

OCENA
PREDYSPOZYCJI
DO
PROGRAMU
SOUNDSORY



SOUNDSORY®

CZY PROGRAM SOUNDSORY JEST DLA MNIE?

W jaki sposób ocenić czy program Soundsory jest programem właściwym dla mnie lub dla mojego dziecka? Jeżeli Ty lub Twoje dziecko zmagacie się z jakimikolwiek problemami natury ruchowej lub motorycznej to odpowiedź brzmi TAK – program Soundsory to właściwy wybór.

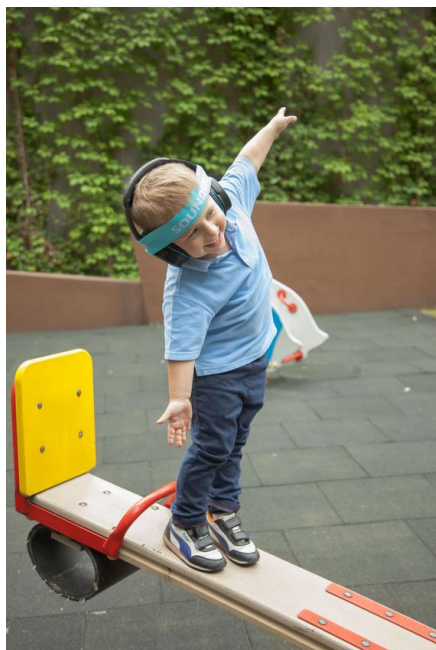
Potrzebujesz konkretów? Listę pytań, które należy sobie zadać znajdziesz na stronie 6, ale zachęcamy do uprzedniego zapoznania się z poniższymi objaśnieniami.

Pozwól, że wytłumaczymy Ci dlaczego program Soundsory to właściwy wybór. Jeśli jesteś już po wstępnym rozeznaniu w temacie to zapewne wiesz, iż program Soundsory szczególnie stymuluje układ przedsionkowy Twojego ucha. Ale co to oznacza? Przedsionek to część ucha odpowiedzialna za motorykę, dlatego im lepiej i efektywniej przetwarza on komunikaty, tym sprawniejsza Twoja motoryka i funkcjonalne zdolności motoryczne.

Idźmy dalej. Układ przedsionkowy to superważna struktura Twojego ciała, która nieustannie komunikuje się z pozostałymi zmysłami. Przyjrzymy się uważnie 6 najważniejszym sprawnościom, za które odpowiada, gdy funkcjonuje prawidłowo:

1. RÓWNOWAGA:

To jedna z najważniejszych sprawności ruchowych w naszym codziennym życiu. Bez niej nie bylibyśmy w stanie chodzić, siedzieć, czy też zmieniać pozycji. Nie moglibyśmy również pokonywać nierówności terenu lub utrzymać pionu na ruchomym podłożu, np. gdy korzystamy z ruchomych schodów.



2. POSTAWA CIAŁA:

Kontrola postawy ciała to sprawność, którą wykorzystujemy każdego dnia. Możliwość utrzymania poprawnej postawy świadczy o prawidłowym funkcjonowaniu układu przedsionkowego i jego komunikowaniu się z mięśniami. Dzięki temu możemy np. schylić się po coś siedząc na krześle, jednocześnie z niego nie spadając. Elementem kontroli jest też korygowanie postawy ciała, np. sięgnięcie przez stół po sól i podanie jej komuś z zachowaniem równowagi to właśnie nic innego, jak korekta postawy ciała. Podobnie jak rzucenie piłki bez upadku, z wykorzystaniem tylko ramienia, a nie całego ciała. Gdy układ przedsionkowy działa prawidłowo możemy się obracać, wyginać i w ogóle ruszać!



3. NAPIĘCIE MIĘŚNI:

Układ przedsionkowy ma również wpływ na prawidłowe napięcie mięśni, a więc wszystkie najdrobniejsze spięcia wykonywane również wtedy, gdy pozostajemy w bezruchu. Pomagają one naszemu ciału odpowiednio zwiększać lub zmniejszać napięcie mięśniowe, gdy musimy zmienić pozycję, np. przejść z pozycji siedzącej do stojącej.



4. ORIENTACJA PRZESTRZENNA:

W jaki sposób zachowujemy świadomość pozycji naszego ciała w przestrzeni? Skąd wiemy, że stoimy, siedzimy lub leżymy? Albo wykonujemy ruch do przodu, do tyłu, na boki, do góry lub w dół? Dzięki układowi przedsionkowemu mamy także świadomość tego, czy poruszamy się szybko czy wolno. Nieustannie przesyła on do mózgu informacje o tym, jaka jest nasza pozycja w przestrzeni i czy znajdujemy się na ziemi, czy też nie.



5. RUCH GAŁEK OCZNYCH:

Nasz układ przedsionkowy nieprzerwanie komunikuje się z mięśniami oczu, dzięki czemu możemy patrzeć w tym kierunku, w którym chcemy. Dlatego właśnie możemy, bez zawrotów głowy, spojrzeć na tablicę lub nauczyciela, a potem w zeszyt leżący na ławce albo na zegar ścienny i z powrotem na ekran komputera. Układ przedsionkowy gwarantuje nam stabilne pole widzenia, nawet gdy jesteśmy w ruchu.



6. CZUJNOŚĆ:

Czy wiesz, że układ przedsionkowy odgrywa bardzo ważną rolę w kontekście naszej czujności i umiejętności skupiania **uwagi**? Gdy mama próbuje uśpić dziecko powolny, rytmiczny ruch kołysania wpływa na przedsionek pomagając obniżyć poziom czujności i uspokajając. Z kolei gdy intensywnie pracujemy umysłowo, np. bierzemy udział w całodziennym szkoleniu, nawet krótkie przerwy kawowe, podczas których możemy się trochę poruszać i oderwać myśli, pozwalają nam ponownie nabrać energii i skupić uwagę.



Poniżej znajdziesz listę pytań, które należy sobie zadać, aby oszacować czy układ przedsionkowy wykazuje nieprawidłowość działania w jakichś obszarach. Odpowiedzi na nie mogą okazać się pomocne w podjęciu decyzji dotyczącej zasadności skorzystania z programu Soundsory. **Zaznacz** w dowolny sposób wszystkie odpowiedzi pozytywne.

CZY ZAUWAŻAM U SIEBIE LUB DZIECKA...

1. RÓWNOWAGA/RUCH

- ...problem z utrzymaniem równowagi?
- ...problem ze staniem na jednej nodze?
- ...niechęć do wspinaczki lub innych aktywności związanych z równowagą?
- ...częste zawroty głowy?
- ...niechęć do poruszania się?
- ...niechęć do zmiany położenia w przestrzeni (podnoszenia lub przemieszania)?
- ...nadwrażliwość na ruch?
- ...częste symptomy choroby lokomocyjnej?

- ...lęk przed wchodzeniem po schodach, na podwyższony teren, przebywaniem na wysokości, huśtaniem lub innymi aktywnościami wymagającymi utrzymania równowagi?
- ...problem z równowagą podczas codziennych czynności?
- ...nadmierny niepokój podczas korzystania z ruchomych schodów lub drzwi obrotowych?

2. POSTAWA CIAŁA:

- ...problem z siedzeniem na krześle?
- ...problem z utrzymaniem głowy w pionie?
- ...problem z rzuceniem piłki?
- ...problem z utrzymaniem sylwetki w pionie podczas stania lub siedzenia?

3. NAPIĘCIE MIĘŚNIOWE:

- ...obniżone napięcie mięśniowe niebędące skutkiem choroby, ani uszkodzenia mózgu w wyniku udaru, urazu głowy czy też porażenia mózgowego?
- ...nieskoordynowanie czy wiotkość?
- ...skłonność do siedzenia w siadzie „W”?
- ...skłonność do szybkiego męczenia się?
- ...skłonność do nadmiernego ślinienia się?

4. MOTORYKA DUŻA:

- ...ogólną niezdarność?
- ...tendencję do częstego wpadania na obiekty?
- ...tendencję do wykonywania ruchów peryferyjnych podczas aktywności fizycznych?
- ...słabe poczucie rytmu?
- ...niskie predyspozycje sportowe?
- ...niechęć do gier z użyciem piłki?
- ...problem z łapaniem i rzucaniem?
- ...problem z przyswajaniem nowych umiejętności motorycznych?

- ...niezgrabność lub nieporadność ruchów (podczas pełzania, podskakiwania, biegania, skakania na skakance, ubierania się) w porównaniu z rówieśnikami?

5. ORIENTACJA PRZESTRZENNA:

- ...skłonność do posługiwania się tylko jedną ręką?
- ...tendencję do mylenia strony prawej z lewą?
- ...nieświadomość przestrzeni osobistej?
- ...problem z nawigacją w różnych sceneriach?
- ...słaby zmysł orientacji?

6. MOTORYKA OKA:

- ...całkowity lub częściowy problem z utrzymaniem kontaktu wzrokowego?
- ...problem z utrzymywaniem wzroku na obiektach nieruchomych?
- ...problem z płynnym podążaniem wzrokiem za obiektami ruchomymi?
- ...tendencję do częstego mrużenia i tarcia oczu lub bóli głowy i łzawienia w efekcie skupiania wzroku przez dłuższy czas?
- ...problem z lokalizacją obiektów narysowanych na kartce?
- ...problem z lokalizacją obiektów w pomieszczeniu?
- ...problem z układaniem puzzli/układanek?
- ...skłonność do patrzenia na obiekty kątem oka lub do przekrzywania głowy podczas patrzenia na obiekt?

7. MOTORYKA MAŁA:

- ...skłonność do nietypowego trzymania przedmiotów lub problem z ich utrzymaniem (widelec/ łyżka) lub do ich częstego upuszczania, w porównaniu z rówieśnikami?
- ...skłonność do poruszania językiem lub ustami w trakcie czynności manualnych?

- ...niechęć do lub problemy z rysowaniem, kolorowaniem, przerysowywaniem i wycinaniem?
- ...skłonność do częstego zmieniania dłoni podczas czynności z zakresu motoryki małej?
- ...nadmierną trudność z jednoczesnym używaniem obu rąk do czynności z zakresu motoryki małej, w porównaniu z rówieśnikami?
- ...problem z wiązaniem sznurowadeł?
- ...problem z odręcznym pisanem?
- ...problem z zapinaniem guzików/zamków oraz otwieraniem i zamykaniem drzwi?
- ...problem z posługiwaniem się nożyczkami?
- ...problem z otwieraniem/zamykaniem pojemników, toreb, pudełek?

8. STYMULACJA:

- ...problem z organizowaniem/strukturyzowaniem aktywności?
- ...potrzebę otrzymania większej ilości bodźców werbalnych w celu ukończenia zadania, w porównaniu z rówieśnikami?
- ...niepokój w obliczu zmian, szczególnie niespodziewanych?
- ...brak zainteresowania aktywnościami o charakterze grupowym/społecznym lub tendencję do unikania innych?
- ...nieświadomość przestrzeni osobistej lub nadmierną wrażliwość na naruszalność jej granic?
- ...skrajność w reakcjach emocjonalnych, tendencję do wybuchowości lub uporu/krnąbrności o znamionach histerii?
- ...niezdolność do dłuższej koncentracji w porównaniu z rówieśnikami?
- ...trudność z wybudzaniem się rano?
- ...nieumiejętność skoncentrowania się lub tendencję do łatwego dekoncentrowania się?
- ...skłonność do odwlekania/odkładania rzeczy na później?

Jeżeli odpowiedź na którekolwiek z powyższych pytań brzmi „tak” lub jeśli jakiegokolwiek inne zadanie o charakterze „motorycznym” sprawia szczególną trudność Tobie lub Twojemu dziecku oznacza to, iż program Soundsory to doskonałe rozwiązanie. Soundsory jest ukierunkowane na pracę u podstaw, czyli na **układ przedsionkowy!** Prawidłowość funkcjonowania tego systemu ma kluczowe znaczenie w kontekście rozwoju wszelkich umiejętności. Soundsory wspomaga pracę układu przedsionkowego, kojąc lęk przed ruchem, regulując pracę ciała oraz wzmacniając Twoje poczucie kontroli nad ciałem, dzięki czemu będzie Ci łatwiej stawiać czoła grawitacji i funkcjonować w codziennym życiu!

Urządzenie jest proste w użyciu, a dzienna sesja to tylko 30 minut słuchania, dzięki czemu bez trudności wpasujesz program w swój plan dnia. Wystarczy, że włączysz słuchawki, za pomocą przycisków ze strzałkami ustawisz właściwy dzień do odtworzenia i naciśniesz „play”. Dodatkowo do dyspozycji masz ponad 50 ćwiczeń w rytm dobranych utworów muzycznych, choć możesz także wykonywać własne ćwiczenia, doskonalić już częściowo nabyte umiejętności lub tylko słuchać. Gdy zabrzmi zróżnicowana pod względem rytmu i tempa muzyka nie będziesz w stanie się oprzeć!

DODATKOWE ŹRÓDŁA:
[OPINIE SPECJALISTÓW I](#)
[RODZICÓW](#)

