

Jak usprawnić percepcję wzrokową, słuchową, oraz rozwój ruchowy – propozycje ćwiczeń dla dzieci.

Analizator jest narządem, służącym do odbierania bodźców zmysłowych. Zależnie od rodzajów odbieranych bodźców rozróżnia się analizatory: wzrokowy, słuchowy, kinestetyczny, smakowy, węchowy, dotykowy.

Za pośrednictwem analizatorów 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 pisanie. Trudności te można zmniejszyć lub zlikwidować poprzez odpowiednie ćwiczenia korekcyjno-wyrównawcze, które rodzice mogą z powodzeniem przeprowadzać również z dzieckiem w domu.

Warunkiem niezbędnym do opanowania sprawności czytania i pisanie jest pełna sprawność analizatora wzrokowego, słuchowego, kinestetycznego.

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

- **Wskazywanie różnic między obrazkami (czym różnią się te obrazki).**
- **Różne układanki, np.: domina, kolorowe figury geometryczne, puzzle .**
- **Kreślenie kształtów graficznych, powstałych za pomocą kreski łączącej wyznaczone uprzednio punkty.**
- **Dokładne wypełnianie konturów – pokrywanie płaszczyzny farbą lub kredką.**
- **Układanie wzorów z figur geometrycznych. Podajemy dziecku wzór, dziecko odtwarza ten wzór.**
- **Rysowanie konturów wg podanego wzoru – zadaniem dziecka jest pogrubienie istniejącego konturu.**
- **Uzupełnianie niekompletnych figur – dziecko otrzymuje karton z narysowanymi niekompletnymi figurami geometrycznymi oraz wzór tych figur. Zadaniem dziecka jest uzupełnienie figur.**
- **Wyszukiwanie liter i sylab. Dziecko w otrzymanym tekście wyszukuje poznane litery i sylaby, zaznacza je przez zamalowanie np. kolorową kredką.**
- **Wyszukiwanie takich samych wyrazów w tekście. Dziecko otrzymuje na osobnych kartonikach wyrazy, odszukuje je w podanym tekście.**
- **Wykorzystanie rozsypanek wyrazowych. Dziecko otrzymuje na kartonikach pojedyncze wyrazy. Zadaniem dziecka jest ułożenie z podanych wyrazów zdania.**

2. Drugim warunkiem opanowania umiejętności czytania i pisanie 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.

Przykłady ćwiczeń usprawniających analizę i syntezę słuchową:

- **Zabawa w rozpoznawanie dźwięków: co upadło, co przyjechało, czym uderzono?**
- **Podaj kilka prostych zdań i poproś, żeby dziecko powtarzało zdania.**
- **Wskazuj dziecku różne przedmioty, wypowiadaj pierwszą część słowa, poproś, żeby dziecko je kończyło.**
- **Poproś, żeby dziecko powiedziało, co słyszy na początku lub na końcu słowa – jaki dźwięk, jaką głoskę słyszy na początku słowa, a jaką na końcu. Segregowanie obrazków lub wyrazów wg podanej głoski: na początku, na końcu wyrazu. Przykład: ułóż obrazki, które zaczynają się na głoskę np. „d”, a kończą na „a”.**
- **Poproś, aby dziecko wybrzmiało głoski w podawanych słowach, policzyło ilość głosek a za pomocą klaskania podzieliło podawane słowa na sylaby. Może także przeliczyć ilość słów w zdaniu.**
- **Podaj dziecku samogłoskę, np. „a” i poproś żeby z nią utworzyło sylabę (ze słuchu) łącząc ją z podanymi spółgłoskami np.: m-a: ma, t-a: ta itd.**
- **Mów głoski i poproś dziecko, żeby powiedziało, jakie tworzą słowo, np.: z-a-p-a-t-k-i, jakie to słowo?**
- **Mów sylaby i zapytaj dziecko, jakie tworzą słowo: ga – ze – ta, gazeta.**

3.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).

Propozycje ćwiczeń kształtujących prawidłową orientację przestrzenną:

- **Układanie różnych przedmiotów np. zabawek, w różnych miejscach w stosunku np.: do stołu, do okna itp. Poproś dziecko, żeby określiło położenie przedmiotu: po lewej stronie stołu, po prawej, nad, pod, przed, pomiędzy.**
- **Rysujemy linie pionowe, poziome na kartce, dziecko układa np. wycięte, kolorowe kółka zgodnie z twoimi poleceniami: po lewej stronie linii, po prawej, w dolnej, górnej części, nad, pod linią.**
- **Rysowanie figur pod dyktando: rysunek zaczynamy od kolorowej kropki. Prowadź ołówek np. 3 kratki wyżej, 1 kratkę w lewo itd.**
- **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, a zadaniem dziecka jest wskazanie miejsc, na których leżały.

- Odtwarzanie dwu i trójwymiarowych układów przestrzennych na podstawie modeli:

- układanie z zapalek na kartonie figur wg podanego modelu,

- układanie bardziej złożonych konstrukcji z klocków.

- Kreślenie kształtów graficznych w powietrzu. Zakreśl w powietrzu proste figury geometryczne, poproś dziecko o powtórzenie tych ruchów. Zakreśl w powietrzu kształt wybranych liter, poleć dziecku ich odtworzenie, mówiąc: zaczynam od lewej strony.

- Rysowanie z zachowaniem kierunku od lewej do prawej. Pomocą dla dziecka może być zaznaczenie lewej strony kartki L, prawej P.

- Dotykanie lewej i prawej strony ciała dziecka z użyciem określeń: lewa, prawa strona.

- Utrwalanie różnicowania prawej i lewej strony ciała.

Usprawnienie zaburzonych funkcji powinno mieć charakter zabawowy. Należy pamiętać, żeby ćwiczenia nie trwały zbyt długo, by nie zniechęcać do nich dziecka i jednocześnie o tym, by regularnie je przeprowadzać. Pamiętajmy również o chwaleniu dziecka za włożony 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). 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 powinniście dążyć do tego, by dziecko chętnie uczestniczyło w lekcjach wychowania fizycznego.

Przykłady ćwiczeń usprawniających motorykę dłoni, podnoszących poziom graficzny pisma:

- Kolorowanie płaszczyzn w książeczkach z obrazkami.
- Kalkowanie.
- Pisanie po śladzie.
- Ćwiczenia rozmachowe: „rysowanie” w powietrzu dużych kształtów.
- Lepienie z plasteliny, wydzieranki, wycinanki.
- Oburęczne malowanie dużych kształtów, np. kół.
- Ugniatanie kół i małych kulek z gazet, bibułki.
- Ugniatanie w dłoniach małych gumowych piłeczek.
- Naśladowanie gry na fortepianie jedną ręką i obiema rękami.
- Ćwiczenia palców: otwieranie i zamykanie dłoni.
- Masowanie dłoni i ramion.

- **Pisanie ciągu liter bez oderwania ręki, rysowanie „leniwej” ósemki.**

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

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