

# **INNOWACJA PEDAGOGICZNA**

## **metodyczna**

**Imię i nazwisko autora**

**Agnieszka Szwarc**

**Temat innowacji:**

**Integracja Bilateralna - program ćwiczeń ruchowych  
wspierających naukę i zachowanie**

**Szkoła Podstawowa im. Księcia Józefa Poniatowskiego w Ładach**

**Data wprowadzenia: IX 2021r.**

**Data zakończenia: VI 2022r.**

**Zakres innowacji**

Adresatami innowacji są uczniowie klasy 2a. Niniejsza innowacja ma na celu wdrożenie metody integracji bilateralnej, aby umożliwić optymalny rozwój uczniom.

## **Wstęp**

Metoda Integracji Bilateralnej została opracowana przez Sheilę Dobie, aby nieść pomoc dzieciom, nastolatkom i dorosłym ze specyficznymi trudnościami w uczeniu się i/lub zachowaniu, a także tym osobom, które nie są w stanie w pełni realizować swojego potencjału. Bilateralna integracja to współpraca i koordynacja obu części ciała podczas wykonywania wielu sekwencji ruchów, a także zdolność do wykonywania określonego ruchu przez jedną stronę ciała, niezależnie od ruchów jego drugiej strony. Zdolności tej potrzebujemy w czasie wykonywania codziennych czynności, takich jak łapanie piłki, szycie, cięcie nożyczkami czy pisanie. Dzieci z problemami obustronnej integracji często nie wykorzystują w pełni swoich możliwości, nie mają wykształconej dominacji ręki, mają problem z ruchami dwustronnymi, przekraczaniem linii środka, odróżnieniem strony lewej od prawej, koordynacją ruchową. Problemy z integracją bilateralną mogą potęgować takie trudności jak: nierozumienie instrukcji, problemy z czytaniem, pisanem, mówieniem czy pamięcią. Ponieważ ruch jest podstawą wszystkich procesów uczenia się, program integracji bilateralnej opiera się na ćwiczeniach zachęcających mózg do bardziej efektywnego i szybszego przetwarzania bodźców. Dzieci uczą się poznawać prawidłowe wzorce ruchowe, odnajdywać położenie swojego ciała w przestrzeni oraz poznawać schemat swojego ciała.

Program Integracji Bilateralnej dla Szkół powstał w celu usprawnienia koordynacji motoryki dużej, kontroli mięśni odpowiedzialnych za motorykę małą, równowagi i kontroli posturalnej u dzieci. Poprzez dostarczanie uczniom odpowiedniej stymulacji ruchowej, taktylnej, słuchowej i wzrokowej zapewnia im narzędzia do osiągnięcia lepszych wyników w szkole, poprawy zachowania, zdrowia i samopoczucia.

### **Założenia ogólne**

1. Innowacja skierowana jest do uczniów klasy 2a Szkoły Podstawowej im. Ks. Józefa Poniatowskiego w Ładach.
2. Główne założenia pracy na zajęciach:
  - wdrożenie metody integracji bilateralnej,
  - zapoznanie dzieci i rodziców z ćwiczeniami,
  - współpraca z wychowawcą klasy.

**Cel główny:**

Poprawa obustronnej koordynacji.

**Cele szczegółowe:**

- poprawa świadomości ciała,
- poprawa orientacji przestrzennej,
- poprawa równowagi
- poprawa kontroli postawy,
- polepszenie współpracy międzypółkulowej,
- polepszenie współpracy ciała w obrębie góra-dół, prawo-lewo, przód-tył,
- poprawa poczucia kierunku,
- poprawa pamięci sekwencyjnej,
- poprawa planowania ruchu (motoryka duża, mała i oralna),
- automatyzacja ruchów,
- poprawa sprawności fizycznej,
- polepszenie umiejętności poznawczych, percepcji, uwagi, pamięci,
- wzmocnienie poczucia własnej wartości, pewności siebie.

**Formy pracy**

- Zajęcia grupowe dla dzieci
- Instruktaż dla rodziców

**Metody pracy**

- Metoda Integracji Bilateralnej

**Przewidywane efekty**

Uczniowie:

- znają schemat ciała i potrafią umiejscowić go w przestrzeni,
- mają lepszą kontrolę posturalną i równowagę,
- mają lepszą koordynację ruchową,
- lepiej zapamiętują i planują ruch,
- dłużej koncentrują uwagę na zadaniu,
- współpracują w grupie.

Nauczyciel:

- wykorzystuje innowacyjne metody pracy,
- doskonalą warsztat pracy,
- rozwija kreatywność,
- wspiera uczniów w ich optymalnym rozwoju,
- współpracuje z innymi nauczycielami,
- podnosi jakość edukacyjną placówki.

Placówka:

- poszerzenie oferty edukacyjnej,
- wyrównywanie szans edukacyjnych dzieci z trudnościami w uczeniu się i zachowaniu.

### **Tematyka zajęć**

Program Integracji Bilateralnej dla Szkół opracowany przez dr. Andrew Dalziell to program ćwiczeń ruchowych wspierających naukę i zachowanie dzieci w wieku 5-12 lat. Program jest elementem trwającego projektu rozwoju Metody Integracji Bilateralnej p. Sheila Dobie. Program ten opracowano jako sekwencje kolejnych układów ćwiczeń, które powinny być stosowane w określonej kolejności z uwzględnieniem postępów dziecka, aby maksymalnie wspierać jego rozwój i zdolności edukacyjne. Realizację programu przewidziano w ramach dodatkowych zajęć grupowych w klasie 2a. We wrześniu odbędzie się spotkanie z rodzicami oraz zostanie przeprowadzona diagnoza integracji bilateralnej dla każdego ucznia. Zajęcia integracji bilateralnej będą odbywały się systematycznie zgodnie z harmonogramem ustalonym na początku roku: 2-3 razy w tygodniu przez 15-25 min lub raz w tygodniu przez 45 min. Ćwiczenia będą wprowadzane zgodnie z opracowanym schematem, zmieniając się co ok.6-8 tygodni w zależności od potrzeb i możliwości uczniów. Na zakończenie programu zostanie przeprowadzona rediagnoza.

### **Ewaluacja**

1. Obserwacja zachowania uczniów w trakcie prowadzonych zajęć.
2. Rediagnoza integracji bilateralnej.
3. Rozmowy z nauczycielami.
4. Informacja zwrotna od rodziców.

Analiza wyników otrzymanych z różnych źródeł pozwoli na ocenę stopnia realizacji zamierzonych celów, jak również wyciągnięcia wniosków do dalszej pracy.

## **Podsumowanie**

Niniejsza innowacja jest odpowiedzią na obserwowane wśród uczniów trudności z zakresu koordynacji ruchowej, zaburzenia kontroli posturalnej, wzmożoną potrzebę ruchu i krótki czas koncentracji uwagi, które to mogą mieć swoje źródło w niedostatecznej świadomości swojego ciała. Wprowadzenie Programu Integracji Bilateralnej do jednej z klas, w której te trudności występują z dużym nasileniem, ma na celu niwelowanie tych problemów, poprawę funkcji fizycznych oraz umiejętności poznawczych, a jednocześnie ograniczenie zagrożenia niepowodzeniami szkolnymi, wyłączeniem społecznym, wycofaniem z kontaktów, co często łączy się z niewłaściwą kontrolą motoryczną. W czasie programu uczniowie poznają nie tylko swoje ciało i jego położenie w przestrzeni, ale również nauczą się łączyć wykonywanie wielu czynności naraz. Odpowiednia dawka ćwiczeń poprawi nie tylko zdolności ruchowe uczniów, ale także ich osiągnięcia naukowe, przyczyni się również do praktykowania zdrowego stylu życia i poprawy ich zachowania.

## **Bibliografia**

Dalziel A., *Program Integracji Bilateralnej dla Szkół. Program ćwiczeń ruchowych wspierających naukę i zachowanie dzieci w wieku 5-12 lat*, 2012 – materiały szkoleniowe z dn. 17-18.07.2021.

Samuś A.M., *Warsztaty szkoleniowe BILATERALNA INTEGRACJA – PROGRAM SZKOLNY*, materiały szkoleniowe z dn.17-18.07.2021.

Mak J., *Innowacja pedagogiczna w szkole*, 27.06.2019:

<https://www.nowaera.pl/angielski/blog/innowacja-pedagogiczna-w-szkole>.