

Marzena Marszałek

Zajęcia rewalidacyjne
z wykorzystaniem roweru
w specjalnej szkole podstawowej
w Częstochowie



Wdrożenie metody i opracowanie tekstu

Marzena Marszałek

oligofrenopedagog

Katolicka Szkoła Podstawowa Specjalna
Stowarzyszenia Przyjaciół Szkół Katolickich
ul. Łukasińskiego 24
42-200 Częstochowa
tel. (34) 361 56 96
www.szkolyspecjalnespsk.czt.pl/szkola.html

Konsultacja merytoryczna

Jolanta Rafał-Łuniewska, Katarzyna Stępnia

Redakcja i korekta

Elżbieta Gorazińska

Projekt okładki, redakcja techniczna i skład

Barbara Jechalska

Warszawa 2017

Publikacja jest rozpowszechniana na zasadach wolnej licencji

Creative Commons – Uznanie Autorstwa – Użycie Niekommercyjne (CC-BY-NC)

Ośrodek Rozwoju Edukacji

Aleje Ujazdowskie 28

00-478 Warszawa

tel. 345 37 00

www.ore.edu.pl

Spis treści

1. Informacja o Katolickiej Szkole Podstawowej Specjalnej w Częstochowie	4
2. Temat działania: Skuteczna metoda rewalidacyjna eliminująca zachowania agresywne u ucznia z zespołem Downa i niepełnosprawnością intelektualną w stopniu znacznym.....	4
3. Opis przypadku	4
4. Rewalidacja z wykorzystaniem roweru.....	5
4.1. Opis metody.....	6
4.2. Etapy działania	6
5. Wnioski z realizacji terapii	6

1. Informacja o Katolickiej Szkole Podstawowej Specjalnej w Częstochowie

Katolicka Szkoła Podstawowa Specjalna, w której pracuję, jest jedną z kilku wchodzących w skład zespołu szkół Stowarzyszenia Przyjaciół Szkół Katolickich. Oprócz szkoły podstawowej w ramach Stowarzyszenia działają gimnazjum, szkoła zawodowa i szkoła przysposabiająca do pracy. Do szkoły podstawowej uczęszczają uczniowie z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu lekkim, umiarkowanym i znacznym; uczniowie z niepełnosprawnością sprzężoną – niepełnosprawnością intelektualną i zespołem Downa, zespołem Aspergera, w wielu przypadkach z autyzmem. Wśród uczniów znajdują się również uczniowie z dziecięcym porażeniem mózgowym.

2. Temat działania: Skuteczna metoda rewalidacyjna eliminująca zachowania agresywne u ucznia z zespołem Downa i niepełnosprawnością intelektualną w stopniu znacznym

Jestem wychowawczynią klasy łączonej (klasy piąta i szósta). Pracuję z dwójką dzieci autystycznych: dziewczynką z orzeczoną zespołem Downa, niepełnosprawnością ruchową i niepełnosprawnością intelektualną w stopniu umiarkowanym oraz chłopcem, u którego stwierdzono dziecięce porażenie mózgowe i niepełnosprawność intelektualną w stopniu znacznym. W zespole klasowym są również dwaj chłopcy z zespołem Downa: jeden z uczniów ma orzeczoną niepełnosprawność intelektualną w stopniu znacznym, drugi – w stopniu umiarkowanym.

W szkole proponujemy uczniom następujące formy zajęć:

- korekcyjno-kompensacyjne;
- rewalidacyjne;
- logopedyczne;
- o charakterze terapeutycznym: arteterapia – taniec, muzykoterapia, terapia dziecka z autyzmem;
- specjalistyczne: neurostymulacja, fizjoterapia, gimnastyka korekcyjna;
- zajęcia z psychologiem lub pedagogiem.

3. Opis przypadku

Piotr S.¹, 13-letni chłopiec, uczeń piątej klasy szkoły podstawowej specjalnej, ma orzeczoną zespół Downa i niepełnosprawność intelektualną w stopniu znacznym oraz zaawansowaną łuszczycę.

¹ Imię ucznia zostało zmienione.

Uczeń przejawiał zachowania agresywne zarówno wobec rówieśników z zespołu klasowego, jak i nauczycieli, oraz w domu w stosunki do rodziców i młodszego rodzeństwa. Kiedy atakował – działał z ogromną siłą. Rzucał przedmiotami znajdującymi się w zasięgu jego wzroku, np. w klasie – stolikiem czy książkami. Zdarzało mu się także rzucanie naczyniami w trakcie posiłku w stołówce szkolnej: ceramicznymi kubkami, talerzami – w ścianę lub w nauczycieli. Bywało tak i w domu. W szkole zaobserwowano także, że chłopiec potrafił obnażać się przy innych uczniach.

Z powodu negatywnego zachowania skierowano ucznia na zajęcia indywidualne ze mną – nowym nauczycielem w szkole, ale z bogatym doświadczeniem w pracy w placówkach opiekuńczo-wychowawczych, z wykształcenia oligofrenopedagogiem i praktykiem wychowawcą pracującym z dziećmi i młodzieżą niedostosowaną społecznie i agresywną.

W mojej pracy wychowawczej zawsze skupiam się na indywidualnym podejściu do dzieci. Staram się wzmacniać pozytywne strony dziecka oraz zmieniać jego negatywne zachowania poprzez badanie mocnych stron i potencjału wychowanka, a także rozwijanie jego zainteresowań.

Podczas codziennej pracy z Piotrem S. zaobserwowałam, że można z nim znaleźć płaszczyznę porozumienia. Chłopiec wyraźnie lubił zajęcia o charakterze sportowym, wykazywał też dobrą, na miarę jego możliwości, sprawność fizyczną. Doszłam więc do wniosku, że warto podjąć próbę współdziałania z uczniem w tym właśnie obszarze. Bezpośrednią inspiracją do opracowania opisywanej przeze mnie metody stało się osobiste doświadczenie związane z jazdą na rowerze, która w moim przekonaniu ma oddziaływanie rekreacyjno-terapeutyczne.

4. Rewalidacja z wykorzystaniem roweru

W indywidualnej rewalidacji Piotra S. – ucznia z niepełnosprawnością intelektualną – wprowadziłam zajęcia rekreacyjne z wykorzystaniem roweru, ponieważ głównym zadaniem tego procesu jest stymulowanie i dynamizowanie ogólnego rozwoju z wykorzystaniem własnych sił organizmu oraz korzystnych czynników środowiskowych. Przed wdrożeniem metody zaobserwowałam, jak wielkie zainteresowanie budzi u mojego ucznia rower, którym przyjeżdżałam do pracy. Zapytałam chłopca, czy chciałby na nim jeździć, odpowiedział twierdząco, i to wystarczyło! Podczas zajęć indywidualnych z Piotrem zaczęłam więc „wprowadzać” rower. Początkowo był to etap osvajania chłopca z pojazdem, ponieważ wcześniej nie miał takich doświadczeń. Następnie próbowałam posadzić go na siodelku, a potem prowadziłam rower, w pełni asekurując chłopca, aż w końcu rozpoczęliśmy naukę jazdy. Chociaż każdy z tych etapów wymagał ode mnie zaangażowania, koncentracji i siły fizycznej – było warto!

Rower jest najpopularniejszym i najtańszym środkiem lokomocji. Zaspokaja potrzebę ruchu, nie izolując człowieka od otaczającego świata. Jedni uprawiają tę formę aktywności z myślą o własnym zdrowiu, inni dają wyraz ekologicznemu podejściu do przyrody w trosce o czyste

powietrze. Tak czy inaczej, jazda na dwóch kołach nie wychodzi z mody już prawie od 150 lat i ciągle jest marzeniem każdego dziecka.

Dziecko z niepełnosprawnością intelektualną pragnie dorównać swoim zdrowym i sprawnym rówieśnikom. Chcąc wyjść naprzeciw tym marzeniom, zastosowałam innowacyjną metodę pracy z dzieckiem z niepełnosprawnością intelektualną, polegającą na prowadzeniu zajęć usprawniających z wykorzystaniem roweru.

4.1. Opis metody

Roweroterapia to terapia ruchowa, rozładowująca napięcia emocjonalne i agresję. Jest formą terapii wieloprofilowej, czyli oddziaływującej jednocześnie ruchowo, sensorycznie, psychicznie i społecznie. To wielostronna stymulacja, doskonała dla dzieci i młodzieży, usprawniająca układ ruchowy oraz wpływająca na rozwój poznawczy. Jest to również skuteczna forma rekreacji w wymiarze ekologicznym poprzez kontakt z naturą oraz z otoczeniem, co daje jej walor społeczny.

Rower powinien być dobrany do wzrostu i poziomu sprawności fizycznej rowerzysty. Dla osób z niepełnosprawnością przewidziane są rowery o specjalnej konstrukcji – na trzech kołach lub tandemy. Tandem to rower przeznaczony dla dwóch lub więcej osób, siedzących w układzie jedna za drugą. W rowerze specjalistycznym, wykorzystywanym przez osobę niepełnosprawną jadącą z opiekunem, można przełączać kierowanie rowerem. Tandem rehabilitacyjny ma specjalnie skonstruowany układ napędowy, dostosowany do różnego rodzaju schorzeń, na przykład do dziecięcego porażenia mózgowego.

Wiemy, że prawie każde dziecko pragnie jeździć rowerem, lecz radość dziecka z niepełnosprawnością, kiedy porusza się rowerem, nie ma sobie równych!

4.2. Etapy działania

- Wprowadzenie metody – cotygodniowe zajęcia indywidualne z wykorzystaniem roweru odbywały się w pobliskim parku przez trzy miesiące. Na zajęciach każdorazowo asystowałam chłopcu, wprowadzając poszczególne etapy działania, począwszy od osvajania go z rowerem, poprzez sadzanie na siodelku i prowadzenie roweru, aż do prób nauki jazdy.
- Włączenie chłopca do zespołu klasowego, którego jestem wychowawcą – przez cały rok szkolny na lekcjach wychowania fizycznego realizowałam z uczniem indywidualne zajęcia z roweroterapii, korzystając ze wsparcia nauczyciela WF, który w tym czasie zajmował się resztą klasy.

5. Wnioski z realizacji terapii

- Po trzech miesiącach pracy z wykorzystaniem roweroterapii u chłopca wystąpiły widoczne efekty działania terapeutycznego – zniwelowane zostały zachowania agresywne, coraz rzadziej występowały ataki agresji.

- Po roku stosowania metody zachowania agresywne zostały całkowicie wyeliminowane.

Skuteczność metody okazała się zadziwiająca, gdyż zachowanie chłopca zmieniło się na pozytywne i życzliwe, a była to jedyna forma rewalidacji ukierunkowana na radzenie sobie z zachowaniami agresywnymi.

Chłopiec wykazuje większą koncentrację na zajęciach, prawidłowo funkcjonuje w relacjach koleżeńskich, jest pomocny. Wykonuje polecenia nauczycieli i pomaga im w sytuacjach niewłaściwych zachowań innych uczniów. Odpowiedzialnie pełni ważną dla siebie funkcję przewodniczącego klasy. Stał się uczuciowy i troskliwy.

Czynniki sprzyjające osiągnięciu sukcesu

- Wiąż emocjonalna z uczniem, którą wypracowałam (jestem pedagogiem z powołania i kocham moją pracę), sprawiła, że całkowicie zaakceptowałam dziecko. W każde działanie wkładałam serce, często chwaliłam ucznia, nawet za najmniejsze osiągnięcia, stale motywowałam go pozytywnie – za dobre zachowanie mógł jeździć moim rowerem. Wzmacniałam sportowe zainteresowania chłopca, wykazywałam cierpliwość i troskę o niego, okazywałam dobroć i ciepło.
- Pełna akceptacja mojej osoby jako nauczyciela i wychowawcy (obecnie jestem wychowawczynią klasy szóstej, do której chodzi chłopiec).
- Zajęcia o charakterze sportowym przyczyniły się do wypracowania więzi z chłopcem, ponieważ uczeń lubił tę formę aktywności.
- Zajęcia pełniły motywacyjną rolę, ponieważ za dobre zachowanie chłopiec czerpał przyjemność z jazdy na rowerze.

Efekty rewalidacji z wykorzystaniem roweru

- Korygowanie postawy ciała.
- Regulacja napięcia mięśniowego.
- Kontakt z przyrodą – działanie motywacyjne.
- Rozładowanie napięcia emocjonalnego, zaburzeń emocjonalnych, agresji.
- Doskonalenie równowagi, orientacji w przestrzeni, schematu własnego ciała.
- Zwiększenie poczucia własnej wartości – dziecko próbuje dorównywać zdrowym rówieśnikom.



Aleje Ujazdowskie 28
00-478 Warszawa
tel. 22 345 37 00, fax 22 345 37 70
e-mail: sekretariat@ore.edu.pl

www.ore.edu.pl

