

Usprawnianie percepcji wzrokowej, słuchowej, rozwoju ruchowego – propozycje ćwiczeń

A. Warunkiem niezbędnym do opanowania sprawności czytania i pisania jest pełna sprawność analizatora:

- wzrokowego
- słuchowego
- kinestetycznego

Analizator to narząd zmysłowy, służący do odbierania bodźców zmysłowych. Zależnie od rodzajów odbieranych bodźców rozróżnia się analizatory: wzrokowy, słuchowy, kinestetyczny, smakowy, węchowy, dotykowy.

Za pośrednictwem analizatorów percypujemy (odbieramy) w świadomości przedmioty, zjawiska i procesy. Warunkiem prawidłowego spostrzegania jest sprawny analizator wzrokowy, w skład którego wchodzi: receptor (oko), droga doprowadzająca (nerw wzrokowy) oraz korowa część analizatora (ośrodek wzrokowy). U dziecka „źle widzącego” wadę wzroku koryguje się za pomocą odpowiednich szkielek korekcyjnych. Natomiast u dzieci dyslektycznych zaburzenie korowej części analizatora wzrokowego powoduje obniżoną sprawność percepcji wzrokowej, co utrudnia opanowanie czytania i pisania. Trudności te można zmniejszyć lub zlikwidować poprzez odpowiednie ćwiczenia korekcyjno-wyrównawcze, które rodzice mogą z powodzeniem przeprowadzać również z dzieckiem w domu.

Przykłady ćwiczeń usprawniających percepcję wzrokową (analizę i syntezę wzrokową).

1. Wszelkiego rodzaju układanki, np. puzzle, kolorowe figury geometryczne, domina,
2. Wyodrębnianie różnic między obrazkami (powiedz, czym różnią się te obrazki)
3. Rysowanie konturów wg podanego wzoru – dziecko otrzymuje rysunek o słabo zaznaczonym konturze, zadaniem dziecka jest pogrubienie istniejącego konturu.
4. Układanie wzorów z figur geometrycznych. Podajemy dziecku wzór, dziecko odtwarza ten wzór.
5. Kreślenie kształtów graficznych powstałych za pomocą kreski łączącej wyznaczone uprzednio punkty.
6. Wypełnianie konturów – pokrywanie płaszczyzny farbą, kredką.

7. Uzupełnianie niekompletnych figur – dziecko otrzymuje karton z narysowanymi niekompletnymi figurami geometrycznymi, literami oraz wzór tych figur. Zadaniem dziecka jest uzupełnienie figur.
8. Dziecko otrzymuje karton z rysunkami z kompozycjami składającymi się z kilku figur.
9. Dziecko otrzymuje tablice z literami. Przerysowuje je przez kalkę techniczną.
10. Wyszukiwanie takich samych liter i ich segregowanie. Dajemy dziecku duży kartonik z napisaną literą oraz kilka małych kartoników z różnymi pojedynczo wypisanymi literami. Zadaniem dziecka jest znalezienie litery przedstawionej na dużym kartoniku..
11. Wyszukiwanie liter i sylab. Dziecko w otrzymanym tekście wyszukuje poznane litery i sylaby, zamalowuje je.
12. Wyszukiwanie takich samych wyrazów i ich odpoznanie w tekście.. dziecko otrzymuje na małych kartonikach wyrazy, odszukuje je w podanym tekście (zaczynamy od wyrazów jednosylabowych, stopniowo przechodzimy do dwusylabowych).
13. Stosowanie rozsypanek wyrazowych. Dziecko otrzymuje wzór zadania i na kartonikach pojedyncze wyrazy. Zadaniem dziecka jest ułożenie zdania wg wzoru z rozsypani.

Ćwiczenia usprawniające percepcję wzrokową dziecka znajdą Państwo w następujących publikacjach:

1. Obserwuje, mówię i rysuję. Ćwiczenia rozwijające percepcję wzrokową – E. Waszkiewicz
2. Jeszcze potrenujemy. Ćwiczenia w zakresie wzrokowo-słuchowym – B. Zakrzewska
3. Wzory i obrazki – M. Frostig, D. Horne
4. Zestaw pomocy rozwijających spostrzegawczość wzrokową i myślenie „terapia zabawą” – J. Baran
5. Ćwiczenia służące doskonaleniu percepcji wzrokowej. Zeszyt 2 – E. Chmielewska
6. Orto-gra – H. Grzelachowska
7. Dobieramy pary wyrazów – H. Grzelachowska

B. Drugim warunkiem opanowania umiejętności czytania i pisania jest sprawny analizator słuchowy. Analizator słuchowy składa się z: receptora bodźców - ucha, drogi doprowadzającej bodźce – nerwów słuchowych, korowej części mózgu, która odbiera, analizuje i przetwarza bodźce słuchowe.

Różnicowanie dźwięków mowy, ich analizę i syntezę określa się jako słuch fonematyczny. Tę sprawność – poziom analizy i syntezy słuchowej dziecko doskonali z wiekiem. Zaburzeń analizy i syntezy słuchowej nie należy mylić z niedosłuchem obwodowym. Dzieci niedosłyszające źle odbierają dźwięki odległe, ale gdy je usłyszą potrafią je prawidłowo analizować i syntetyzować. Dzieci z zaburzeniami słuchu fonematycznego poszczególne dźwięki słyszą prawidłowo, bez względu na odległość, ale z potoku słów nie potrafią różnicować pojedynczych dźwięków, ani złożyć w dźwiękową całość. Tak samo czytając i pisząc dziecko musi ciągle dokonywać analizy i syntezy dźwiękowej wyrazów i kojarzyć je ze znakami graficznymi – literami.

Przejawem uchwytnych przejawów zaburzeń analizy słuchowej w dzieciństwie jest opóźnienie rozwoju mowy lub zaburzenia mowy, a u uczniów klas początkowych specyficzne trudności w czytaniu i pisaniu ze słuchu. Objawy zaburzonej analizy i syntezy słuchowej omówione zostały już wcześniej.

Ćwiczenia usprawniające czytanie znajdą Państwo w następujących publikacjach:

1. Książka do ćwiczeń w czytaniu. Zeszyty ćwiczeń metodą 18 struktur wyrazowych. F.Kujawa M.Kurzyna – korzystając z tych pozycji należy pracować z dzieckiem pod kierunkiem nauczyciela specjalisty.
2. Zeszyty z zestawami ćwiczeń dla dzieci z trudnościami w nauce czytania – J.Baran
3. Moje dziecko źle czyta i pisze – B.Zakrzewska
4. Głoski miękkie – też łatwe – B.Zakrzewska
5. Litery trudne – nietrudne! – B.Zakrzewska
6. Czytanie to radość - B.Zakrzewska
7. I Ty będziesz dobrze czytać - B.Zakrzewska
8. Ortografia – twój sukces! - B.Zakrzewska
9. Ćwiczenia i zabawy usprawniające mówienie, czytanie i pisanie. Zeszyt nr 7 – E.Chmielewska

Ponadto zachęcajmy dziecko do czytania wspólnego na zmianę: fragment tekstu czyta Rodzic, fragment dziecko.

Dzieci z trudnościami w czytaniu mogą korzystać z tzw. Biblioteki mówionej (nagranie lektur szkolnych).

Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne (seria: Lektury, które chce się czytać) przygotowało kilka pozycji lektur szkolnych dla dzieci dyslektycznych. Książki zawierają skrócony tekst utworu, z objaśnieniami trudnych wyrazów, zwrotów i wyrażen. Po każdym rozdziale znajduje się zestaw ćwiczeń do lektury. Lektury są bogato ilustrowane, specjalnie dobrany został krój czcionki i jej wielkość. Przygotowano już m.in.: "O krasnoludkach i sierotce Marysi" M.Konopnickiej dla kl.IV, „W pustyni i w puszczy” H.Sienkiewicz dla kl.V, „Krzyżacy” H.Sienkiewicz dla kl.I gimnazjum.

Wybierajmy krótkie teksty z pięknie dziś wydawanych książek i zachęcajmy, żeby dziecko nagrywało je na taśmę, tu polecam np. interesujące opowiadania Wydawnictwa Salezjańskiego B.Ferrero, B.Bosmans. Mogą one też stanowić podstawę do wspólnych rozmów z dzieckiem.

Poza tym dziecko może usprawniać czytanie poprzez lekturę komiksów (tu uwaga: o wartościowej treści), a nawet programu telewizyjnego, przepisów ulubionych potraw.

C. Usprawnianie rozwoju ruchowego. Należy pamiętać, że rozwój ruchowy dziecka jest zsynchronizowany z jego rozwojem psychicznym. Zwykle dzieci opóźnione w rozwoju umysłowym wykazują opóźnienia rozwoju ruchowego. Zdarzają się jednak przypadki opóźnienia ruchowego dzieci normalnie a nawet przedwcześnie rozwiniętych. Oprócz ogólnego opóźnienia rozwoju ruchowego niższego stopnia spotyka się dzieci z zaburzeniami stronności (lateralizacji) i orientacji przestrzennej (słabe rozumienie określeń słownych, dotyczące stosunków przestrzennych – w, nad, pod, za, obok, przed; mylenie kierunku zapisu – pismo lustrzane, mylenie liter o różnym położeniu stosunku do osi poziomej i pionowej: p-g, d-b, u-n, g-b, p-b, mylenie kierunków: lewo, prawa strona).

D. Propozycje ćwiczeń kształtujących prawidłową orientację przestrzenną:

1. Utrwalanie różnicowania prawej i lewej strony ciała.
2. Układanie różnych przedmiotów np. zabawek, w różnych miejscach w stosunku np. do stołu. Prosimy dziecko, żeby określiło położenie przedmiotu: po lewej stronie stołu, po prawej, nad, pod, przed pomiędzy.
3. Rysujemy linie pionowe, poziome na kartce, dziecko układa np. wycięte kolorowe kółka zgodnie z poleceniami: po lewej stronie linii, po prawej, w dolnej, górnej części nad, pod linią.

4. Rysowanie figur pod dyktando: rysunek zaczynamy od kolorowej kropki. Prowadź połówek np. 3 kratki wyżej, 1 kratkę w lewo itd.
5. Odtwarzanie z pamięci uprzednio zaobserwowanych elementów wzrokowych oraz stosunków przestrzennych, które między nimi zachodziły. Układamy na stole przedmioty. Zadaniem dziecka jest zapamiętać jak największą ich liczbę, chowamy przedmioty, zadaniem dziecka jest wskazaniem miejsc, na których leżały.
6. Odtwarzanie dwu i trójwymiarowych układów przestrzennych na podstawie modeli:
 - układanie z zapalek na kartonie figur wg podanego modelu
 - układanie bardziej złożonych konstrukcji z klocków.
7. Kreślenie kształtów graficznych w powietrzu. Kreślimy w powietrzu proste figury geometryczne, prosimy dziecko o naśladowanie tych ruchów. Kreślimy w powietrzu kształtu wybranych liter, dziecko odtwarza je, mówiąc: zaczynam od lewej strony.
8. Rysowanie z zachowaniem kierunku od lewej do prawej. Pomocą dla dziecka może być zaznaczenie lewej strony kartki L, prawej P.
9. Dotykanie lewej i prawej strony ciała dziecka z użyciem określeń: lewa, prawa strona.

W ostatnich latach podkreśla się wspomagającą rozwój rolę metody Dennisona. Ukazało się już kilka publikacji, w których mogą Państwo znaleźć jej omówienie. Elementy tej metody dziecko może stosować pod kierunkiem Państwa. Ulubionymi ćwiczeniami dzieci są: sowa, słoń, kapturek myśliciela, leniwa ósemka, punkty na myślenie, pozycja Cooka, ruchy naprzemienne. Omówienie metody znajdą Państwo w publikacji „Zmyślne ruchy, które doskonalą umysł” C.Hannaforda. Proponuję również Państwu wykorzystywanie w domu taśm z muzyką relaksacyjną. Dzieci mogą jej słuchać w ciągu dnia i przed zaśnięciem. W trakcie słuchania mogą rysować. Warto, by Państwo porozmawiali z dzieckiem na temat, co wyobrażało sobie ono w trakcie jej słuchania, jakie uczucia mu towarzyszyły.

Jak zauważyliśmy, usprawnienie zaburzonych funkcji ma charakter zabawowy. Należy pamiętać, żeby ćwiczenia nie trwały zbyt długo, by nie zniechęcać dla nich dziecka i jednocześnie o tym, by regularnie je przeprowadzać. Pamiętajmy również o chwaleniu dziecka za włożony w nie wysiłek, o zauważaniu efektów jego pracy, zachęcajmy dziecko do systematyczności w ich wykonaniu.

Przy obniżonej sprawności ruchowej dziecko m.in. ma trudności w majsterkowaniu, wycinaniu, rysowaniu, pisaniu (mówi się wtedy o niskim poziomie graficznym pisma – dysgrafia). Zaburzenia lateralizacji odbijają się wtedy w sposób decydujący na nauce dziecka, jeżeli współwystępują z innymi zaburzeniami rozwoju, przede wszystkim z wadliwą koordynacją wzrokowo-ruchową, zaburzeniami orientacji przestrzennej. Jako rodzice dążmy do tego, by dziecko chętnie uczestniczyło w

lekcjach wychowania fizycznego, motywujemy dziecko do uprawiania sportu, nauki pływania.

Przykłady ćwiczeń usprawniających motorykę dłoni (podnoszących poziom graficzny pisma):

1. Ćwiczenia rozmachowe: „rysowanie” w powietrzu dużych kształtów
2. Lepienie z plasteliny, wydzieranki, wycinanki.
3. Oburęczne malowanie dużych kształtów, np. kół.
4. Ugniatanie kół i małych kulek z gazet, bibułki.
5. Ugniatanie w dłoniach małych gumowych piłeczek.
6. Naśladowanie gry na fortepianie jedną ręką i obiema rękami.
7. Ćwiczenia palców: otwieranie i zamykanie dłoni.
8. Masowanie dłoni i ramion.
9. Przed pisaniem moczenie dłoni w ciepłej wodzie.
10. Korzystanie z nakładek na ołówki, długopisy.
11. Kolorowanie płaszczyzn w książeczkach z obrazkami.
12. Kalkowanie.
13. Pisanie po śladzie.
14. Pisanie ciągu liter bez oderwania ręki, rysowanie „leniwej” ósemki.

Ćwiczenia usprawniające funkcje ruchowe znajdą Państwo w następujących publikacjach:

1. Ćwiczenia grafomotorycznej przygotowujące do nauki pisania wg Tymichowej dla kl.0-3 - M. Bogdanowicz
2. Ćwiczenia w rysowaniu. Zeszyt ćwiczeń 5-7 lat – M. Bogdanowicz
3. Zestaw szablonów do pisania i rysowania.
4. Ćwiczenia rozwijające sprawność ruchową ręki – H. Tymichowa
5. Zeszyt do początkowej nauki pisania – B. Ročławski
6. Ćwiczenia słuŹące doskonaleniu rozwoju ruchowego – Zeszyt nr 5 – E. Chmielewska

Przykłady ćwiczeń usprawniających analizę i syntezę słuchową.

1. Zabawa w rozpoznawanie dŹwięków: co upadło, co przyjechało, czym uderzono?
2. Zabawa w nasłuchiwanie: co się wokół nas dzieje (kto co usłyszał)?
3. Pokaż dziecku obrazek, ułóż kilka prostych zdań, poproś Źeby dziecko po kolei powtarzało zdania, narysowało tyle kresek ile jest zdań.
4. Pokazując dziecku różne przedmioty, wypowiadaj pierwszą część słowa, poproś, Źeby dziecko je kończyło.
5. Segregowanie obrazków wg podanej głoski: na początku, na końcu. Dziecko otrzymuje obrazki, prosimy, Źeby powiedziało, co przedstawiają. Następnie prosimy, Źeby powiedziało, co słyszy na początku, na końcu nazwy – jaki dŹwięk, jaką głoskę słyszysz na początku słowa, na końcu. Ułóż obrazki, które zaczynają się na głoskę np. „d”, a kończą na „a”.
6. Prosimy dziecko aby wybrzmiało głoski w podawanych słowach, policzyło głoski.
7. Prosimy dziecko, aby za pomocą klaskania podzieliło podawane słowa na zgłoski (sylaby).
8. Mówimy zdanie. Prosimy, Źeby dziecko policzyło w nim wyrazy. Możemy pomóc dziecku biorąc pasek papieru i rozcinając go na tyle części , ile jest wyrazów.

9. Mówimy dziecku samogłoskę, np. "a" i prosimy, żeby z nią utworzyło sylabę / ze słuchu/łącząc ją z podanymi spółgłoskami m-a: mai t-a: ta.
10. Mówimy głoski i prosimy dziecko, żeby powiedział, jakie tworzą słowo, np. A-d-a-m, jakie to słowo?
11. Mówimy sylaby i prosimy dziecko, żeby powiedział, jakie tworzą słowo: sa-m o-lot: samolot .
12. Mówimy grupę sylab, prosimy żeby dziecko powiedział, które sylaby się powtarzają, np. ba Ga da ba, la fa da la.

Ćwiczenia usprawniające percepcję słuchową znajdują Państwo w publikacjach:

- Ćwiczenia służące doskonaleniu wymowy, Zeszyt nr 1, E. Chmielewska.
- Ćwiczenia służące doskonaleniu percepcji słuchowej, Zeszyt nr 3, E. Chmielewska,
- Jeszcze potrenujemy. Ćwiczenia w zakresie wzrokowo – słuchowym, B. Zakrzewska,
- Głoska a litera. Ćwiczenia dla dziecka z trudnościami w czytaniu i pisaniu, H. Grzelachowska.
- Co to? Kto to? – Ćwiczenia i zabawy z dźwiękiem (płyta CD- audio + zestaw obrazków). Wyd. Seventh sea.
- „Zwierzaki” – zabawy z obrazem i dźwiękiem, płyta CD – ROM, Wyd. Seventh Sea.