



Marta Bogdanowicz
Anna Adryjanek
Małgorzata Rożyńska

Uczeń z dysleksją w domu

▶ poradnik
nie tylko dla rodziców

 OPERON



Rady dla uczniów, którzy chcą kształtnie pisać:

1. Do pisania przystępuj wtedy, gdy jesteś wypoczęty i w dobrym nastroju. Uśmiechnij się!
2. Usiądź wygodnie przy biurku lub stole. A teraz:
 - oprzyj stopy na podłodze,
 - wyprostuj plecy,
 - zadbaj, by światło padało na zeszyt po twojej lewej stronie lub z góry.
3. Przygotuj odpowiednie przybory do pisania:
 - ołówek powinien być dość miękki i długi, dobrze zatemperowany;
 - pióro powinno być dopasowane do twojej dłoni, to znaczy nie może być ani zbyt ciężkie, ani zbyt grube; z łatwością powinno pozostawiać cienki ślad na kartce papieru (stałówka nie może rozlewać atramentu).

Uwaga: długopis nie jest dobrym narzędziem w pierwszych latach nauki pisania, ponieważ nie uda ci się wyrobić ładnego charakteru pisma.

4. Połóż zeszyt przed sobą.
5. Głowę trzymaj w odległości około 30 centymetrów nad zeszytem.
6. Lewą ręką przytrzymuj zeszyt.
7. Pióro (ołówek) trzymaj w trzech palcach następująco: umieść je (go) między kciukiem i palcem środkowym, a palcem wskazującym naciskaj od góry. Nie ściskaj zbyt mocno przyboru do pisania.
8. Podczas pisania trzymaj pióro (ołówek) w odległości około 1,5–2 centymetrów od kartki papieru.
9. Dłoń, w której trzymasz pióro (ołówek), lekko oprzyj na nadgarstku i na małym palcu.
10. W czasie pisania przesuwaj swoją dłoń po kartce równo i nie-
zbyt szybko w kierunku od lewej do prawej krawędzi kartki, pociągając za sobą pióro.



Prawidłowa pozycja dziecka praworęcznego podczas pisania

Uwaga: gdy poczujesz, że twoja ręka jest już zmęczona, wykonaj kilka ćwiczeń odprężających, na przykład naśladowanie otrzepywanie wody z ręki.

12. Użyj plastikowej nasadki korygującej chwyt, jeśli:

- nieprawidłowo układasz pióro (ołówek) w palcach;
- zauważasz, że ręka zbyt szybko się męczy i poci podczas pisania;
- trzymasz pióro (ołówek) nieodpowiednio, to znaczy zbyt lekko lub zbyt mocno, a także zbyt nisko nad kartką papieru.



Prawidłowe ułożenie rąk podczas pisania

13. Zapamiętaj drogę i kierunek pisania liter. Pisanie i łączenie liter wykonuj zawsze zgodnie z właściwym kierunkiem.

Uwaga: światło powinno padać z lewej strony lub z góry (rozproszone).



Rady dla ucznia leworęcznego¹⁰:

1. Do pisania przystępuj wtedy, gdy jesteś wypoczęty i w dobrym nastroju. Uśmiechnij się!
2. Usiądź wygodnie przy biurku lub stole. A teraz:
 - oprzyj stopy na podłodze;
 - wyprostuj plecy;
 - zadbaj, aby światło padało na zeszyt z prawej strony lub z góry;
 - w szkole poproś sąsiada z ławki, by usiadł po twojej prawej stronie.
3. Przygotuj odpowiednie przybory do pisania:
 - ołówek powinien być dość miękki i długi, dobrze zatemperowany;



Prawidłowa pozycja dziecka leworęcznego podczas pisania

- pióro powinno być dopasowane do twojej dłoni, to znaczy nie może być ani zbyt ciężkie, ani zbyt grube; z łatwością powinno pozostawiać cienki ślad na kartce papieru (stałówka nie może rozlewać atramentu).

4. Połóż zeszyt przed sobą i przesuń nieco w lewo,

¹⁰ M. Bogdanowicz (1992); M. Bogdanowicz, M. Rożyńska (2003, 2004).

a następnie ułóż ukośnie tak, aby górny lewy róg skierowany był do góry.

5. Głowę trzymaj w odległości około 30 centymetrów nad zeszytem.

6. Prawą ręką przytrzymuj zeszyt.

7. Pióro (ołówek) trzymaj

w trzech palcach następująco: umieść je (go) między kciukiem i palcem środkowym, a palcem wskazującym naciskaj od góry. Nie ściskaj zbyt mocno przyboru do pisania.



Prawidłowe ułożenie rąk dziecka leworęcznego podczas pisania

8. Podczas pisania trzymaj pióro (ołówek) w odległości 1,5–2 centymetrów od kartki papieru, a drugi koniec przyboru skieruj do ramienia.

9. Dłoń, w której trzymasz pióro (ołówek) oprzyj lekko na zeszytcie. Palce trzymające przybór do pisania ułóż poniżej linii, tak by nie zasłaniały zapisywanego tekstu.

10. Pamiętaj, aby podczas pisania twoja dłoń podążała za piórem (ołówkiem).

11. Gdy poczujesz, że twoja ręka jest zmęczona, wykonaj ćwiczenia odprężające, na przykład naśladowanie otrzepywanie wody z ręki.

12. Użyj plastikowej nasadki korygującej chwyt, jeśli:

- nieprawidłowo układasz pióro (ołówek) w palcach;
- zauważasz, że ręka zbyt szybko się męczy i poci podczas pisania;
- trzymasz pióro (ołówek) nieodpowiednio, to znaczy zbyt lekko lub zbyt mocno, a także zbyt nisko nad kartką.

Uwaga: światło powinno padać z prawej strony lub z góry (rozproszone); korzystne dla leworęcznego dziecka jest pisanie na lekko nachylnym pulpicie.

2.6. Ćwiczenia sprzyjające skutecznemu uczeniu się

Przedstawione poniżej sposoby uczenia się i zapamiętywania mogą być pomocne zwłaszcza dziecku z dysleksją. Metody te pomagają porządkować

2.7. Jakie specjalistyczne ćwiczenia można wykonywać w domu?

Opinia z poradni psychologiczno-pedagogicznej powinna zawierać: opis dysfunkcji i mocnych stron dziecka, potwierdzenie występowania specyficznych trudności w czytaniu i pisaniu (dysleksja, dysortografia, dysgrafia) oraz zalecenia dotyczących pracy z dzieckiem, które uwzględniają stymulowanie funkcji wymagających usprawnienia. Program terapii pedagogicznej z uczniem z dysleksją opiera się na systematycznej pracy w szkole i w domu i powinien być dostosowany do indywidualnych potrzeb dziecka.

To, czy **rodzice sami mogą udzielać skutecznej pomocy w wypadku dysleksji**, zależy od nasilenia trudności dziecka, jego wieku i przebiegu dotychczasowej kariery szkolnej oraz od wykształcenia rodziców, a także kontaktu, jaki mają z dzieckiem. Zazwyczaj konieczne jest ukierunkowanie tej pracy przez nauczyciela terapeutę. W większości wypadków nauczyciel terapeuta prowadzi cotygodniowe ćwiczenia z dzieckiem, które są kontynuowane przez rodziców w domu.

Jak doskonalić u dziecka sprawność motoryki dużej i małej?

Oto czynności, które poprawiają motorykę dziecka. Zostały pogrupowane ze względu na sprawności ćwiczone podczas ich wykonywania.

Ćwiczenie ogólnej sprawności ruchowej:

- ćwiczenia równoważne (gra w klasy, stanie na jednej nodze, skoki na trampolinie, jazda na rowerze, hulajnodze);
- podskoki;
- gimnastyka;
- chód ze zmianą kierunku: po zygzakach, „ślimaku” i ósemce;
- pływanie.

Ćwiczenia rozwijające zręczność:

- zabawy dużą piłką, balonikami, kulami ugniecionymi z gazet;
- zabawy woreczkiem wypełnionym grochem lub ryżem;
- budowanie konstrukcji z klocków;
- rzucanie do celu;
- rzucanie piłki w parach;
- zabawy stolikowe typu pchełki, bierki, bilard stołowy.
- wdrażanie do samodzielności podczas samoobsługi (mycia, ubierania, zapinania guzików, zamków błyskawicznych);

- zabawy manipulacyjne klockami, koralikami i innym materiałem;
- włączanie dziecka w wykonywanie zajęć domowych typu: ugniatanie ciasta, odrywanie szypulek owoców, wykrawanie ciastek.

Ćwiczenia usprawniające staw nadgarstkowy i palce rąk:

- ćwiczenia z wykorzystaniem różnych technik plastycznych;
- rysowanie na tablicy jedną ręką lub obiema rękami;
- zamalowywanie dużych płaszczyzn farbą lub oklejanie kartki plasteliną;
- lepienie z gliny lub plasteliny;
- marsz palców po stole w określonych kierunkach, bębnienie palcami;
- stukanie palcami po stole;
- przewlekanie nitki przez dziurki w tekturze;
- ugniatanie jedną ręką kul z gazety, bibuły;
- składanie papieru (np. samolotów, okręcików);
- ugniatanie miękkiego drutu;
- naśladowanie ruchów gry na pianinie, skrzypcach, flecie;
- kalkowanie różnej wielkości wzorów o kształcie geometrycznym i literopodobnych;
- pisanie na klawiaturze komputera;
- wycinanie, wydzieranie z papieru;
- nawlekanie koralików, makaronu na sznurek;
- malowanie szlaczków grubym pędzlem na dużej powierzchni;
- stemplowanie pieczętkami z ziemniaka, gumowymi, drewnianymi;
- malowanie palcami, pędzlem, wata, gąbką: linii pionowych, poziomych, falujących, łamanych, spiralnych, form kolistych, kwadratowych, trójkątnych;
- obrysowywanie kształtów i pisanie wyrazów bez odrywania ręki od papieru, na przykład wzorów ze wspomnianego zestawu ćwiczeń grafomotorycznych według Hany Tymichovej.

Ćwiczenia usprawniające ruchy rąk i koordynację wzrokowo-ruchową (współpracę ręka–oko):

- dorysowywanie brakujących elementów;
- rysowanie linii przez łączenie punktów;
- rysowanie pod dyktando;
- rysowanie linii wewnątrz labiryntów;
- zamalowywanie małych przestrzeni, na przykład figur na obrazku lub różnych kształtów na płaskich figurach z gipsu;
- rysowanie linii pionowych, poziomych, ukośnych, falistych, pętelkowych, półkolistych, kolistych;

- kreślenie w powietrzu, na tackach z piaskiem i rysowanie różnymi technikami graficznymi linii pionowych, poziomych, ukośnych, łamanych, krzywych i figur geometrycznych (koło, elipsa, kwadrat, trójkąt), według programów Metody Dobrego Startu M. Bogdanowicz (1999); rozpoczynamy ćwiczenie od dużych, zamasyżystych ruchów w powietrzu lub nad kartką, następnie przechodzimy do rysowania na dużych powierzchniach papieru, potem dopiero na tabliczkach i kartkach; rysowanie w liniaturze to ostatni etap ćwiczeń poprzedzających pisanie¹².

Ćwiczenie płynnych ruchów pisarskich:

- tworzenie szlaczków przez łączenie kropek na papierze gładkim oraz w liniach i kratkach;
- pogrubianie słabo zaznaczonego konturu;
- uzupełnianie elementów obrazka według wzoru;
- obrysowywanie szablonów;
- obrysowywanie przez kalkę lub folię rysunków i liter;
- kreślenie szlaczków.

Ćwiczenia i zabawy zwalniające napięcie stawowo-mięśniowe:

- poruszanie rękami uniesionymi nad głową;
- zabawa w pranie i prasowanie;
- zabawa w rąbanie i piłowanie drzewa;
- zabawa w „kosiarzy”;
- zabawy z użyciem skakanki: przesuwanie sznurka w palcach, kręcenie, owijanie wokół własnej dłoni;
- naśladowanie lotu ptaka;
- naśladowanie dyrygenta;
- naśladowanie pływania;
- naśladowanie drzew na wietrze.

Co robić, gdy dziecko nieprawidłowo trzyma w palcach narzędzie do pisania?

Przyczyną niechęci dzieci do rysowania, malowania i pisania jest często niewłaściwy sposób trzymania narzędzia. Właściwego chwytu narzędzia należy uczyć dziecko już od pierwszych prób związanych z zabawami graficznymi. Okazuje się bowiem, że nawet trzylatki mogą przyswoić tę umiejętność.

¹² Metoda Dobrego Startu jest też metodą wielozmysłowego uczenia się liter (M. Bogdanowicz, M. Barańska, E. Jakacka 2005, 2006).

Właściwe trzymanie narzędzia do rysowania i pisania polega na objęciu go trzema palcami (kciukiem, wskazującym i środkowym) w odległości około 1,5–2 centymetrów od czubka. Natomiast pędzel należy trzymać w odległości 5–7 centymetrów od końca.

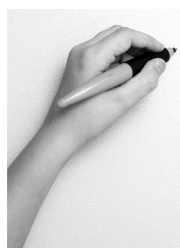
Dla dzieci, które nieprawidłowo trzymają ołówek (długopis) w palcach, zalecane są plastikowe nasadki. Stosowanie ich podczas rysowania czy pisania umożliwia skorygowanie chwytu narzędzia (ołówka, długopisu lub pióra). Nasadka jest również pomocna, gdy dziecko nie potrafi swobodnie kontrolować siły chwytu i nacisku na narzędzie podczas rysowania lub pisania. Może ona korygować uchwyt, powodując ustąpienie zbyt silnego naciskania narzędzia lub nadmiernego nacisku na papier. Nasadka do pisania jest też użyteczna, gdy dziecko trzyma palce zbyt blisko kartki, na której pisze, zasłaniając sobie pole widzenia i uniemożliwiając kontrolowanie pisanego tekstu. **Dziecko używa nasadki do czasu, kiedy utrwali właściwy chwyt narzędzia.** Nasadki plastikowe występują w kilku odmianach: w kształcie graniastosłupa, o przekroju trójkątnym, okrągłe lub podłużne z wymodelowanymi wgłębieniami na palce. Można je nasuwać na ołówki czy długopisy różnej grubości, ponieważ mają otwory różnej wielkości. Nasadki te są przydatne zarówno dla praworęcznych, jak i leworęcznych dzieci.

Sposób trzymania narzędzia do pisania przez dziecko praworęczne:



- pióro lub ołówek znajduje się między kciukiem a palcem środkowym (palec wskazujący jest oparty na piórze lub ołówku);
- dziecko trzyma je w odległości 1,5–2 cm od kartki (podczas malowania pędzel należy trzymać w odległości 5–7 cm od papieru);
- ściska je odpowiednio, nie za mocno i nie za lekko;
- naciska nim odpowiednio na papier, nie za mocno i nie za lekko;
- gdy jest to wskazane, używa specjalnej nasadki plastikowej, która pozwala dobrze trzymać ołówek i pisać z łatwością.

Sposób trzymania narzędzia do pisania przez dziecko leworęczne:



- Dziecko leworęczne przestrzega wszystkich zasad powyżej opisanych, a oprócz tego jeszcze:
- górny koniec ołówka jest skierowany do lewego ramienia;
 - podczas pisania palce powinny znajdować się poniżej liniiatury zeszytu (dziecko wówczas nie zasłania sobie tego, co pisze).

Ćwiczenia ułatwiające opanowanie prawidłowego chwytu i sposobu trzymania ołówka:

- lepienie kulek z plasteliny, zgniatanie palcami kulek z papieru;
- wydzieranie drobnych papierków, wyskubywanie nitek;
- „solenie”, czyli kruszenie i rozsypywanie soli, kaszy lub piasku po tacy drobnymi ruchami palców;
- rysowanie w płaszczyźnie pionowej: na papierze rozpiętym na ścianie lub na tablicy, gdy dziecko stoi przed nim, unosząc rękę na wysokość dolnej części twarzy – arkusz papieru powinien znajdować się na wysokości ust i nosa, nieco na lewo od osi ciała – wówczas ręka przyjmuje prawidłową pozycję (do tego ćwiczenia warto wykorzystać wzory z zestawu. „Przygotowanie do nauki pisania według Hany Tymichovej”)¹³.

Ćwiczenie zdolności do kontrolowania siły nacisku ręki dziecka w trakcie pisania:

- kreślenie linii, figur, liter, cyfr na tackach z kaszą;
- malowanie farbą palcami na dużych arkuszach papieru;
- malowanie farbą przy użyciu pędzla do golenia;
- wykonywanie ćwiczeń graficznych przy użyciu rozmaitych narzędzi wymagających zróżnicowania siły nacisku: lekkiego (kreda, węgiel rysunkowy, pędzelki, cienkie mazaki, pióro) i silnego (kredki woskowe, gruby mazak, ołówek, długopis);
- dla zmniejszenia napięcia mięśniowego H. Tymichova¹⁴ zaleca wykonywanie ćwiczeń w czterech różnych pozycjach: 1) w postawie stojącej z rysunkiem zawieszonym na ścianie (opisane wcześniej) lub 2) z rysunkiem leżącym na stole – zmniejsza napięcie w stawie barkowym; 3) w postawie siedzącej z uniesionym łokciem, gdzie wzór leży na ławce – zmniejsza napięcie w stawie łokciowym; 4) w postawie siedzącej z podpartym przedramieniem – zmniejsza napięcie w nadgarstku (takie ćwiczenia zalecane są w przypadku stwierdzenia dużych usztywnień ręki w czasie rysowania i pisania).

Ćwiczenia relaksacyjne rąk – w przerwach pomiędzy ćwiczeniami graficznymi:

- zaciskanie i rozwieranie pięści z uświadomieniem sobie stanów napięcia mięśniowego i rozluźnienia;

¹³ M. Bogdanowicz (2004).

¹⁴ Tamże.

- zabawy naśladowujące ruchy takie jak przyskanie wodą, otrzepywanie rąk z wody, wytrzepywanie wody z rękawa, otrząsanie się z wody, strzepywanie nitki z rękawa.

Wytwarzanie nawyków ruchowych związanych z kierunkiem pisania (automatyzacja ruchów):

- kreślenie linii z zachowaniem kierunku ruchu: linie pionowe – od góry ku dołowi, linie poziome – od lewej do prawej;
- rysowanie kół przeciwnie do ruchu wskazówek zegara (podobnie jak zapisujemy literę „C”);
- zachowanie kierunku ruchu od lewej do prawej strony podczas rysowania szlaczków, pisania wyrazów;
- zaznaczanie kolorowego marginesu z lewej strony w zeszytach lub w lewym górnym rogu kartki – rysowanie słoneczka, które wskazuje drogę („zaczynamy od słoneczka, czyli od lewej strony”);
- wykorzystywanie gier i zabaw rysunkowych wymagających zachowania określonego kierunku, na przykład zawartych w „Dyktandach graficznych” Z. Handzel (2004), oraz programu Metody Dobrego Startu¹⁵ „Piosenki do rysowania”.

Jak usprawniać u dziecka funkcje wzrokowe?

Ćwiczenia na materiale obrazkowym:

- zwracanie uwagi na różne szczegóły rysunku, obrazka;
- zachęcanie do zabaw takich jak rysowanie, konstruowanie według wzoru, układanki;
- rozpoznawanie treści obrazków;
- zapamiętanie jak największej liczby przedmiotów eksponowanych na obrazku;
- rozpoznawanie przebiegu przedstawionych zdarzeń na podstawie serii obrazków;
- dobieranie par jednakowych obrazków: domina obrazkowe, Czarny Piotruś;
- układanie obrazków w szeregu według kolejności, w jakiej były eksponowane;
- wyszukiwanie różnic i podobieństw w obrazkach;
- składanie całości obrazka z jego części według wzoru i bez wzoru;
- kolorowanie ukrytego obrazka;
- kolorowanie wzorów ze stempli.

¹⁵ M. Bogdanowicz, M. Barańska, E. Jakacka (2006).

Ćwiczenia na materiale geometrycznym:

- kreślenie kształtów geometrycznych w powietrzu;
- segregowanie figur według określonych cech (kształt, kolor, wielkość);
- dobieranie par jednakowych figur geometrycznych;
- układanie figur według wzoru w układzie szeregowym (figury wycięte z kolorowego papieru);
- układanie kompozycji z figur geometrycznych według wzoru;
- obrysowywanie figur geometrycznych;
- zarysowywanie (zakreskowanie, zakratkowanie) figur geometrycznych;
- kolorowanie figur geometrycznych.

Ćwiczenia na materiale literopodobnym i literowym:

- odtwarzanie wzorów graficznych;
- uzupełnianie elementów brakujących we wzorze graficznym;
- dostrzeganie podobieństw i różnic między znakami graficznymi;
- lepienie liter z plasteliny;
- wycinanie liter;
- formowanie kształtów liter ze sznurka i drutu;
- wodzenie palcem po literach wykonanych z szorstkiego materiału;
- odrysowywanie liter od szablonu i kolorowanie ich;
- odwzorowywanie liter przez kalkę techniczną, folię;
- układanie liter z klocków pod obrazkiem;
- uzupełnianie elementów w literze drukowanej i pisanej;
- wyszukiwanie w tekście pisanym określonej litery;
- zgadywanie liter pisanych w powietrzu lub na plecach;
- odtwarzanie z pamięci uprzednio widzianych liter;
- gra w domino literowe;
- odtwarzanie kształtu liter i ich połączeń;
- pisanie po śladzie liter, sylab, wyrazów;
- pisanie liter według wzoru w zeszyte w trzy linie, porównywanie ze wzorem po napisaniu.

Ćwiczenia współpracy oka i ręki (koordynacji wzrokowo-ruchowej) według następujących etapów – przykład:

- rysowanie po śladzie (po linii konturu) lub wypełnianie wykropkowanych linii na obwodzie rysunku;
- kalkowanie rysunku przez szkło, kalkę techniczną lub folię, obrysowywanie za pomocą szablonów;
- zamalowywanie rysunku konturowego;

- zakreskowywanie fragmentów rysunku liniami pionowymi, poziomymi, ukośnymi, falistymi, „zakratkowanie”;
- wypełnianie rysunku innymi materiałami, na przykład skrawkami wydzielanymi z bibułki, plasteliną, watą;
- robienie ramki ze szlaczków;
- wycinanie rysunku;
- wklejanie go do zeszytu.

Jak usprawniać u dziecka funkcje słuchowo-językowe?

Funkcje te są doskonałe podczas następujących czynności:

- uczenie się na pamięć krótkich wierszyków, rymowanek, piosenek, wylicznerek, fragmentów bajek muzycznych;
- słuchanie i rozwiązywanie zagadek;
- zagadki słuchowe: rozpoznawanie nagranych dźwięków, odgłosów natury;
- układanie rymowanek (określanie, które słowa z podanych trzech się rymują, które słowo się nie rymuje);
- powtarzanie za dorosłym ciągów słownych (np.: *but, bluzka, spodnie, skarpetka*);
- zabawa: jakie słowo było powiedziane dwa razy (np.: *okno, oko, drzwi, okno*);
- słuchanie bajek, opowiadań, bajek muzycznych (często powtarzanych) oraz samodzielne opowiadanie fragmentów i dopowiadanie zakończeń;
- zabawa „powtórz po mnie”: dorosły wydaje dźwięki różnymi przedmiotami, a dziecko z zamkniętymi oczami nasłuchuje i następnie odgaduje nazwy użytych przedmiotów (np. stukanie łyżeczką, cięcie nożyczkami, gniecie papieru);
- opisywanie lub tworzenie opowiadania do oglądanych ilustracji;
- klaskanie na sygnał: przed przeczytaniem bajki dziecku dorosły wskazuje jakieś słowo (np. *król*); gdy w opowiadaniu słowo to się pojawi, dziecko klaszcze (lub wykonuje umówiony ruch, np. podskakuje);
- wyodrębnianie zdań w wypowiedziach innych osób lub w tekście piosenki;
- układanie zdań z podanych słów;
- wyodrębnianie i liczenie wyrazów w zdaniu;
- liczenie sylab w podanych słowach;
- rozmowa kosmitów, robotów – mówienie do siebie sylabami lub głoskami;
- wyszukiwanie w otoczeniu przedmiotów o nazwie na zadaną sylabę lub głoskę;

- liczenie głosek w słowach;
- zabawa w echo: wyodrębnianie i powtarzanie ostatniej głoski w usłyszanym słowie;
- „słowny łańcuszek” – podawanie przez uczestników słów na zmianę, tak by ostatnia głoska słowa była pierwszą głoską następnego;
- opuszczanie głosek na początku słowa (np. *chusta–usta*) w środku lub na końcu słowa.
- rozpoznawanie nazwy przedmiotu na podstawie pierwszej głoski (np.: „Tym przedmiotem rysujemy: *o...*”);
- wyodrębnianie pierwszej głoski nazwy przedmiotu z obrazka lub z otoczenia (np. zabawa: „Jedzie pociąg naładowany towarami, których nazwa zaczyna się głoską *k*. Co przewozi?” – kury, karty, krowy...).

Jak doskonalić u dziecka orientację w schemacie ciała i przestrzeni?

Orientację tę doskonalimy przez następujące zabawy i zajęcia:

- utrwalenie poprawnego rozumienia pojęć i określeń dotyczących pozycji ciała i prostych ruchów (prawa, lewa, do góry, na dół, niżej, wyżej, prosta, zgięta);
- chodzenie po narysowanej ścieżce zgodnie z poleceniami: „Idź prosto, do tyłu, na prawo, na lewo”;
- wymijanie samochodem lub wózkiem przeszkód: piłek, pacholek, klocek i określanie głośno kierunku;
- odtwarzanie ruchami poszczególnych czynności – również jako zgadywanki (np. wiosłowanie, zbieranie grzybów do koszyka);
- określanie na obrazku położenia poszczególnych przedmiotów w przestrzeni;
- układanie przedmiotów w odpowiednim położeniu (np.: „Na krześle posadź misia, pod krzesłem połóż piłkę”.);
- rysowanie przedmiotów w odpowiednim położeniu (np.: „Obok domu narysuj drzewo, nad domem słońce”.);
- udzielanie odpowiedzi na pytania (np.: „Gdzie siedzi kot?”);
- kolorowanie obrazka według instrukcji (np.: „Pola oznaczone kółkiem zamaluj na czerwono”.);
- utrwalanie rozróżniania stron ciała (np.: „Pokaż prawą rękę, lewą nogę”.);
- śledzenie linii w labiryncie;
- odtwarzanie różnych konstrukcji z plasteliny i materiałów przyrodniczych (patyczki, liście, kamyki, piasek);

- kreślenie w powietrzu (figur geometrycznych, liter i innych kształtów graficznych);
- układanie całości z pociętych części – układanki geometryczne i obrazkowe;
- rysowanie szlaczków z kształtów literopodobnych w układzie od lewej do prawej i z góry na dół.



Opracuj zestaw ćwiczeń – zabaw dla swojego dziecka. Doskonale nadają się do tego popularne zabawy, na przykład „Zasiali górale”¹⁶

2.8. Jak pomóc dziecku leworęcznemu odnosić sukcesy w praworęcznej cywilizacji?

Nie wystarczy pozwolić pisać dziecku lewą ręką. Niezbędne jest udzielenie mu wszechstronnej pomocy, dzięki której:

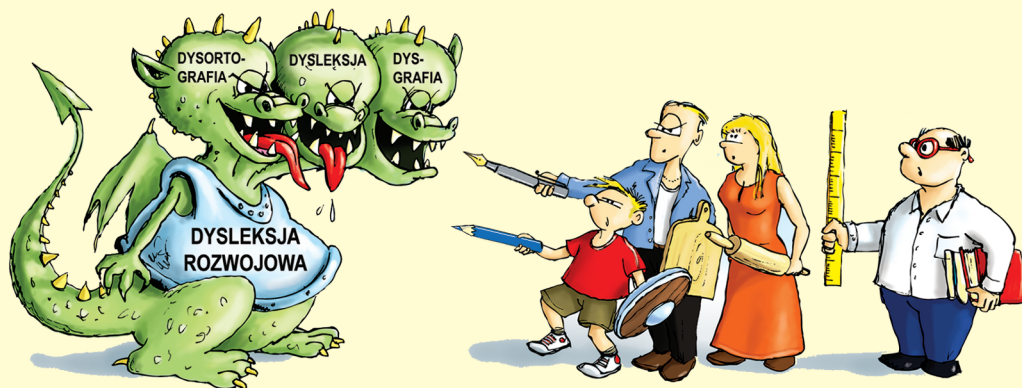
- zaakceptuje swoją leworęczność, ale i konieczność ćwiczeń przygotowujących do pisania;
- lewa ręka usprawni się ruchowo;
- utrwali się dominacja lewej ręki (lateralizacja);
- wykształci się prawidłowa orientacja w lewej i prawej stronie własnego ciała i w przestrzeni;
- ustali się prawidłowa pozycja podczas rysowania i pisania, w tym sposób siedzenia, ułożenie kartki papieru (zeszytu);
- wykształci się nawyk prawidłowego ułożenia ręki i sposób trzymania ołówka lub długopisu;
- utrwala się nawyki ruchowe związane z rysowaniem, takie jak: kreślenie linii pionowych (z góry w dół), poziomych (od lewej do prawej strony), okręgów – przeciwnie do ruchu wskazówek zegara;
- utrwala się nawyki ruchowe związane z pisaniem, takie jak: rysowanie szlaczków, pisanie wyrazów od lewej do prawej strony.

Na tej podstawie dziecku łatwiej będzie rozpocząć naukę pisania lewą ręką i doskonalić nawyki ruchowe niezbędne w tej sytuacji, bowiem są one inne w wypadku pisania prawą, a inne – lewą ręką.

Opanowanie umiejętności pisania z przestrzeganiem odpowiednich zasad jest warunkiem postępów szkolnych – zapobiega frustracjom i zniechęceniu.

¹⁶ Zestaw tekstów i nagrań takich zabaw znajduje się w książce *W co się bawić z dziećmi* M. Bogdanowicz (2005).

DYSLEKSJA, czyli trudności z czytaniem i pisaniem



Drodzy Rodzice! Czy wiecie, że można skutecznie przeciwdziałać wystąpieniu objawów dysleksji lub z powodzeniem je łagodzić?

Oto sprawdzone sposoby:

- ▶ mądra zabawa z własnym dzieckiem od najwcześniejszych lat życia
- ▶ zdobycie podstawowej wiedzy, umożliwiającej zrozumienie trudności i potrzeb dziecka
- ▶ świadoma współpraca ze szkołą i poradnią psychologiczno-pedagogiczną
- ▶ systematyczna praca, codzienne czytanie

! Mądrzy rodzice wychowują mądre dzieci – wyczerpujące omówienie problemu dysleksji rozwojowej w kontekście ogromnej roli rodziców w zapobieganiu trudnościom i ich nawarstwianiu się.

Program rekomendowany przez



Polskie
Towarzystwo
Dysleksji

biblioteka

ORTOGRAFFII

ISBN 978-83-7680-434-7



9 788376 804347 >

OPERON
WYDAWNICTWO PEDAGOGICZNE

Wydawnictwo Pedagogiczne OPERON

tel. centrali 58 679 00 00

www.ortograffiti.pl, e-mail: ortograffiti@operon.pl