kompleksowej diagnozy i ukierunkowania ich leczenia i rehabilitacji.

Obecnie wymienia się około 12 500 chorób uznawanych za rzadkie (czyli występujące z częstością mniejszą niż jeden przypadek na dwa tysiące osób). Niektóre choroby są tak rzadkie, że trafiają się raz na milion osób.

Na większość tych chorób, niestety, nie ma skutecznego lekarstwa, ale wczesna diagnoza jest bardzo ważna, bo wówczas przynajmniej wiadomo, jak postępować z dzieckiem dotkniętym rzadkim schorzeniem i czego można się spodziewać w rozwoju choroby.

Tak naprawdę oczekiwanym rezultatem pracy zatrudnionych w Ośrodku specjalistów, nie jest wyleczenie takich pacjentów, ale przedłużenie i maksymalna poprawa komfortu ich życia. A w rezultacie poprawa funkcjonowania całych rodzin. Gdy dziecko dotknięte jest poważnym wielonarządowym uszkodzeniem, cierpi wraz z nim cała rodzina.

W założeniu nowo utworzona placówka ma przyjmować młodych niezdiagnozowanych pacjentów na krótki okres pobytu w szpitalu (jeden – maksymalnie trzy dni) celem wykonania wszystkich badań zleconych przez tamtejszych specjalistów. Po wykonaniu tych badań będzie zbierało się konsylium lekarskie, które postawi diagnozę. Przy wypisie rodzice dziecka otrzymają ***Informator o chorobie***, zawierający informacje i wskazówki dla nich, ale również zalecenia (np. dotyczące koniecz-

nych badań) dla pediatry dziecka. Co rok takie dziecko będzie się zgłaszało na konsultacje do Ośrodka.

Placówka ma także w założeniu współpracę z oddziałami neonatologicznymi i pediatrycznymi, z poradniami, ze stowarzyszeniami rodziców i z hospicjami. Ma też edukować lekarzy, by mniej problematyczne było rozpoznawanie rzadkich chorób czy kierowanie do specjalistów.

W przyszłości Ośrodek zamierza objąć pomocą także rodziny pacjentów z rzadkimi chorobami. Dlatego razem z organizacjami pozarządowymi prowadzone będą starania o dofinansowanie takich działań ze środków Unii Europejskiej.

Każdy pacjent, który chciałby skorzystać z pomocy Ośrodka Chorób Rzadkich w Gdańsku, powinien mieć skierowanie od lekarza pierwszego kontaktu do poradni genetycznej. Rejestracja czynna jest w poniedziałki i czwartki, w godz. 9.00–14.00, telefon (58) 349 29 48.

Adres: Ośrodek Chorób Rzadkich UCK w Gdańsku, ul. Dębinki 7, e-mail: chorobyrzadkie@uck.gda.pl

# Biała laska kontra czarny pies

Katarzyna Głowacka
właścicielka psa przewodnika

Rozbudowanego wstępu nie będzie. Temat wymaga konkretów. Poniżej przedstawię refleksje oparte na osobistym doświadczeniu. W ramach wyjaśnień tytułowego czarnego psa, posiadam czarną labradorkę – Gretę. Ot, cała tajemnica.

Nierzadkim jest pytanie – jaka jest różnica w poruszaniu się z białą laską a z psem przewodnikiem (aktualnie według przepisów prawnych psem asystującym). W XXI wieku skazani jesteśmy wszędzie pędzić. Pies pozwala znacznie przyśpieszyć. Ale, by było ciekawiej, zacznijmy od wad psa. Sprawą domyślną są obowiązki sprawowania opieki nad psem i koszty z tym związane – jedzenie, spacery toaletowe, opieka weterynaryjna. Jeśli jesteś urodzonym leniuchem, może być ci ciężko przyzwyczaić się do spacerów, jednak każdemu wyjdzie to na dobre. Uporządkowanie rutyny czasowej dnia w połączeniu z regularnym ruchem nikomu jeszcze nie zaszkodziło. Wyobraźmy sobie wspomniany spacer w czasie deszczu. W takich warunkach laska jest bardziej

łaskawa, pies staje się zawodowym chlapaczem. Żyjemy w Polsce, deszcz się zdarza – „sorry, taki mamy klimat". Innym mankamentem psa jest jego zdolność zmiany sierści. Trzeba sprzątać, i tu znów ukłon w stronę leniuchów. No chyba, że ktoś lubi podłogę wyściełaną miękkim, ciepłym puchem – taki gratis. Więcej wad nie pamiętam, za te i za inne szczerze przepraszam.

Pomyślmy teraz o sytuacji, gdy poruszamy się z laską. Przed nami sklep w czasie dostawy towaru. Przed sklepem ciężarówka z rozwartymi wrotami. Wrota pół metra nad ziemią. Obstukujemy laską przyszłe miejsce naszego stąpnięcia. O wrotach ciężarówki dowiadujemy się w momencie, gdy integrują się nam z twarzą. Cóż, laska przeszła pod drzwiami ciężarówki. Podobnie sprawa ma się w przypadku wystających reklam, telefonów miejskich, gałęzi i wielu innych pułapek. Pies zauważa czyhające na nas niebezpieczeństwo i pozwala uniknąć kolizji, sprowadzając nas na bok. Warto wspomnieć również o przypadku robót drogowych i rozwieszonych taśmach odgradzających miejsce od robót. Spacerując z laską, często zdarza się je pominąć. Pies dba o nasze bezpieczeństwo, zaznacza krawężniki, schody itp. Na komendę pies zaprowadzi nas do najbliższej, warto wspomnieć, czystej ławki, pokaże nam klamkę w drzwiach, poda upuszczone rękawiczki, klucze (...). Mimo tego, że pies jest zobligowany wykonywać nasze polecenia, istnieją

pewne wyjątki. Wyobraźmy sobie, że chcemy przejść przez jezdnię. Pies zatrzymał się przed przejściem. Nakazujemy mu ruszyć, lecz w naszą stronę zbliża się niezauważony przez nas samochód. Pies zachodzi nam wówczas drogę, nie pozwalając nam na, być może, nasz ostatni krok. Nazywa się to posłuszeństwem selektywnym. Mnie osobiście Greta daje ogromne poczucie bezpieczeństwa. Poruszam się z nią szybciej, łatwiej, przyjemniej i, powtórzmy to jeszcze raz, bezpieczniej.

Pomijając pragmatyczne podejście w porównywaniu laski z psem, pies jest dla mnie członkiem rodziny. Nie jest tylko narzędziem, jest dla mnie przyjacielem, którego mogę przytulić i pogłaskać. Emocjonalnego przywiązania do „zimnej laski" raczej nie polecam. Pogubiłam się nieco w podliczaniu punktacji w starciu „czarny pies kontra biała laska". Podsumujmy to tak: pies – trzy razy TAK!

Od Redakcji: temat dotyczy osób niewidomych pełnoletnich, bo takie mogą zostać posiadaczami psów asystujących (przewodników). Wydaje mi się jednak, że warto już wcześniej poznać opinie osób korzystających z pomocy psa asystującego.

# PORADNIA FUNDACJI CEDUNIS

Joanna Witczak-Nowotna

tyflopedagog, prezes Fundacji na rzecz Centrum Edukacyjnego dla Uczniów Niewidomych i Słabowidzących „Cedunis”

Małgorzata Paplińska

tyflopedagog, adiunkt w Zakładzie Tyflopedagogiki Akademii Pedagogiki Specjalnej w Warszawie, wiceprezes Fundacji „Cedunis”

Mamy wieloletnie doświadczenie w pracy i diagnozowaniu poziomu funkcjonowania uczniów z dysfunkcją wzroku oraz prowadzeniu szkoleń dla nauczycieli i rodziców dzieci niewidomych i słabowidzących.

CEDUNIS

ZAPRASZAMY DZIECI I MŁODZIEŻ Z DYFUNKCJĄ WZROKU na kompleksową diagnozę w następujących obszarach:

– funkcjonowanie wzrokowe (dla dzieci słabowidzących),
– korzystanie z pomocy optycznych, nieoptycznych (przez uczniów słabowidzących),
– umiejętność czytania i pisania pismem brajla za pomocą różnych narzędzi,
– umiejętność czytania i tworzenia grafiki dotykowej,
– orientacja przestrzenna i umiejętność samodzielnego poruszania się,
– umiejętności w zakresie samoobsługi i czynności życia codziennego,
– wykorzystanie technologii asystujących dla osób z dysfunkcją wzroku.

W oparciu o kompleksową specjalistyczną diagnozę opracowujemy Indywidualne Programy Wsparcia wraz ze wskazówkami dla nauczycieli i rodziców.

Oferujemy specjalistyczne zajęcia dla uczniów w różnym wieku, obejmujące m.in. naukę:
– korzystania z pomocy optycznych,
– samodzielnego i bezpiecznego poruszania się,
– brajla i zaawansowanych notacji brajlowskich, czytania map i grafiki dotykowej i wielu innych.

ZAPRASZAMY NAUCZYCIELI na warsztaty i szkolenia, w ramach których oferujemy:
– indywidualne konsultacje w zakresie doboru metod, form i pracy z uczniem niewidomym lub słabowidzącym,

– warsztaty metodyczne w zakresie dostosowanym do potrzeb i oczekiwań,
– superwizje lekcji przez tyflopedagoga,
– przygotowanie pomocy tyflodydaktycznych,
– spotkania także na terenie szkoły.

Oferujemy warsztaty metodyczne z zakresu:
– przygotowania dziecka niewidomego do nauki czytania dotykowego,
– metodyki nauczania pisma brajla,
– uczenia czytania grafiki dotykowej i prawidłowego przygotowania rysunku dla niewidomego ucznia,
– adaptacji materiałów dla ucznia słabowidzącego,
– adaptacji materiałów dydaktycznych w brajlu.

Zapraszamy na warsztaty z nauki brajla obejmujące:
– podstawy pisma brajla (zapis na maszynie i/lub tabliczce),
– naukę notacji matematycznej, chemicznej, fizycznej,
– naukę polskich ortograficznych skrótów brajlowskie.

Fundacja na Rzecz Centrum Edukacyjnego dla Uczniów Niewidomych i Słabowidzących CEDUNIS; ul. J. i J. Śniadeckich 23 lok 1A, 00-654 Warszawa (przy Pl. Politechniki), tel. 667 958 040 (umawianie wizyt: poniedziałek – piątek, godz. 9.00–17.00), cedunis@cedunis.org.pl; www.cedunis.org.pl

# WSPOMNIENIA

## Dzień Dziecka w Toruniu

Z okazji Dnia Dziecka zorganizowaliśmy dla naszych podopiecznych dzieci oraz ich rodzeństwa imprezę integracyjną. Tegoroczne spotkanie odbyło się w Domu Legend Toruńskich, który mieści się w podziemiach zabytkowej kamienicy stojącej przy ulicy Szerokiej 35 przy staromiejskim deptaku.

Dom Legend to połączenie interaktywnego muzeum i teatru. Scenariusz prezentacji dostosowany był do wieku dzieci i ich niepełnosprawności. Zebranych i gotowych gości powitała tajemnicza postać, która wyszła wszystkim na spotkanie. Mężczyzna z pomocą dzieci otworzył drzwi i zaprosił do Domu Legend. Zainteresowanie wzbudził nie tylko swoim starodawnym strojem, ale i staropolską mową, z którą zebrane dzieci mogły się osłuchać, aby jeszcze lepiej poczuć klimat legend. Dzieci podczas trwania spektaklu brały czynny udział w inscenizacjach. Na początku ochotnik został przebrany za Krzyżaka i dzielnie odgrywał przypisaną mu rolę. Aktorów z publiczności było więcej. Z tłumu na scenę wywołany został giermek. Pojawił się również król, w którego wcielił się wiceprezes naszego oddziału, Adam Leciak, oraz jedna z obecnych na sali mam,

wcielająca się w mieszczkę. Możliwość odgrywania ról przez dzieci, ich rodziców oraz działaczy, sprawiła, że prezentowane legendy stały się jeszcze ciekawsze. Każdy mógł być częścią tego, o czym opowiadali prowadzący.

Oprócz wcielania się w role, dzieci brały udział w boju na tratwach, próbując strącić przeciwników wiosłami. Było przy tym mnóstwo zabawy i śmiechu. Jeszcze inną

osobę wzięto w dyby; musiała odpowiadać na pytania, aby się uwolnić. Wśród atrakcji była również klatka, do której dzieci chętnie wchodziły i udawały więźniów. Kilkoro dzieci dało się porwać wenie architektonicznej przy

budowaniu toruńskiej Krzywej Wieży. Zebrani mogli też zapoznać się z miniaturą dzwonu Tuba Dei wykonaną w skali 1:100. Atrakcje, jakie skrywały ciemne i wąskie piwniczki Domu Legend, zachwyciły zebranych uczestników imprezy.

Interaktywna zabawa i opowiedziane legendy, w których dzieci mogły brać udział, pozostaną w ich pamięci na długo. Na zakończenie spotkania, otrzymały książkę i płytę z legendami, aby każde mogło wracać do swojej ulubionej. Słodkim upominkiem dla podopiecznych była piernikowa żaba, na którą otrzymaliśmy dofinansowanie ze środków Gminy Miasta Toruń.

Koło ze swoich środków zakupiło słodycze dla wszystkich dzieci, a wolontariuszka podarowała uszyte przez siebie piórniki-myszki, w które zostały zapakowane słodycze. Na imprezie okolicznościowej uczestniczyło ogółem 55 osób w tym 32 dzieci niewidomych i ich rodzeństwo.

**Grażyna Kowalska –**
specjalistka ds. finansowo-rehabilitacyjnych
w Kole Polskiego Związku Niewidomych w Toruniu

## Kolonie w Rabce

Każdy z nas jechał na te kolonie z innymi myślami. Jedni nie chcieli, drudzy się cieszyli, a jeszcze inni zastanawiali się, jak to będzie. Złączyła nas nasza niepełnosprawność wzrokowa większa czy mniejsza, nieważne. W pierwszych dniach nie byliśmy jeszcze sobą, zaczęliśmy się poznawać, otwierać na innych. „My" na początku, a „my" na końcu kolonii to zupełnie inne osoby. Stanowiliśmy grupę, która stworzyła wspaniałą atmosferę, oczywiście, były czasem sprzeczki, każdy z nas był inny i występowały różnice zdań. Myślę, że wszyscy nauczyliśmy się czegoś nowego, coś zrozumieliśmy. Uczyliśmy się od samych siebie, od kolegów, koleżanek, od wychowawców.

Było poważnie, to może teraz tak ogólnie. Gdybym miała wybrać jeszcze raz, czy pojechać: na „sto procent" bym pojechała. Oprócz zyskania nowych przemyśleń, doświadczeń, spędziliśmy też wszyscy miło czas, odpoczęliśmy. Były dwie długie wycieczki do Krakowa i Zakopanego, basen, park linowy, wesołe miasteczko, wizyta u garncarza, było też wiele innych rozrywek. Wszystkiego było akurat, po trochu. Wspólne robienie pysznej pizzy, pieczenie ciast, ciasteczek, prace plastyczne, spacery, niekończące się rozmowy, trudno wszystko opisać, ale było cudownie. Każdy uczestnik tej kolonii na pewno jest bardzo zadowolony.

Dobre było też to, że mogliśmy pobyć bez rodziców, dla niektórych nie było to łatwe, ale przecież trudności są po to, aby je przezwyciężać. Nabraliśmy samodzielności, mieliśmy wspaniałych opiekunów, którzy bardzo o nas dbali – robienie kanapek na stołówce, pomoc w znalezieniu swoich rzeczy, zapewnienie dobrego humoru i wiele, wiele innych rzeczy. Jadąc, wiedziałam, że będę najstarsza, więc zastanawiałam się trochę, jak to będzie. Przecież, gdy nie ma nikogo w twoim wieku, może być trudno się dogadać. Nie czułam jednak, że dziewczyny są ode mnie młodsze, dobrze się dogadywałyśmy, no może poza kilkoma momentami. Na pewno postaram się utrzymać kontakt z koleżankami z kolonii, bo z niektórymi z nich bardzo się polubiłam.

Wyjechałam z przekonaniem, że chcę mieć kontakt z takimi jak ja, tymi, którzy widzą bardzo niewiele czy nie widzą nic, bo przecież oni najlepiej wiedzą, co ja czuję. Wcześniej upierałam się, że będę jakby udawać widzącą. Tak, nadal bardzo chciałabym widzieć wszystko, ale zrozumiałam, że chcę żyć bez udawania osoby, którą nie jestem.

Nigdy nie zapomnę tych kolonii i gdybym mogła na pewno pojechałabym jeszcze raz.

**Magdalena Glema**

❋ ❋ ❋

Mam na imię Barbara, mam 12 lat i chodzę do 6 klasy szkoły podstawowej w Owińskach. Bardzo lubię wyjazdy, poznawanie nowych miejsc i ludzi. Dlatego, kiedy mama powiedziała mi o kolonii w Rabce, bardzo się ucieszyłam i chętnie zgodziłam na ten wyjazd.

Kolonia zaczynała się 29 czerwca, wraz z rodzicami i młodszym bratem wyjechaliśmy w niedzielę rano z Poznania, aby przy okazji zrobić sobie rodzinną wycieczkę rozpoczynającą sezon wakacyjny. Po drodze do Rabki wstąpiliśmy do Zatoru, w którym znajdował się Park Dinozaurów. Dzięki szczegółowym opisom każdego dinozaura i temu, że wydawały bardzo realistyczne dźwięki, dowiedziałam się wielu ciekawych rzeczy i świetnie się tam bawiłam.

Do Rabki zajechaliśmy w niedzielę wieczorem. Po przyjeździe rozpakowałam się i poznałam siostrę wychowawczynię oraz koleżanki. Największą moją obawą było to, czy poradzę sobie w kwestii orientacji w zupełnie dla mnie nowym miejscu. Na szczęście nie było tak źle, dzięki Pani Basi, instruktorce orientacji przestrzennej; już po paru dniach całkiem nieźle sobie radziłam.

Na kolonii dni płynęły bardzo szybko. Od rana do wieczora było dużo ciekawych zajęć i wycieczek. Najbardziej podobało mi się w Rabkolandzie. Było to wesołe miasteczko, w którym mogliśmy korzystać z różnych

karuzeli i kolejek. Kolejnym super miejscem był Park linowy. Wspinałam się tam i zjeżdżałam na różnych linach oraz zjeżdżalniach. W mojej pamięci na długo pozostanie również wycieczka do Krakowa. Podobała mi się wizyta w muzeum, gdzie mogliśmy posłuchać, jak żyli ludzie w średniowieczu. Byliśmy też na krakowskim Rynku i słuchaliśmy hejnału z Wieży Mariackiej. W Zakopanem kupiłam sobie śliczną bransoletkę, która będzie moja pamiątką z tych wakacji.

Na zakończenie kolonii odbył się konkurs talentów, gdzie każdy mógł się zaprezentować. Ja zaśpiewałam piosenkę, a inni grali na pianinie, chwalili się wiedzą chemiczną i recytowali wiersze.

Koniecznie muszę wspomnieć o pysznej kuchni, jaka była na kolonii. Najbardziej smakował mi makaron z warzywami i kurczakiem oraz sałatki.

W Rabce poznałam wiele nowych koleżanek. Najbardziej zaprzyjaźniłam się z Natalią z Wrocławia, z którą wymieniłyśmy się telefonami i kontaktujemy się ze sobą co jakiś czas. Poznałam też wspaniałe siostry zakonne, wychowawców i wolontariuszy, których pozdrawiam.

Uważam, że ten wyjazd należy do bardzo udanych. Jeśli jeszcze kiedyś będzie odbywało się coś takiego, z przyjemnością wezmę w tym udział.

**Barbara Walczak**

* * *

Kiedy wakacje się zaczęły
i lekcje w szkole się skończyły,
dzieci świadectwa swoje wzięły
i na kolonie do Rabki ruszyły.

Pomimo że się nie znały
i każdy na początku był nieśmiały,
to bardzo szybko się zgrały
i wyruszyły na poszukiwanie przygód wspaniałych.

Górskie szczyty
musiały razem zdobywać,
a podczas zawodów nauczyły się,
że trzeba umieć przegrywać.

Pomimo że nie zawsze wszyscy się słuchali
to wychowawcy ciągle je wspierali.
Swój wolny czas poświęcili
i świetne podchody urządzili.

**Każdy dzień był przygodą niezapomnianą.
W mojej pamięci te wyjątkowe chwile
na zawsze pozostaną.**

**Aleksandra Dobkowska**

**Magdalena Glema, Barbara Walczak,
Aleksandra Dobkowska**
uczestniczki kolonii organizowanych przez
Polski Związek Niewidomych Instytut Tyflologiczny
w Specjalnym Ośrodku Szkolno-Wychowawczym
dla Dzieci Niewidomych i Słabowidzących w Rabce

## Turnus w Laskach

Po zakończeniu roku szkolnego pojechałem na turnus rehabilitacyjno-rekreacyjny do Ośrodka Szkolno-Wychowawczego dla Dzieci Niewidomych w Laskach, którego organizatorem był Polski Związek Niewidomych Instytut Tyflologiczny.

Mam 13 lat, jestem niewidomy, skończyłem szkołę podstawową integracyjną i chciałem zobaczyć, jak żyje się i uczy w takim Ośrodku. Byłem ciekawy, jakie będę miał zajęcia…

Ośrodek leży na terenie Kampinoskiego Parku Narodowego, opiekują się nim między innymi siostry Franciszkanki.

Zostałem bardzo miło przyjęty. Uczęszczałem na ciekawe zajęcia edukacyjne, usprawniające, orientacji

przestrzennej, hipoterapii oraz ćwiczenia na basenie. W wolnych chwilach ćwiczyłem grę na gitarze klasycznej pod opieką ks. Tomasza. Jeździłem na rowerze „tandem" z rehabilitantem panem Maciejem. Przełamałem niechęć do jazdy konnej, pomogła mi w tym pani Małgosia. Hipoterapia na „Biszkopcie" i „Nortonie" to zajęcia, które wspominam z uśmiechem na twarzy. Kilka razy brałem udział w zajęciach ceramicznych, na których tworzyliśmy różne przedmioty z gliny.

Uczestniczyłem w wycieczce do Żelazowej Woli, gdzie wysłuchałem koncertu fortepianowego. Zwiedziłem fabrykę czekolady, w której sam mogłem ozdobić czekoladę bakaliami. Była bardzo pyszna. Następna wycieczka była do groty solnej, w której, leżąc na leżakach, słuchaliśmy muzyki relaksacyjnej.

Dodatkową atrakcją były łosie, które można było spotkać na terenie Ośrodka podczas wieczornego spaceru.

Podczas turnusu mieszkałem w internacie, przy którym mieściła się stołówka. Panie kucharki przygotowywały pyszne posiłki. Bardzo miło będę wspominał czas spędzony w Laskach i ludzi, których tam poznałem.

Polecam taki turnus dzieciom i młodzieży, która ma problemy ze wzrokiem.

**Jakub Sobczuk**