

CZĘŚĆ III.

Jak pomagać młodszemu dziecku z dysleksją?



1. Kiedy i jak wspomagamy rozwój dziecka?

1.1. Na czym polega „zasada rozwijania skrzydeł”?

Rzecz jasna, rozwój naszego dziecka jest dla nas przedmiotem nieustających przeżyć: radości i dumy, czasem niepokoju lub nawet zmartwienia. Obserwujemy dziecko od pierwszych chwil jego życia i porównujemy z innymi dziećmi oraz z zamieszczonymi w książkach informacjami o tym, co w danym wieku powinno robić, umieć, wiedzieć. W ten sposób możemy się zorientować, czy rozwój naszej pociechy postępuje prawidłowo. Jednak należy mieć na uwadze, że każde dziecko jest indywidualnością, która rozwija się we własnym tempie i rytmie. Dlatego ocenę rozwoju swojego dziecka na tle wspomnianych norm należy formułować z dużą ostrożnością. Należy również porównywać dziecko z jego rówieśnikami. Niemniej ważne jest włączenie działań wspomagających rozwój dziecka i monitorowanie jego rozwoju.

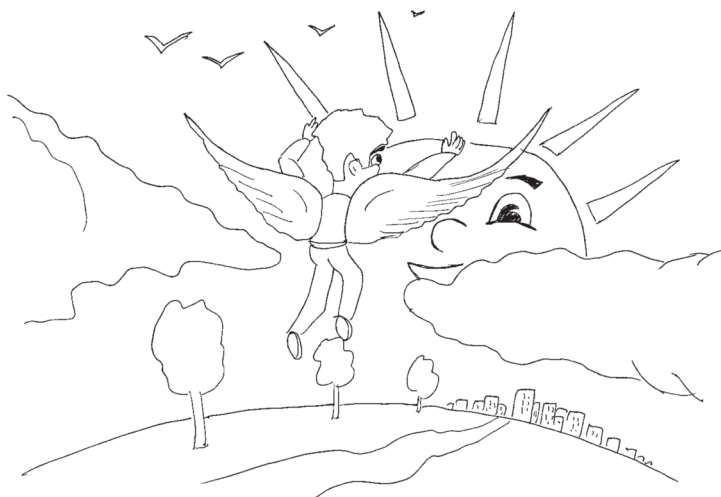
Zazwyczaj rozwój dziecka ocenia się w trzech wymiarach: **tempa** – czyli szybkości rozwoju, **rytmu** – czyli zgodności tempa rozwoju poszczególnych funkcji psychicznych i motorycznych oraz **dynamiki** – czyli stopnia stałości tempa rozwoju (czy były okresy zwolnienia lub przyspieszenia). Jeżeli szybkość rozwoju postępuje zgodnie z oczekiwaniami, mówimy o przeciętnym tempie. Tempo rozwoju może być przyspieszone, co jest powodem zadowolenia, a nawet dumy rodziców, ale może też być zwolnione i wówczas mówimy o jego opóźnieniu. Nie tylko szybkość rozwoju powinna interesować rodziców, istotny jest również jego rytm. Powinniśmy wiedzieć, czy jest to rozwój harmonijny, co oznacza, że wszystkie funkcje rozwijają się równie szybko, czy też nieharmonijny: niektóre funkcje rozwijają się z opóźnieniem, inne zaś w normie lub szybciej niż u rówieśników. Oceniając dynamikę rozwoju, sprawdzamy, czy rozwój przebiega z okresowym przyspieszeniem lub opóźnieniem, czy pojawiają się oznaki cofania się w rozwoju (regresu) lub wybitnego przyspieszenia i nadrobienia zaległości rozwojowych.

Jeśli pojawi się w naszych myślach wątpliwość dotycząca prawidłowości przebiegu rozwoju naszego dziecka w którymkolwiek z tych wymiarów, warto zasięgnąć opinii specjalistów z poradni psychologiczno-pedagogicznej. Na pytanie, kiedy należy zacząć wspierać rozwój dziecka, odpowiedź jest oczywista: od początku jego życia i nieustająco, tylko wtedy bowiem mamy szansę wykorzystać wszystkie jego potencjalne możliwości. Wspomaganie jest niezbędne, gdy rozwój dziecka przebiega w sposób nietypowy lub nieprawidłowy, gdy stwierdzamy zaburzenia tempa rozwoju dziecka (opóźnienie roz-

woju), dynamiki (zwolnienie tempa rozwoju, cofanie się w rozwoju), rytmu rozwoju (nieharmonijny). Rodzicom tych dzieci służy pomocą psychologia wspomagania rozwoju – gałąź psychologii rozwijająca się intensywnie w ostatnich latach.

Objawy nieharmonijnego rozwoju można u dziecka dostrzec już w wieku niemowlęcym – głównie w postaci opóźnienia rozwoju ruchowego, w wieku poniemowlęcym – w formie opóźnienia rozwoju ruchowego i mowy, w wieku przedszkolnym obserwujemy dodatkowo zaburzenia rozwoju funkcji wzrokowo-przestrzennych. W tym okresie mogą to być oznaki ryzyka dysleksji. Wówczas musimy sobie uświadomić, że nieudzielenie dziecku właściwej pomocy spowoduje dużo większe nasilenie objawów dysleksji. Zadamy sobie też trudne pytania: Dlaczego to spotkało właśnie moje dziecko? Jaka jest tego przyczyna? Jak będzie sobie radziło w szkole? Czy będzie mu potrzebna pomoc w nauce i jak długo? Czy będzie mogło swobodnie decydować o wyborze szkoły, zawodu? Jaka będzie przyszłość dziecka?

Nie czekając, że nasze dziecko „samo z tego wyrośnie”, od początku musimy zebrać wszystkie siły i wykazać pełną gotowość do pracy z nim i nad sobą – my też musimy się zmieniać, rozwijać. Będziemy wspólnie z dzieckiem poznawać metody i style uczenia się dzieci z dysleksją, stosować pomysły sprzyjające uczeniu się i zapamiętywaniu, rozwijać mocne strony dziecka, a doskonalić te słabsze. Zadbamy, by dziecko miało do nas zaufanie i wzrastało w pozytywnym przeświadczeniu, że jest zdolne oraz potrafi sobie poradzić z trudnościami i porażkami. Dzięki wsparciu, cierpliwości i wierze, że długoletnia i systematyczna praca przyniesie efekty, nasze dziecko na pewno „rozwinie skrzydła”. Będzie wówczas mogło wznieść się nie tylko po to, by dorównać innym, ale by realizować własne marzenia i osiągać sukcesy, wykorzystując posiadane zdolności i umiejętności.



1.2. Jak się uczą dzieci z dysleksją? Style uczenia się

Metody pracy z dziećmi ryzyka dysleksji i z dysleksją muszą być dostosowane do ich możliwości. Podczas pracy warto stosować następujące zasady:

- Uczenie organizuj metodą „**małych kroków**”: materiał do nauczenia podziel na części (nie za dużo naraz); złożone polecenia podawaj w formie kilku prostych poleceń.
- Ułatwiał dziecku tworzenie **struktur informacyjnych**: pomóż zaklasyfikować nowe wiadomości do odpowiednich kategorii – „szufladek” pamięci; nowe informacje połącz z tym, co jest dziecku znane, nowe czynności włącz do już opanowanych. Wówczas będzie łatwiej się uczyło nowego materiału i coraz bardziej złożonych umiejętności.
- Dbaj, aby dziecko wykonywało **dokładnie i poprawnie** wszelkie polecenia. Przedstawiając mu zadanie do wykonania lub wydając polecenie, nie pomijaj niczego, co może ci się wydawać zbyt oczywiste bądź proste. Sprawdź, czy dziecko dobrze zrozumiało, co ma robić i czego od niego oczekujesz.
- Staraj się zainteresować dziecko tym, czego się uczy. Dobrze, jeśli samo odkrywa, co powinno wiedzieć (np. żeby rozwiązać zadanie).
- Pamiętaj, że uczenie się osób z dysleksją wymaga niezmiernie wielu ćwiczeń, powtórzeń, niekiedy kilkaset razy więcej, niż przeciętnie jest to potrzebne, aby dana wiedza się utrwaliła, a czynności uległy automatyzacji. Niektóre zagadnienia mogą wymagać kilkukrotnego wyjaśnienia oraz zaangażowania różnych kanałów poznawczych. Wielokrotne powtórzenia trzeba stosować w sposób urozmaicony, aby jak najmniej nużyły dziecko. Pamiętaj: „**raz**” **nigdy nie wystarcza**.
- Wytwórz u dziecka **poczucie odpowiedzialności** za wykonaną pracę przez wykształcenie nawyku jej kontrolowania i poprawiania, zanim odda ci do sprawdzenia.
- Staraj się **pracować z dzieckiem twórczo**, w sposób najbardziej niekonwencjonalny, interesujący. Wykorzystaj nowe pomoce, zaskakujące formy uczenia się, na przykład niech uczy się tabliczki mnożenia, skacząc na jednej nodze lub huśtając się w fotelu bujanym. Zachęcaj dziecko, by samo wymyślało i stosowało odpowiadające mu nietypowe metody, jeśli tylko sprzyjają one skutecznemu zapamiętywaniu materiału nauczania.
- Stosuj dużą liczbę **wzmocnień** (pochwał, nagród rzeczowych lub miłych wydarzeń). Niektóre z nich wcześniej ustal jako nagrody i określ zasady ich przyznawania.

1. Kiedy i jak wspomagamy rozwój dziecka?

- Wykorzystuj uczenie **wielozmysłowe** przez zaangażowanie możliwie wszystkich zmysłów, co pozwala na łączenie informacji odebranych wszystkimi drogami (kanałami) zmysłowymi zaangażowanymi w uczeniu się:
 - informacje wizualne – kanałem wizualnym (oczy);
 - informacje słuchowe – kanałem słuchowym (uszy);
 - informacje dotykowe – kanałem dotykowym (ręce, narządy mowy);
 - ruch fizyczny ciała, narządów mowy, ręki podczas pisania, ruchy gałek ocznych podczas czytania – kanałem kinestetycznym (całe ciało).

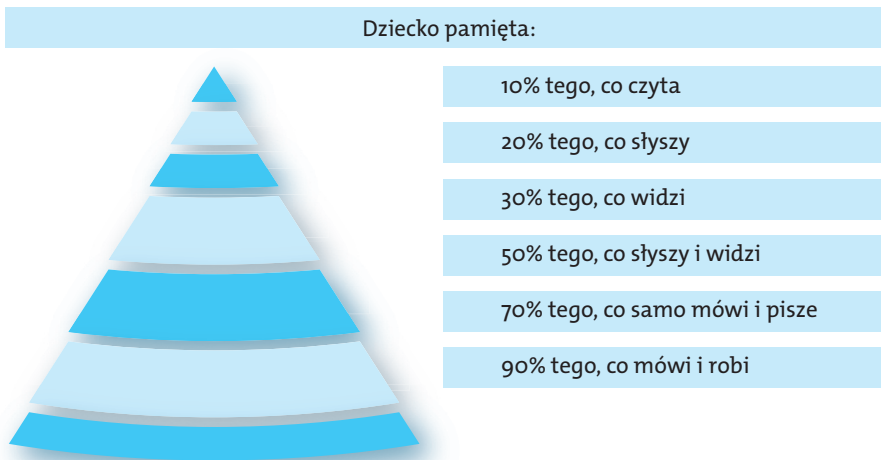


„Uczę się tabliczki mnożenia, tańcząc i rymując” – rysunek uczennicy klasy IV

Jak rozpoznać preferowany styl uczenia się dziecka?

Kluczowym elementem w procesie uczenia się jest pamięć. Każdy człowiek najefektywniej uczy się, a więc zapamiętuje, gdy jest aktywny i angażuje w działanie wszystkie zmysły.

Jak zapamiętuje dziecko?



Schemat zapamiętywania według E. Dale'a

Każde dziecko uczy się nieco inaczej, co dotyczy również preferowanego przez nie stylu uczenia się. Oto cechy zachowania zdaniem niektórych autorów charakterystyczne dla danego stylu.

„Wzrokowiec”



- lubi patrzeć, przyglądać się, oglądać różne rzeczy;
- lubi posługiwać się tabelami, wykresami, schematami;
- preferuje pokazy, prezentacje;
- interesuje się sztuką wizualną;
- lubi pisać, notować, rysować;
- lubi kolorowe otoczenie, rekwizyty;
- dobrze zapamiętuje twarze, kolory, wygląd i szczegóły otoczenia;
- potrzebuje wielu przykładów na tablicy;
- zapamiętuje informacje w postaci obrazów;
- ma dobre wyczucie koloru.

„Słuchowiec”



- lubi rozmawiać, dyskutować;
- lubi słuchać muzyki, muzyka go pobudza;
- zwraca uwagę na jakość słuchanej muzyki;
- lubi słuchać, gdy ktoś mówi;
- lubi opowiadać o czymś, jego wypowiedzi ustne są często długie;
- dobrze zapamiętuje imiona, nazwy własne;
- szybko uczy się ze słuchu wierszyków i rymowanek, melodii;
- potrzebuje wyjaśnień słownych;
- szybko się uczy, przysłuchując się innym lub głośno „przepowiadając” sobie materiał do nauczania.

„Kinestetyk”



- jego nauce zwykle towarzyszy jakiś ruch (pstrykanie długopisem, machanie nogami, huśtanie się na krześle, częsta zmiana pozycji ciała, trzymanie czegoś w dłoniach);
- lubi, gdy czynnościom towarzyszą emocje i ruch;
- dobrze pamięta to, co sam zrobił;
- żywo gestykułuje;
- potrzebuje sposobności do poruszania się;
- szybko się uczy, mówiąc i chodząc lub wykonując czynności;
- ruch na początku zajęć wywołuje jego zainteresowanie i gotowość do nauki;
- potrzebuje większej liczby bodźców dotykowych, lubi dotykać, poruszać przedmioty;
- ma zdolności manualne.

Według naukowców u każdego człowieka zazwyczaj dominuje jeden kanał uczenia się, ale działa w połączeniu z innymi. Warto poznać ten dominujący kanał, by wiedzieć, kiedy nasze dziecko najlepiej przyswaja wiadomości: słuchając, patrząc czy dotykając i poruszając się. W tym celu można przeprowadzić ocenę za pomocą kwestionariusza oraz poniższe ćwiczenie (nie jest to badanie diagnostyczne).

OCENA STYLÓW UCZENIA SIĘ DZIECKA

W tabeli znajdują się pytania, na które należy odpowiedzieć zależnie od zachowania dziecka – zakreślić cyfrę oznaczającą wybraną odpowiedź. Nie ma tu podziału na odpowiedzi dobre i złe.

1 – zdecydowanie nie, 2 – raczej nie, 3 – trudno powiedzieć, 4 – raczej tak, 5 – zdecydowanie tak

1.	Czy przed przystąpieniem do wykonywania zadania dziecko zadaje na jego temat wiele pytań, dyskutuje jego treść lub konsultuje się z wieloma osobami?	1	2	3	4	5
2.	Czy rysunki, obrazki, schematy pomagają mu w nauce?	1	2	3	4	5
3.	Czy lubi robić praktyczne ćwiczenia, eksperymenty?	1	2	3	4	5
4.	Czy gdy uczy się wiersza, mówi go głośno, silnie modulując głos?	1	2	3	4	5
5.	Czy lubi układać puzzle obrazkowe, grać w „memo”? Czy podczas gry pamięta pozycje obrazków?	1	2	3	4	5
6.	Czy woli czytać, siedząc na podłodze zamiast przy biurku, lub woli uczyć się na świeżym powietrzu niż w pomieszczeniu?	1	2	3	4	5
7.	Czy łatwiej mu zapamiętać treść lekcji, wiersza, gdy gestykuje, pokazuje ruchem?	1	2	3	4	5
8.	Czy ucząc się, mówi do siebie?	1	2	3	4	5
9.	Czy dużo zapamiętuje, oglądając filmy i programy w telewizji?	1	2	3	4	5
10.	Czy podczas uczenia się, pracy lubi mieć wokół siebie dużo przestrzeni?	1	2	3	4	5
11.	Czy lubi przygotowywać się do szkoły wspólnie z kolegą lub koleżanką, omawiając zadania?	1	2	3	4	5

Część III. Jak pomagać młodszemu dziecku z dysleksją?

12.	Czy przypominając sobie informacje, „widzi” miejsce na stronie, gdzie były one zapisane?	1	2	3	4	5
13.	Czy najlepiej uczy się, wykonując praktyczne zadania, manipulując?	1	2	3	4	5
14.	Czy ucząc się z książki, lubi robić krótkie notatki na marginesie lub na kartce?	1	2	3	4	5
15.	Czy lubi grać w gry komputerowe?	1	2	3	4	5
16.	Czy szybciej uczy się tabliczki mnożenia, wiersza, huśtając się w fotelu, chodząc po pokoju?	1	2	3	4	5
17.	Czy często podkreśla ważne zdania w tekście, lubi używać kolorowych podkreślaczy?	1	2	3	4	5
18.	Czy dobrze zapamiętuje informacje podane przez telefon?	1	2	3	4	5
19.	Czy lepiej zapamiętuje, gdy narysuje schemat, wykres, mapę myśli, wpisze dane do tabelki?	1	2	3	4	5
20.	Czy lubi uczyć się, głośno czytając lub wypowiadając zapamiętane informacje?	1	2	3	4	5
21.	Czy najlepiej się uczy, oglądając eksponaty w muzeum historycznym, jarzyny na targu, kwiaty w ogrodzie, odwiedzając różne miejsca?	1	2	3	4	5
22.	Czy szybko uczy się piosenek?	1	2	3	4	5
23.	Czy najlepiej uczy się, manipulując, sklejjąc, budując modele, makiety?	1	2	3	4	5
24.	Czy podczas zapamiętywania jakiegoś kształtu wodzi po nim (lub nad nim) palcem?	1	2	3	4	5
25.	Czy wychodząc z lekcji, niemal wszystko pamięta?	1	2	3	4	5
26.	Czy łatwo zapamiętuje listy, spisy, wykazy?	1	2	3	4	5
27.	Czy często zmienia zdanie pod wpływem dyskusji z kolegą?	1	2	3	4	5

Średnie oceny (sumę punktów za odpowiedzi do wskazanych pytań należy podzielić przez liczbę pytań i zaokrąglić do całości):

Wzrokowy styl uczenia się – sumuj punkty za odpowiedzi do pytań: 2, 5, 9, 12, 15, 17, 19, 21, 26. Średnia: ...

Słuchowy styl uczenia się – sumuj punkty za odpowiedzi do pytań: 1, 4, 8, 11, 18, 20, 22, 25, 27. Średnia: ...

Ruchowy (dotykowo-kinestetyczny) styl uczenia się – sumuj punkty za odpowiedzi do pytań: 3, 6, 7, 10, 13, 14, 16, 23, 24. Średnia: ...

Po obliczeniu średnich ocen zakreślowujemy pole do poziomu uzyskanej średniej (liczbowy odpowiednik w ostatniej kolumnie).

STYLE UCZENIA SIĘ MOJEGO DZIECKA – PROFIL

Średni wynik	Wzrokowy	Słuchowy	Ruchowy
1			
2			
3			
4			
5			

Przykładowe wyniki przedstawione w formie diagramu

Przeanalizowanie wyników na powyższym przykładowym diagramie pozwala stwierdzić, w jakim stopniu nasze dziecko używa każdego ze stylów, który z nich jest dominujący (tu – styl ruchowy i wzrokowy). Powinno to dać wskazówki rodzicom, jak pracować z dzieckiem podczas odrabiania zadań.

Jeśli mamy starsze dziecko (powyżej 10 roku życia), możemy poprosić, by samo odpowiedziało na pytania z tabeli. Ciekawe będzie porównanie wyników kwestionariusza, a więc naszej wiedzy o dziecku, i jego samowiedzy. W jakim zakresie i w jakim stopniu okażą się zbieżne?

Bardzo ważne jest, aby dziecko było świadome warunków, które zapewniają mu skuteczne uczenie się. I nie chodzi tylko o to, aby je sobie uświadomiło, ale również poeksperymentowało i spróbowało innych wariantów. Być może skuteczniejsze okaże się na przykład ściszenie muzyki podczas odrabiania lekcji lub zastąpienie muzyki współczesnej utworami Mozarta?

Poniżej znajduje się rodzaj ankiety dla starszego ucznia, aby zastanowił się nad tym, jak uczy się najwydajniej.

Katalog pomysłów ułatwiających zapamiętywanie. Jak najlepiej zapamiętuję?

1. Przeczytaj „Katalog pomysłów ułatwiających zapamiętywanie”.
2. W wolnych miejscach dopisz własne pomysły, które są twoim zdaniem ważne, a zostały pominięte.
3. Wybierz 5 propozycji, które uważasz za najważniejsze dla siebie, i podkreśl je.
4. Przepisz te propozycje w kolejności od 1 do 5, przy czym 1 jest najważniejszą propozycją, a 5 – najmniej ważną.

KATALOG POMYSŁÓW UŁATWIAJĄCYCH ZAPAMIĘTYWANIE

Szybciej i lepiej zapamiętuję, gdy:

- widzę rysunki i obrazki oraz ich miejsce na stronie;
- podkreślam ważne zdania w tekście;
- przepisuję coś lub notuję na marginesie książki;
- nauczyciel mówi i opowiada;
- na lekcji są konkretne rekwizyty;
- sam kilka razy coś przećwiczę;
- napiszę coś na tablicy;
- w klasie jest miła atmosfera;
- pani czyta albo słucham, jak koledzy powtarzają na głos materiał z lekcji;
- robię coś wspólnie z kolegami;
- słucham muzyki;
- dotykam czego;
- pracuję z tekstem, który mam zapamiętać;
- są pomoce, które mogę zobaczyć (np. film, eksponat, rysunek);
- są pokazy i demonstracje;
- mogę dyskutować;
- mogę zadawać pytania i odpowiadać;
- odgrywam rolę na podstawie tekstu do zapamiętania;
- jest cisza;
- mogę powtarzać coś głośno, śpiewać, skandować, rapować i chodzić;
- mogę powtarzać coś, będąc w ruchu;

-
-

1. Kiedy i jak wspomagamy rozwój dziecka?

Najlepiej zapamiętuję, gdy:

-
-
-
-
-



Rozpoznaj, jaki styl uczenia się preferuje twoje dziecko (na podstawie powyżej zamieszczonych informacji i metod). A jaki jest twój styl uczenia się?

2. Księga porad, jak pomagać młodszemu dziecku

2.1. Co pomaga dziecku w nauce?

W procesie uczenia się bardzo ważne jest wytworzenie odpowiedniej atmosfery do nauki. Powinniśmy przy tym uwzględnić **styl uczenia się** dziecka. Dziecko preferujące kinestetyczny styl uczenia się zareaguje gotowością do pracy, gdy zajęcia rozpocznie ćwiczeniem ruchowym. Na wprowadzenie miłej atmosfery najlepsza jest muzyka, co z pewnością zmobilizuje słuchowców. Wzrokowiec zrozumie trudne zagadnienie, gdy zacznie rysować schematy, mapy skojarzeń lub przejrzy materiały do nauki.

Jak uwzględniać styl uczenia się dziecka w procesie uczenia?

Dla ucznia preferującego **kinestetyczny styl uczenia się** korzystne jest, gdy:

- Naukę rozpoczyna od ćwiczeń ruchowych. Można wybrać kilka ćwiczeń, na przykład pompki, aerobik lub kroki taneczne.
- Podczas uczenia się wykonuje jakiś ruch, na przykład chodzi po pokoju, gestykułuje, ilustrując treść zapamiętywanego tekstu, dyryguje, klaszcze, a nawet rapuje lub tańczy.
- Powtarza sobie w myślach materiał do nauczania podczas jazdy na rowerze lub spaceru.
- Odgrywa scenki, w których użyje tekstu do nauczania.
- Łatwiej zapamięta materiał z nauk ścisłych, jeśli dotknie modeli i urządzeń lub wykona doświadczenie.
- Czytając, niech robi notatki, na marginesach zapisuje ołówkiem hasła informujące o treści.
- W czasie przerw relaksacyjnych stosuje ćwiczenia gimnastyczne. Młodszym dzieciom możemy zrobić „dziecięce masażyki” w opracowaniu M. Bogdanowicz¹, jak: „Tu płynie rzeczka”, „Dzik”, „Pisze pani na maszynie”, „Idzie rak” i inne.
- Rozwijają zainteresowania związane ze sportem i ruchem, na przykład taniec, pływanie.

Dla ucznia preferującego **słuchowy styl uczenia się**:

- Naukę rozpoczyna od wysłuchania relaksującego utworu muzycznego (polecane są utwory barokowe, zwłaszcza muzyka Mozarta).

¹ M. Bogdanowicz (2003) *Przytulanki, czyli wierszyki na dziecięce masażyki*.

- Materiał do nauczania nagrywa na kasetę i odtwarza wielokrotnie.
- Na głos opowiada to, czego się nauczył, opanował pamięciowo.
- Rozwija zainteresowania związane z muzyką i piosenką, wymyśla własne utwory.
- Powtarza materiał, śpiewając piosenki, rapując.
- Relaksuje się przy muzyce.

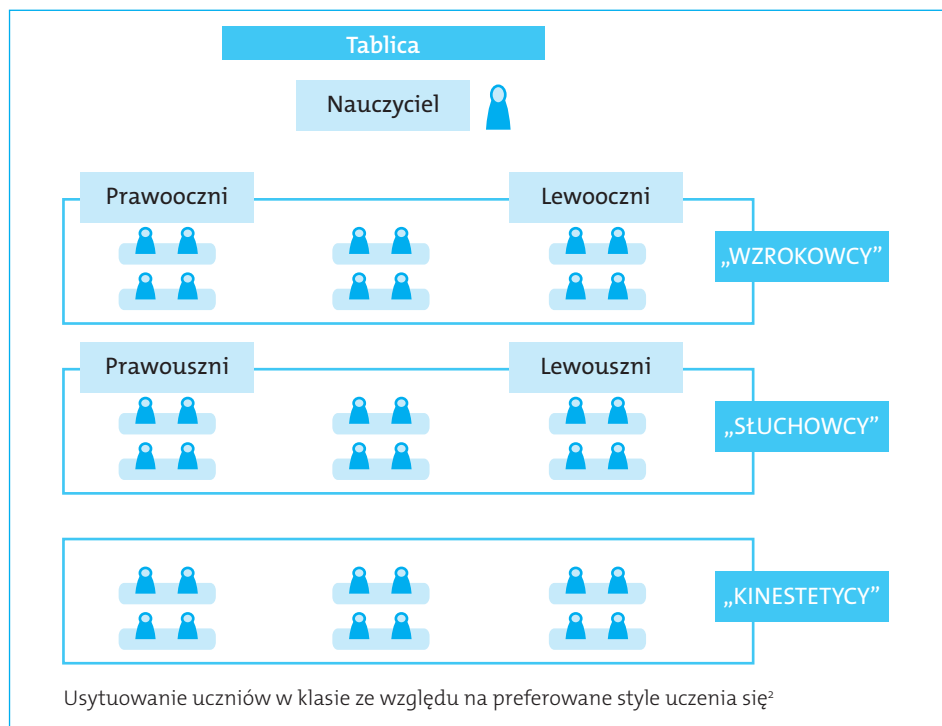
Dla ucznia preferującego **wzrokowy styl uczenia się**:

- Naukę rozpoczyna od patrzenia w dal, na zieleń.
- Korzysta z rysunków, ilustracji, obrazów, filmów.
- W widocznych miejscach wiszą plansze, arkusze z rysunkami i z informacjami.
- Powtarza i utrwała materiał przez rysowanie map myśli, zestawów skojarzeń, schematów, wykresów.
- Podkreśla na kolorowo ważne elementy do zapamiętania. Rysuje wokół nich pętle, kółka, ramki.
- Czytając, niech robi notatki, na marginesach zapisuje ołówkiem hasła informujące o treści.
- W przerwach na relaks lub na początku nauki wykonuje ćwiczenia zaczerpnięte m.in. z książki „Dziecko opóźnione w nauce szkolnej” N. C. Kepharta, jak „leniwe ósemki”, ćwiczenia polegające na wykonywaniu ruchów naprzemiennych oraz proste ćwiczenia z kinezylogii edukacyjnej Denisona. Unikamy ćwiczeń bardziej złożonych (np. równoważenia, masowania punktów).

Każde dziecko, a szczególnie uczeń z dysleksją, potrzebuje dobrze **zorganizowanego środowiska zewnętrznego**. Uporządkowane otoczenie to ważny element w życiu i nauce. Pracujący z dzieckiem z dysleksją rodzice czy nauczyciele muszą wiedzieć, że na naukę dziecka wpływa rozkład dnia. Przyzwyczajenie dziecka do pewnego rytmu sprzyja koncentracji uwagi na zadaniach umysłowych i osiągnięciu odpowiedniego poziomu energii potrzebnej do wykonania określonej czynności.

Uczeń powinien zajmować w sali lekcyjnej miejsce, które pozwoli mu najlepiej przyswajać informacje i umiejętności zależnie od preferowanego stylu uczenia się. Warto poprosić nauczyciela, aby przesadził dziecko w odpowiednie miejsce.

Część III. Jak pomagać młodszemu dziecku z dysleksją?



Jak dobrze zorganizować otoczenie dziecka?

1. Wdrażamy porządek i stały rozkład dnia (ta sama pora wstawania, spożywania posiłków, wykonywania obowiązków, kładzenia się spać). Dziecko daje to poczucie spokoju i ładu. Jego organizm, zwłaszcza układ nerwowy, ma czas na regenerację.
2. Planujemy z wyprzedzeniem wszystkie sprawy dodatkowe (poza rozkładem dnia), w których dziecko będzie uczestniczyć.
3. Dyskretnie przypominamy dziecku o jego obowiązkach.
4. Dajemy dziecku czas na odpoczynek po szkole, lecz odrabianie lekcji powinno się odbywać po niezbyt długiej przerwie. Tuż przed rozpoczęciem pracy niech wykona kilka ćwiczeń ruchowych przy muzyce.
5. Stwarzamy dziecku warunki do dobrej koncentracji uwagi podczas odrabiania lekcji. Trzeba ograniczyć silne bodźce, czyli unikać głośnej muzyki, włączonego telewizora, radia, głośnego rozmawiania itp. Wokół stołu do odrabiania lekcji nie eksponujemy obrazków, maskotek, zabawek, by nie rozpraszać dziecka.

² Na podstawie: *Kinezylogia edukacyjna – wsparcie dla uczniów o specjalnych potrzebach edukacyjnych. Nauka i praktyka radosnego uczenia się*, Masgutowa S., Brejnak W. (red.), „Biuletyn Informacyjny PTD” nr 21, Warszawa 2002.

6. Trzeba ograniczać dziecku oglądanie telewizji i granie w gry komputerowe. Zajęcia te powinny się odbywać we wcześniej zaplanowanym czasie i być traktowane jako nagroda (dozowana w ścisłych granicach czasowych). W zamian bardzo wskazane jest wyjście z dzieckiem na spacer lub systematyczne uczęszczanie na zajęcia sportowe, plastyczne, taneczne, chór.
7. Dostosowujemy tempo nauki do możliwości psychofizycznych dziecka.
8. Zapewniamy dziecku miłe i spokojne miejsce do odpoczynku i zabawy.
9. Rozbudzamy w dziecku zainteresowania.
10. Dbamy o prawidłową dietę, bogatą w białko i wysoko nienasycone kwasy tłuszczowe (ryby, owoce morza, tran, witamina A+E, Omega 3).
11. Pilnujemy, aby dziecko, przystępując do nauki, nie było głodne ani spragnione (dorosły człowiek powinien wypijać dziennie do 2 litrów wody).
12. Uczymy dziecko relaksacji.

Każde dziecko ma indywidualne **potrzeby emocjonalne**, które wpływają na przebieg uczenia się i odgrywają rolę w pamięciowym przyswajaniu wiedzy. Emocje mogą zakłócać proces uczenia się lub mu sprzyjać. Równowagę emocjonalną przywracają ćwiczenia relaksacyjne, które działają rozluźniająco, wprawiają dziecko w dobry nastrój oraz przywracają gotowość do nauki. Stanowią przeciwwagę dla napięcia towarzyszącego nauce, dostarczając wielu przyjemnych i radosnych wrażeń. Przerwa relaksacyjna w trakcie wysiłku intelektualnego może polegać choćby na wykonaniu kilku ćwiczeń ruchowych i napięciu się wody mineralnej.

Ćwiczenia podnoszące energię można stosować dla ożywienia, gdy maleje zainteresowanie, natomiast ćwiczenia wyciszające proponuje się w celu osiągnięcia dużej koncentracji uwagi. Ćwiczeniom powinna towarzyszyć odpowiednio dobrana muzyka (zwykle spokojna).

Psychologowie muzyki odkryli, że utwory barokowe pozwalają zharmonizować funkcjonowanie ciała i umysłu. Wspomagają także osiągnięcie idealnego stanu sprzyjającego uczeniu się – pozwalają wyciszyć emocje i silniej utrwalić w pamięci zapamiętywane informacje. Przy muzyce dziecko powinno nauczyć się uspokajać i osiągać stan koncentracji.

Zdolność uczenia się dziecka zależy także od jego **poczucia bezpieczeństwa** w relacji z innymi osobami. Są dzieci, które preferują naukę w towarzystwie rówieśników i niechętnie uczestniczą w indywidualnych zajęciach (narzekają wtedy np. na nudę). Lubią uczestniczyć w zajęciach grupowych, we wspólnej zabawie i grach z rówieśnikami. Odpowiada im sytuacja, w której inni robią to samo. Inne dzieci z kolei mogą niechętnie brać udział w pracy grupowej, gdyż

zdecydowanie lepiej się czują w indywidualnej relacji z dorosłym, gdy jest więcej spokoju, ciszy, nie występuje element rywalizacji i porównywania efektów pracy. Warto ten aspekt uwzględnić w pracy terapeutycznej.



Przemyśl, w jakiej grupie znajduje się twoje dziecko.
Co pomaga twojemu dziecku w nauce?

2.2. Jeden dzień z życia naszego dziecka

Dzieci z dysleksją (ryzykiem dysleksji) często potrzebują naszej pomocy w zwykłych, codziennych sytuacjach. Czasem wystarczy udzielenie wsparcia na początku trudnej czynności, by dziecko dalej wykonywało ją samo. Poniżej przedstawiamy najbardziej typowe „krytyczne” momenty dnia wraz z poradą, jak postępować.

RANO

Budzenie się

Dziecko: Często nie budzi się samo, obudzone zaś jest niewyspane, ponieważ do późna w nocy odrabiało prace domowe.



Ty: Wymyśl miłą lub wesołą formę budzenia, na przykład zaśpiewaj piosenkę Panie Janie, wstawiając imię dziecka zamiast imienia „Jan”, lub połaskocz dziecko łapką ulubionej maskotki. Jeśli jest to małpka, możesz powiedzieć wesoły wierszyk Jana Brzechwy o małpkach w zoo. Co jakiś czas ponawiaj łąskotanie. Pocałuj dziecko na powitanie. Włącz piosenkę.

Mycie, ubieranie, jedzenie

Dziecko: nie lubi wykonywać tych czynności, ponieważ są dla niego trudne, zajmują mu wiele czasu i nie najlepiej się udają.

Ty: Pomagaj tylko tyle, ile jest konieczne, a więc wycofuj się z pomocy w pierwszym momencie, w którym czujesz, że dziecko potrafi kontynuować czynność i może ją samo dokończyć. Nigdy go nie wyręczaj. Postępuj zgodnie z dewizą Marii Montessori: „Pomóż mi to zrobić samodzielnie”.

Dziecko: Często interesuje się zupełnie innymi sprawami niż zlecone zadania, na przykład zamiast się myć, przygląda się kroplom wody spadającym z kranu.

Ty: Spokojnie poproś, aby dziecko powiedziało, co teraz ma zrobić. Poinformuj je, że czeka na nie ulubiona kanapka (lub inna przyjemność).

Wychodzenie do szkoły

Dziecko: Często rozstaje się z nami niechętnie i z lękiem przed trudnościami czekającymi w szkole.

Ty: Zapewnij je o swojej miłości, bez względu na to, jaką ocenę przyniesie ze szkoły. Powiedz: „Wiem, że wczoraj dużo pracowałeś, żeby dobrze napisać klasówkę. Dajesz z siebie wszystko, jestem z Ciebie dumna. Powinna Ci dobrze wypaść dzisiejsza klasówka. Jeżeli teraz się nie powiedzie, to popracujemy znowu i następnym razem damy sobie radę. Bądź dobrej myśli”. Na pożegnanie zawsze przytul lub ucałuj dziecko.

Dziecko: Nie chce iść do szkoły, symuluje chorobę.

Ty: Sprawdź, czy dziecko ma temperaturę, obejrzyj gardło. Jeśli podejrzewasz „ucieczkę w chorobę”, powiedz, że nie widzisz niepokojących symptomów. Dowiedz się, jakie są przyczyny lęku dziecka przed szkołą; często jest to brak zadania domowego i nieprzygotowanie się do klasówki. Zaproponuj wówczas racjonalne rozwiązanie, na przykład list do nauczyciela, że brakującą lekcję dziecko odrobi i odda następnego dnia. Dziecko musi jednak koniecznie pójść do szkoły (pozostawienie w domu skutecznie utrwala skłonność do symulacji choroby).

POPOŁUDNIE

Powrót ze szkoły

Dziecko: Ma ogromną potrzebę opowiedzenia tego, co się zdarzyło w szkole. Szczególnie, gdy mu się nie powiodło, czuje się pokrzywdzone, niesprawiedliwie potraktowane itp.

Ty: Wysłuchaj je bez względu na to, jak bardzo się spieszysz. Czasem dwa – trzy zdania wypowiedziane przez dziecko przyniosą mu ulgę, uśmierzą jego przykre odczucia. Ty zaś będziesz mieć jedyną okazję, aby się dowiedzieć, co trapi dziecko. Jeśli masz czas, stwórz warunki do tego, aby mogło wszystko opowiedzieć i pozbyć się przy tej okazji negatywnych emocji, odreagować napięcia. To jest zdecydowanie ważniejsze niż zjedzenie obiadu, zawsze można go odgrzać ponownie. Jeśli powiesz dziecku: „Najpierw zjedz zupę, a potem mi opowiesz”, nie dziw się, że po jej zjedzeniu nie będzie już skłonne do zwierzeń. Pamiętaj, że proponowane przez rodziców racjonalne rozwiązania nie muszą być najlepiej odbierane przez dziecko, bo ma ono inną hierarchię war-

tości. Jeśli bardzo się spieszysz, poinformuj je o tym: „Opowiedz mi o tym krótko, bo za 5 minut muszę wyjść. Gdy wrócę, dłużej sobie pogadamy”.

Dziecko: Jest przygnębione, nic nie mówi, lecz domyślamy się, że mu się w szkole nie powiodło.

Ty: Zapewnij dziecko o swojej akceptacji, miłości. Powiedz, że martwi cię jego smutna mina i łatwiej będzie coś poradzić na te kłopoty, gdy się nad nimi razem zastanowicie.

Odrabianie zadań domowych

Dziecko: Odmawia odrobienia lekcji zaraz po powrocie ze szkoły, bo jest zmęczone i nie chce wracać do trudnych i nieprzyjemnych zadań.

Ty: Pozwól dziecku odpocząć, niech wyjdzie na godzinę (nie dłużej) do ogrodu, na podwórko lub do kolegi.

Dziecko: Bardzo długo odrabia lekcje, ponieważ nie skupia uwagi na zadaniu, robi inne rzeczy.

Ty: Wspólnie z dzieckiem podziel zadania na małe „porcje”. Wyznacz krótkie odcinki czasowe do ich wykonania (nastaw stoper, zegarek), po których będziesz wkraczać i kontrolować postępy. Ustal nagrodę po wykonaniu kilku „porcji”, na przykład oglądanie bajki przez 10 minut.

Dziecko: Nie pamięta, co było zadane, lub mówi, że nie ma żadnych zadań. Podejrzewasz, że kłamie.

Ty: Sprawdź, co było zadane (np. zadzwoń do kolegi dziecka). Jeżeli taka sytuacja zdarza się często, ustal z nauczycielką, żeby codziennie sprawdzała, czy dziecko zapisało zadanie domowe. Ty będziesz podpisywać wykonaną lekcję.

Dziecko: Nie chce odrabiać lekcji, ponieważ twierdzi, że nie potrafi.

Ty: Sprawdź, co umie, a czego nie. Niech wykona wszystko, na co go stać. Zbyt trudne fragmenty wyjaśnij dziecku lub wykonajcie je wspólnie. Natychmiast wyłączaj się z pomocy, gdy dziecko zaczyna sobie radzić na danym etapie realizacji zadania. Podziel dziecku materiał na mniejsze „porcje”. Pozostawaj z nim w kontakcie i po zakończeniu każdej „porcji” nagradzaj je pochwałą lub ulubioną formą aktywności (gra komputerowa – do 10 minut). Jeśli widzimy, że dziecko znów ma trudności, ponownie obniża się jego koncentracja, na krótko włączamy się do jego pracy.

Czytanie lektur

Dziecko: Nie chce czytać lektury wyznaczonej przez nauczyciela jako zadanie domowe.

Ty: Czytaj razem z dzieckiem z wykorzystaniem techniki: „czytanie w parach”, czyli chórem, „czytanie na raty”, czyli na zmianę (zob. s. 131–132). Czę-

sto przerywaj czytanie, by porozmawiać z dzieckiem o tym, co widzi na ilustracji i co usłyszało, proś o wyrażenie opinii, przedyskutuj z nim różne problemy wynikające z przeczytanego tekstu. Z kilku proponowanych nagród za „dobre słuchanie” dziecko może sobie wybrać jedną (np. oglądanie bajki przez 10 minut).

Sprawdzanie zeszytu

Dziecko: Zapomina uzupełnić zadanie niedokończone na lekcji lub wykonać pracę domową, popełnia błędy w rozwiązaniach, błędy w pisowni wyrazów.

Ty: Codziennie sprawdzaj zeszyty dziecka i pilnuj, aby poprawiało błędy w następujący sposób:

- Na marginesie zeszytu napisz ołówkiem, ile błędów znajduje się w danej linijce.
- Dzięki tej wskazówce dziecko sprawdza tylko te linijki, w których są błędy, a więc nie jest to zbyt żmudna praca, która często zniechęca dzieci do kontrolowania napisanego tekstu. Dziecko powinno we wskazanej linijce samo wykryć błędy (ma do dyspozycji słowniczek ortograficzny, który zawsze znajduje się na jego biurku).
- Dziecko poprawia dostrzeżone błędy (poprawa czasem musi się odbyć z twoją pomocą, lecz nie może być wykonana przez ciebie) oraz podaje zasadę, która rządzi pisownią danego wyrazu.
- Elementem poprawy jest wykonanie ćwiczenia, które ma utrwalić poprawną pisownię wyrazu. Można więc zlecić dziecku wykonanie ćwiczenia z zeszytów np. *Ortograffiti* (zob. s. 202–203) lub wykonanie ćwiczeń opartych na uczeniu się wielozmysłowym z wykorzystaniem „Kart ortomagicznych” (zob. s. 141–142).
- Po poprawieniu błędów przez dziecko sprawdź tekst i koniecznie wymaż zapisy na marginesie.
- Dziecko zasługuje na nagrodzenie za wykonanie poprawy, choćby tylko pochwałą słowną.

Utrwalanie poprawnej pisowni

Dziecko: Popełnia błędy podczas pisania.

Ty: Pracuj z dzieckiem nad utrwaleniem poprawnej pisowni metodami, które należy dostosować do słabych i mocnych stron dziecka, uwzględniając jego specjalne potrzeby edukacyjne, na przykład: „Dyktando w 10 punktach” (Bogdanowicz 2004, zob. s. 138–139) oraz ćwiczenia z zeszytów np. *Ortograffiti* (zob. s. 202–203), „Karty ortomagiczne” (zob. s. 141–142), gra komputerowa „Ortofrajda”.

Tornister, plecak szkolny

Dziecko: Bardzo często zapomina o zabraniu do szkoły wykonanego zadania, zeszytu, przyborów itp. Ma w tornistrze bałagan, który utrudnia szybkie znalezienie potrzebnych pomocy.

Ty: Dopilnuj codziennego i samodzielnego pakowania tornistra. Sprawdzaj, czy wszystko znajduje się w teczce i czy jest ułożone we właściwym porządku, na przykład ołówki, gumka, temperówka, długopis w piórniku.

Dziecko: Dziecko, pakując tornister, zapomniało o ważnych przyborach.

Ty: Ucz dziecko przewidywania i planowania za pomocą listy potrzebnych pomocy. Razem sporządźcie taką listę. Dopiero po jej sprawdzeniu dziecko pakuje tornister. Następnie należy jego zawartość sprawdzić z listą.

Obowiązki w domu

Dziecko: nie potrafi utrzymać porządku na stole, na półkach regału i w szafie.

Ty: Połowę zabawek dziecka (głównie te, którymi się aktualnie nie bawi) schowaj i co 2–4 miesiące wymieniaj z pozostawionymi w pokoju. Kup prostokątne pojemniki plastikowe (lub koszyki) i ustaw je na półkach, oznaczając z przodu kartką z nazwą lub obrazkiem symbolizującym zawartość (np. czyste kartki, koszulki, koperty, kredki i mazaki, kolorowy papier, obrazki, maskotki, samochody, klocki, lalki itp.). Wspólnie z dzieckiem, stając się dla niego modelem, wykonaj jedno sprzątnięcie: włóż zabawki i pomoce do odpowiednich pojemników, wyznaczając ich stałe miejsce. W ciągu kilku następnych dni codziennie asystuj dziecku przy sprzątnięciu, wspierając je słownie i jeśli potrzeba, włączając się na krótkie okresy do sprzątnięcia. Nagradzaj dziecko po zakończeniu pracy.

Dziecko: Stale zapomina o wykonaniu zadania, na przykład o wyniesieniu śmieci.

Ty: Jeśli nie pomaga przypomnienie ustne, bez słowa wstaw dziecku pojemnik ze śmieciami do jego pokoju.

WIECZÓR**Czytanie „na dobranoc”**

Dziecko: Nie interesuje się książką, słuchaniem czytanego tekstu, ma trudności ze skupieniem uwagi na czytany przez siebie tekście i ze zrozumieniem go.

Ty: Codziennie 20 minut przed zaśnięciem czytaj dziecku wybraną przez nie książkę. Ma to być czytanie dla przyjemności, by wyrobić potrzebę kontaktu z książką, nawyk „czytania do poduszki”, a jednocześnie jest to okazja do bycia ze sobą, wspólnej refleksji nad losem bohaterów książki, pośmiania się i przeżywania radości z dobrego zakończenia.

Dziecko: Ociąga się z pójściem spać.

Ty: Pozwól dziecku nie gasić światła przez 20–30 minut, ale tylko pod warunkiem, że w tym czasie będzie czytało książkę (samo lub z twoją pomocą). Na pewno wybierze czytanie. Jeśli będziesz robić to codziennie, po kilku tygodniach dziecko samo cię o to poprosi.



Opisz w formie listy jeden dzień z życia twojego dziecka, podkreślając trudniejsze sytuacje i najskuteczniejsze sposoby, jakie w tych sytuacjach stosujesz. Zaznacz sytuacje, które trzeba jeszcze przemyśleć, aby znaleźć dla nich rozwiązanie.

2.3. Jak pomóc w odrabianiu lekcji?

Odrabianie zadań domowych, nauka własna dziecka powinny być dobrze zaplanowane. Dążymy do tego, by z czasem przekształciły się w „rytuał” domowy, nad którego przebiegiem będzie czuwać samo dziecko. Oto kilka praktycznych wskazówek dotyczących organizacji nauki dziecka w domu:

- Przygotuj spokojny kącik z odpowiednim oświetleniem (rozproszone) i usytuowaniem zależnym od tego, którą ręką posługuje się dziecko (jeśli jest leworęczne, światło powinno padać z prawej strony lub z góry). Wyposaź to miejsce w biurko, tablicę do przyczepiania ważnych informacji, magnetofon, dywanik do relaksacji, wodę do picia.
- Wyznacz stałą godzinę w ciągu dnia na odrabianie lekcji.
- Przygotuj potrzebne przybory i materiały (książki, zeszyty, ołówki, kredki, długopis, linijkę, zakreślacze, klej, spinacze itp.).
- Dobrze wywietrz pokój przed każdym odrabianiem lekcji.
- Wytwórz miłą atmosferę pozbawioną pośpiechu, nerwowości. Dziecko przed odrabianiem pracy domowej powinno być wypoczęte i najedzone. Warto zadbać o dobry nastrój przez wykonanie kilku ćwiczeń ruchowych. Można też włączyć (niezbyt głośno) muzykę relaksacyjną, klasyczną (najlepiej barokową).
- Ustal z dzieckiem, co jest zadane, i przygotuj plan odrabiania zadań uwzględniający przerwy relaksacyjne (odprężają rękę, wzrok).
- Ustal z dzieckiem sposób postępowania, jeśli przygotowanie się do lekcji wymaga dłuższego czasu, na przykład czytania lektur, utrwalania pamięciowego wierszy i piosenek. Zapisz w terminarzu dni tygodnia i godziny, w które dziecko przeznaczy na tę formę nauki, aby zdążyć ją zrealizować w terminie.

- Przed sprawdzianem wiadomości warto zrobić plan powtórki przez wyznaczenie na każdy dzień zagadnień do utrwalenia. Dziecko z dysleksją musi znacznie **częściej i więcej razy powtarzać materiał**, choć często wydaje mu się, że wiadomości już dobrze przyswoiło i sprawnie opanowało umiejętność. Często dotyczy to tabliczki mnożenia, orientacji w kierunkach na mapie, nazw i nazwisk, chronologii wydarzeń. W praktyce zwykle się okazuje, że podczas nowej sytuacji, a jest nią sprawdzian, przyswojone już umiejętności dziecko wykonuje wolniej. Zwykle brakuje mu czasu na wykonanie zadań, ponieważ emocje dezorganizują pracę. Pomocne może być nagrywanie treści do nauczenia, które wielokrotnie można odtwarzać i przesłuchiwać. Nagrywany tekst może czytać dorosły lub dziecko.
- Dziecko z dysleksją czyta przeciętnie znacznie wolniej, zatem w codziennym planie zajęć powinien być uwzględniony również czas na lekturę. Pamiętać należy zarówno o treningu głośnego czytania, jak i czytaniu „dla siebie”, po cichu. Ważne jest, by dziecko robiło to codziennie, także podczas dni wolnych od nauki.
- Przejrzyj pisemne zadania domowe pod względem poprawności ortograficznej i ustal z dzieckiem sposób dokonywania korekty.
- Uzgodnij z nauczycielem, jakie są wymagania i zasady dotyczące pisemnych prac domowych. Jeśli dziecko ma dysgrafię, warto przemyśleć sposób przygotowywania dłuższych form pisemnych. Należy rozważyć, czy powinno prace pisać odręcznie, na przykład tak zwanym pismem korektorskim (bez łączenia liter), drukowanymi literami, czy posługując się komputerem.
- Ustal, jaki sposób uczenia się jest najskuteczniejszy dla dziecka (wykorzystaj wiedzę o stylach uczenia się).
- Udzielaj dziecku pochwał za dobrze wykonaną pracę i włożony wysiłek, by wzmocnić jego poczucie wartości, a jednocześnie podnieść motywację do dalszej nauki.



Zastanów się, jak pomagasz dziecku odrabiać prace domowe. Czy pamiętasz dewizę M. Montessori „Pomóż mi to zrobić samodzielnie”? Pomagaj tylko w tych momentach, gdy twoja pomoc jest niezbędna, wyłączaj się, gdy widzisz, że dziecko potrafi kontynuować wykonywanie zadania.

2.4. Recepty na dobre czytanie

Codzienny trening czytania

Jak wiadomo, czytać można się nauczyć, tylko czytając. Niestety, ta oczywista prawda nie zawsze dociera do rodziców. Dziecko z dysleksją dodatkowo potrzebuje wskazówek, jak usprawnić technikę czytania i jak czytać teksty, aby je zapamiętać i zrozumieć. Powinno być wspomagane, by mogło zdobyć umiejętność porządkowania i korzystania z informacji z różnych źródeł tekstowych.

Trening głośnego czytania wspomaga technikę czytania. Natomiast jeśli dziecko czyta coś dla siebie, zadaną lekturę lub poszukuje informacji, powinno czytać po cichu. Warto je wdrażać do cichego czytania już od klasy I, kiedy poszukuje odpowiedzi w tekście, czyta zadania matematyczne lub polecenia. Starajmy się wpoić dziecku przekonanie, że czytanie i pisanie jest mu potrzebne na co dzień. W tym celu warto wykorzystać wszystkie możliwe codzienne sytuacje, w których przydaje się czytanie i pisanie, na przykład niech czyta mamie przepis kulinarny podczas przygotowywania potrawy, datę ważności produktu, nagłówki w gazecie, program telewizyjny lub niech podpisuje rysunki. Czasami dziecku należy pomóc na etapie przejścia z czytania głośnego do cichego. Można to zrobić w następującej kolejności: najpierw czytanie głośne z naturalną siłą głosu, następnie czytanie szeptem, a potem czytanie wzrokiem z „wyłączonym” głosem (zdarza się, że dziecko, redukując głos, zaczyna lekko kołysać głową, co nie powinno budzić niepokoju rodziców). W początkowej nauce czytania dziecko może sobie pomagać, przesuwając palec pod czytany tekst, umieszczając pod czytany wiersz liniijkę albo stosując specjalną kolorową nakładkę z podkreślnikiem (zob. s. 135–136). Głośne czytanie dla dziecka dyslektycznego jest często udręką, dlatego nie wolno dorosłym okazywać zniecierpliwienia ani złości czy kpiny, nie wolno też zmuszać do głośnego czytania przed klasą (bez wcześniejszego uzgodnienia tego faktu z dzieckiem). Wyrozumiałe podejście na pewno będzie czynnikiem wspomagającym.

Ważne jest, by trening czytania odbywał się codziennie, także podczas dni wolnych od nauki, bowiem przerwy negatywnie wpływają na już opanowane umiejętności. Jeśli dziecko nie czytało podczas wakacji, zawsze następuje pogorszenie i może się okazać się, że wyuczone tempo i technika czytania znacznie się obniżyły.

Głośne czytanie z rodzicem

Codziennie głośne czytanie dziecku od wieku poniemowlęcego do nastoletniego jest zalecane nie tylko w wypadku dysleksji, ale wówczas szczególnie. Nawiązuje do tego rozpowszechniona w szkołach kampania społeczna „Cała Pol-

ska czyta dzieciom”. Głośne czytanie wpływa korzystnie na wszechstronny rozwój dzieci. Wymienić należy przede wszystkim rozwój procesów poznawczych:

- **koncentracji uwagi słuchowej, dowolnej** (a więc kierowanej wolą dziecka) – ćwiczenie zdolności do silnej i długiej koncentracji na bodźcach słuchowych, tak potrzebnej na lekcjach szkolnych;
- **pamięci słuchowej**, dzięki której dziecko potrafi utrzymać w pamięci podane informacje i operować nimi, na przykład analizować je i scalać, odnosić do już znanych faktów, wydobytych z pamięci długoterminowej;
- **funkcji językowych** – wzbogacanie słownika, różnicowanie znaczeń słów, wyrażeń;
- **myślenia pojęciowo-słownego** – dokonywanie operacji umysłowych, takich jak analiza i synteza informacji, porównywanie, tworzenie kategorii, rozumienie i tworzenie pojęć nadrzędnych, rozumienie przenośni, tworzenie sądów, kojarzenie treści, dzięki czemu rozumiemy czytany tekst;
- **wyobraźni**, czyli konstruowania obrazów osób i sytuacji na podstawie treści odebranych podczas słuchania książki.

Wspólne czytanie książki wytwarza między rodzicem i dzieckiem silną więź emocjonalną, która wynika ze wspólnego uczestnictwa w przeżywaniu losów bohaterów. Zdarza się, że razem płacemy i śmiejemy się, odczuwamy grozę i odprężenie. Dzięki wspólnej lekturze możemy oddziaływać wychowawczo, na przykład rozwiązując problemy moralne bohaterów, oceniając ich zachowanie z punktu widzenia nadrzędnych wartości. Lektura może rozbudzać zainteresowania, a także oddziaływać terapeutycznie (tzw. bajkoterapia).

Obowiązkiem rodzica jest poświęcenie dziecku czasu i rozbudzanie zainteresowania książką. Prowadzone obecnie obserwacje uczniów skłaniają do smutnych refleksji, bowiem wiele dzieci w wieku szkolnym nie potrafi skupić się na słuchaniu czytanych im bajek i opowiadań. Wolą oglądać filmy, ponieważ łatwiejsza jest percepcja obiektów, zmieniających się obrazów, niepotrzebna jest do tego uwaga dowolna (wystarczy wrodzona, mimowolna), często nie ma też miejsca na refleksję. Dowodzi to, że wspomniane dzieci nie zostały wdrożone do odbioru literatury. Czy można temu zapobiec? Nie tylko można, ale wręcz trzeba! Czytanie dziecku od wieku niemowlęcego to nie tylko uczenie właściwego kontaktu z książką i jej odbioru oraz przygotowanie do samodzielnego czytania, lecz także profilaktyka dysleksji.

Czytanie może odbywać się w następujący sposób: dorosły czyta tekst, pokazuje obrazki, prosi o pokazanie nazwanych szczegółów na obrazku – to udaje się już w kontakcie z niemowlęciem, które kończy pierwszy rok życia. Przydają się tu ceratowe książeczki do oglądania i manipulowania elementami.

W wieku poniemowlęcym dziecko potrafi nazwać przedmiot wskazany na obrazku, a potem czynność, zgodnie z odczytanymi mu zdaniem spod obrazka, a pod koniec tego okresu odpowiedzieć na pytanie: „Co tu się dzieje?” – interpretuje obrazek na podstawie tego, co widzi i co usłyszało podczas czytania podpisów i krótkich tekstów. W wieku przedszkolnym czytanie z dzieckiem może już się odbywać nie tylko w odwołaniu do obrazka, ale i tekstów zamieszczonych pod nim. Gdy rodzic czyta, pięcioletnie dziecko może wodzić paluszkami i wzrokiem po czytanych wyrazach i rozpoznawać niektóre z nich, na przykład imiona. Od pięcio- i sześciolatków możemy się spodziewać dużego zaangażowania w słuchanie czytanej książki. W Wielkiej Brytanii wiele dzieci nawet czteroipółletnich potrafi czytać techniką globalną, czyli rozpoznając całościowo (jak obrazek) poszczególne wyrazy, a pięciolatki podpisują, z pomocą dorosłego, drukowanymi literami wszystkie swoje obrazki. Dzięki temu stają się świadome, że czytanie i pisanie to pożyteczny sposób na porozumiewanie się z otoczeniem. Rozpoczynając obowiązek szkolny, mają więc motywację do uczenia się czytania i pisania.

Czytanie z dorosłym na zmianę („Czytanie na raty”)³

Propozycja ta może spowodować przełamanie niechęci do czytania oraz pomóc utrzymać kontakt z literaturą. Jest to możliwe dzięki dorosłemu, który daje poczucie bezpieczeństwa (mniejsze dzieci mogą podczas czytania siedzieć



„Czytanie na zmianę” – rysunek uczennicy klasy IV

³ M. Bogdanowicz *Recepty na dobre czytanie i pisanie* w: W. Turewicz (red.) 2000 *Jak pomóc dziecku z dysortografią*.

Część III. Jak pomagać młodszemu dziecku z dysleksją?

na kolanach mamy) i tworzy miłą atmosferę oraz odwołuje się do poczucia humoru dziecka, co jest przyczyną wspólnego przeżywania radości. Technika ta pobudza zainteresowanie treścią książki, motywację dziecka do czytania, prowokuje do aktywnej postawy, na przykład odpowiadania na pytania, komentowania tekstu. Dorosły, czytając na zmianę z dzieckiem, przyspiesza tempo czytania, a więc i rozgrywania się akcji, co podnosi zaniepokojenie jej przebiegiem. Objaśnianie trudnych słów czy wyrażeń ułatwia zrozumienie treści. Dostosowanie długości tekstu czytanego przez dziecko do jego możliwości daje mu okazję do treningu czytania, pozwala uwierzyć, że czytanie na głos może się udać i nie jest takie straszne, a z czasem dostarczy satysfakcji.

Najlepiej ustalić stałą porę czytania („Albo gasimy światło i idziesz spać, albo mamy pół godziny na czytanie, wybieraj...”) oraz czas czytania (**20–30 minut**). Zależnie od wieku dziecka wydłużamy czas czytania, szczególnie czytania samodzielnego.

UCZEŃ MŁODSZY

1. Dziecko czyta na głos – zależnie od możliwości od jednej linijki tekstu do pół strony.
2. Dziecko czyta razem z dorosłym na głos „chórem” – dorosły nieco ciszej; ilość tekstu dwa razy większa (niż w pkt 1).
3. Dorosły czyta dziecku na głos⁴ – ilość tekstu trzy razy większa (niż w pkt 1).
4. Dziecko czyta samo po cichu – ilość tekstu zależy od możliwości.
Powtórka całego cyklu (pkt 1–4).
5. Streszczenie całego przeczytanego tekstu (opowiadanie ustne) lub rozmowa o tekście.

UCZEŃ STARSZY

1. Dziecko czyta na głos – zależnie od możliwości od pół do 1 strony.
2. Dorosły czyta dziecku na głos – trzy razy więcej (niż w pkt 1).
3. Dziecko czyta samo po cichu – cztery razy więcej (niż w pkt 1).
Powtórka całego cyklu (pkt 1–3).
4. Podsumowanie przeczytanego rozdziału w postaci **streszczenia ustnego** (opowiadanie) lub **pisemnego** (w formie planu czy wypracowania); **dyskusja** nad wybranymi problemami.

⁴ Uwaga: dziecko, słuchając, jednocześnie śledzi tekst czytany przez dorosłego w książce (najlepiej mieć drugi egzemplarz lektury). W takiej sytuacji dziecko jest aktywne – czyta tekst po cichu, lecz z większą łatwością. Ilustracje mogą być okazją do rozmowy i inspiracją do narysowania własnych.

Dla urozmaicenia można też uprzednio nagrać odpowiednie fragmenty tekstu na dyktafon, telefon komórkowy, zamiast czytać je „na żywo”. Ma to tę zaletę, że daje okazję do samodzielnej pracy ucznia. W obydwu wypadkach należy czytać w nieco zwolnionym tempie, aby dziecko podczas słuchania nadążało ze śledzeniem tekstu w książce.

Czytanie z wykorzystaniem nagranych tekstów książki: audiobooki – książki mówione

Nagrania książek – tzw. audiobooki – pomagają w przyspieszeniu procesu czytania lektur. Książki mówione można wypożyczać w bibliotekach pedagogicznych, w dużych bibliotekach publicznych i bibliotekach dla osób niewidomych lub zakupić w empikach lub marketach.

Jeżeli rodzice dysponują nagraniami książek, wówczas opisany wcześniej przebieg pracy z tekstem dziecko kontynuuje, słuchając pozostałej części rozdziału z płyty w następujący sposób:

4. Słuchanie tekstu z jednoczesnym czytaniem – śledzeniem go w książce (np. 2–3 strony).
5. Słuchanie tekstu – do końca rozdziału.
6. Podsumowanie przeczytanego i wysłuchanego rozdziału – streszczenie i dyskusja.

Czytanie z rodzicem (Czytanie w parach)

Jeżeli u dziecka występują znaczne trudności w czytaniu, pomoc dorosłego polega na pokazaniu właściwej techniki czytania. Zaleca się wówczas technikę „czytanie w parach”. Powinno się odbywać codziennie (ok. 10 min). Dorosły i dziecko jednocześnie czytają głośno ten sam tekst. Dorosły czyta ściszym głosem, wydłużając wyrazy (jakby śpiewając). Dziecko w tym samym czasie również czyta głośno, starając się nadążyć za dorosłym. Uwaga: czytamy całymi wyrazami, unikając głoskowania i skandowania sylab. Już po kilku razach codziennego treningu technika czytania dziecka ulegać będzie poprawie, a tempo czytania się przyspieszy. Gdy dorosły usłyszy, że dziecko zaczyna czytać pewniej, głośniej, powinien powoli ściszać głos do szeptu i skracać śpiewne wydłużanie wyrazów. Przy pojawieniu się problemów z czytaniem w formie zacięcia, niemożności odczytania wyrazu dorosły ponownie podnosi ton głosu – do czasu, gdy dziecko znowu zacznie względnie płynnie czytać.

Czytanie innym

Czytanie innym (np. babci, młodszemu rodzeństwu) stanowi dla dziecka duże wyzwanie i jest zachętą do czytania. Czytając komuś, dziecko się dowiaduje,

że jest słuchane, potrzebne innym i czuje się przez to dowartościowane. Choć dziecko wie, że dorośli sami potrafią sobie czytać, to przecież może się zdarzyć, że czasami boli ich głowa lub zapodziały się gdzieś okulary, a dziecko pomaga nam na przykład przeczytać wiadomości z internetu, przepis na ciasto lub wesoły wierszyk na poprawę samopoczucia. Natomiast w szkole można zaproponować starszym uczniom, także tym z dysleksją, czytanie bajek młodszemu kolegom⁵.

Dziecko powinno wybrać krótszą baśń lub jej fragmenty i przygotowywać się w ciągu kilku dni przez czytanie na głos (może w tym pomagać dorosły). Czytanie młodszemu pomaga przełamać dziecku z dysleksją strach przed głośnym czytaniem przed publicznością, gdyż maluchy wykazują zainteresowanie starszymi kolegami i chętnie nawiązują z nimi kontakty. Ponadto nie dostrzegają pomyłek w czytaniu, które może popełnić dyslektyczne dziecko. Jeżeli się śmieją, to tylko dlatego, że rozumieją komizm sytuacji, zdarzenia z bajki. Okazują też duże zaciekawienie, co wzmacnia postawę gotowości do czytania dziecka z dysleksją. W przyszłości te młodsze dzieci wezmą wzór ze starszych. Tak oto można wychować czytelników.

Czytanie lektur

Jeżeli uczeń będzie systematycznie postępować według poniższej instrukcji, wówczas zdobędzie umiejętność samodzielnej pracy z każdym tekstem: lekturą, czasopiśmie, podręcznikiem itd. Wymaga to jedynie konsekwentnego postępowania punkt po punkcie.

Pomoc nauczyciela polega na tym, aby przed czytaniem podał **wskazówki w punktach**, na jakie ważne aspekty uczeń ma zwracać uwagę. Dla ucznia z dysleksją jest to wielkie udogodnienie. Ułatwieniem jest również wskazanie fragmentów, które będą szczegółowo omawiane. Ważne jest, by uczeń nie sięgał tylko do opracowań i streszczeń tekstów, lecz czytał książki w całości.

Czytanie Razem

Czytanie razem to program realizowany w Polskim Towarzystwie Dysleksji, opracowany przez M. Bogdanowicz, wzorowany na systemie pracy wolontariuszy w Oxfordzie, a realizowany przez Beatę Ingielewicz, która jest głównym

⁵ Czytanie przez uczniów z dysleksją młodszym dzieciom sprawdziło się w Szkole Podstawowej numer 6 w Redzie. Nauczycielka języka angielskiego zachęcała uczniów z klasy VI do czytania dzieciom z klas 0 i I–II baśni Andersena w ramach programu Spring Days i obchodów 200 rocznicy urodzin pisarza. Dzieciom czytano raz w tygodniu przez około 20–30 minut w drugim semestrze roku szkolnego. Okazało się, że dla uczniów z dysleksją był to wielki sukces, ponieważ młodsze dzieci nie mogły się doczekać, kiedy starsi koledzy znów przyjdą do nich poczytać. Czytający z kolei utwierdzili się w przekonaniu, że praca z dziećmi to wielka przyjemność. Młodszy i starszy znacznie się do siebie zbliżyli.

koordynatorem tej akcji. W programie bierze udział ponad 40 szkół z całej Polski. Wolontariusze raz w tygodniu, w cyklu rocznym, spotykają się z tym samym dzieckiem w celu czytania interaktywnego. Informacje i zgłoszenia znajdują się na stronie internetowej PTD.



Praktyczne wskazówki dla ucznia do czytania lektur (dłuższych tekstów, książek)

1. Dowiedz się od nauczyciela, na co należy zwrócić uwagę podczas czytania książki.
2. Zapoznaj się z budową książki: przejrzyj materiał do przeczytania, zwracając uwagę na tytuły rozdziałów, spis treści, uwagi zapisane na marginesach.
3. Zastanów się, po ile stron należy codziennie czytać, aby zakończyć czytanie książki w terminie. Zapisz tę liczbę w terminarzu i codziennie przestrzegaj.
4. Przystępuj do czytania, gdy jesteś wypoczęty i w dobrym nastroju. Czytaj dokładnie i uważnie, zaznaczaj zakładkami miejsca, które są ważne.
5. Podczas czytania rób krótkie przerwy na odpoczynek oczu (np. zamknij oczy na chwilę i pomrugaj nimi, popatrz w dal przez okno na zieleń).
6. Po przeczytaniu fragmentu skontroluj, czy wszystko jest dla ciebie zrozumiałe, czy coś wymaga wyjaśnienia. Jeśli masz wątpliwości, zapytaj rodzica, nauczyciela, przyjaciela lub sięgnij do encyklopedii lub innego opracowania.
7. Rób krótkie streszczenia w myślach lub mówiąc do siebie, bądź zapisuj na arkuszu papieru kluczowe hasła, zdania, imiona i związane z nimi wydarzenia. Treść możesz też notować w formie „mapy myśli”.
8. Po przeczytaniu całego tekstu sprawdź, czy zwróciłeś uwagę na wszystkie aspekty, czy potrafisz o nich opowiedzieć własnymi słowami.

Kolorowe nakładki ułatwiające czytanie

Przezroczysta, kolorowa nakładka do czytania polecana jest wszystkim osobom, które mają trudności w czytaniu, zwłaszcza dzieciom z dysleksją. Szczególnie dobrze służy w przypadkach wzmożonej wrażliwości wzrokowej, gdy czarny

druk na białym tle kartki stwarza zbyt silny kontrast i tym samym przeszkadza we wzrokowym odbiorze tekstu. Powoduje to dyskomfort podczas czytania, szybkie zmęczenie oczu, a nawet ich ból i łzawienie. Dzięki odgraniczeniu czytanej linii tekstu nakładka przynosi korzyść również osobom z zaburzeniami ruchów gałek ocznych, jak i słabo wyćwiczonym czytelnikom, którzy gubią się w tekście podczas czytania, przeskakują z wiersza do wiersza lub zbyt szybko wybiegają wzrokiem do przodu, domyślając się znaczenia wyrazów. Przesłona nie pozwala na to, ograniczając pole widzenia i ułatwiając kontrolę ruchów gałek ocznych. Skuteczność nakładki warto wypróbować bez względu na przyczyny trudności.

Najbardziej polecane przez prof. J. Steina, wybitnego psychofizjologa z Uniwersytetu w Oxfordzie, są dwa kolory nakładek: żółty i niebieski. ~~Takie kolory mają nakładki Wydawnictwa Pedagogicznego OPERON, dołączane do pierwszych zeszytów *Ortografitti* z poziomu 1. i 2.⁶ wraz ze szczegółową instrukcją użytkowania.~~ Nie należy sądzić, że kolorowe przesłony zlikwidują problem specyficznych trudności w czytaniu, powstałych na tle nieprawidłowego rozwoju funkcji słuchowo-językowych, głównej przyczyny dysleksji rozwojowej. Jednak ułatwiając wzrokowy odbiór tekstu, zwiększają szanse, że dziecko będzie czytało chętniej i dłużej. Jednocześnie dziecko powinno uczestniczyć w ćwiczeniach korekcyjno-kompensacyjnych.

Znaczące efekty przynosi szkolny program „Czytamy razem”, wspierający dzieci ryzyka dysleksji w przezwyciężaniu trudności w czytaniu, który aktualnie obejmuje ponad 40 szkół. Jego założenia szczegółowo opisano w publikacji M. Bogdanowicz, R. Daruk, B. Ingielewicz, *Czytamy razem. Program doskonalenia czytania i rozwijania myślenia* (www.ptd.edu.pl).

2.5. Recepty na dobre pisanie

„Dyktando w dziesięciu punktach” – z komentarzem ortograficznym⁷

Punkt 1. Umowa.

Umów się z dzieckiem, że codziennie będziecie przeprowadzać dyktando obejmujące zawsze tylko trzy zdania. Wymyślcie wspólnie nagrodę po każdym tygodniu pracy.

Punkt 2. Wybór tekstu.

Zaznacz w książce dziecka trzy zdania i przeczytaj na głos pierwsze z nich.

⁶ Nakładki wyprodukowano na licencji Crossbow Education Ltd. z Wielkiej Brytanii.

⁷ M. Bogdanowicz *Recepty na dobre czytanie i pisanie* w: W. Turewicz (red.) 2000 *Jak pomóc dziecku z dysortografią*.

Punkt 3. Komentarz ortograficzny.

Dziecko powtarza zdanie i omawia pisownię każdego wyrazu (podaje zasady pisowni, poszukuje uzasadnienia pisowni).

Punkt 4. Zapisywanie.

Dziecko zapisuje zdanie (podobnie postępuje z następnymi zdaniami).

Punkt 5. Kontrola 1 – dziecko.

Dziecko samodzielnie sprawdza cały napisany tekst.

Punkt 6. Kontrola 2 – dorosły.

Dorosły sprawdza tekst. Jeżeli znajdzie błędy, podaje ich liczbę.

Punkt 7. Kontrola 3 – dziecko.

Dziecko ponownie sprawdza tekst, korzystając ze słownika ortograficznego.

Punkt 8. Kontrola 4 – dorosły.

Dorosły sprawdza poprawiony tekst. Jeżeli nadal są błędy, wskazuje tekst – wzór, z którego dyktował zdania.

Punkt 9. Kontrola 5 – dziecko.

Dziecko porównuje napisany tekst ze wzorem i ostatecznie poprawia błędy.

Punkt 10. Poprawa.

Dziecko opracowuje błędnie napisane wyrazy (np. podaje zasady pisowni, wyrazy pokrewne, odmienia wyraz przez przypadki, wymienia na inne formy).

Uwaga: Podstawowym założeniem stosowania techniki dyktanda z komentarzem ortograficznym jest przeświadczenie o możliwości utrwalenia zasad pisowni i wytworzenia pełnej świadomości ortograficznej przez przekształcenie nawyku „głośnego myślenia” – omawiania zasad pisowni (pkt 3) – w nawyk „cichego” przypominania ich sobie podczas pisania.

Kolejnym zadaniem ćwiczenia jest wytworzenie nawyku dokładnego sprawdzania i poprawiania każdej pracy pisemnej. Dziecko ma prawo do popełnienia błędu, ale nie ma prawa pozostawić go bez poprawienia.

Warunkiem uzyskania obu nawyków jest wykonywanie omawianego ćwiczenia krótko, lecz systematycznie oraz zawarcie z dzieckiem umowy określającej czas pracy (codziennie), liczbę dyktowanych zdań (zawsze tę samą) oraz nagrodę (po każdym tygodniu ćwiczeń). W ten sposób dziecko nie będzie usiłowało w tej sprawie stale z nami negocjować.

Pisanie dyktanda w dziesięciu punktach:

1. Utrwala znajomość zasad pisowni.
2. Wytwarza nawyk stałego przywoływania zasad ortograficznych podczas pisania, czyli przypominania sobie zasady zanim zostanie zapisany wyraz.
3. Kształtuje nawyk stałego sprawdzania napisanego tekstu, a tym samym poczucie **odpowiedzialności** za napisany tekst.

„Coś za coś”, czyli tygodniowe przydziały ćwiczeń ortograficznych (Bogdanowicz, 2000)

Proponowana forma pracy przedstawia sposób zaliczania przez ucznia ćwiczeń dotyczących jego problemów ortograficznych, uwidaczniających się pod postacią błędów w pracach pisemnych ucznia. Jest zarazem odpowiedzią na rozporządzenie Ministerstwa Edukacji Narodowej, które zaleca, zamiast obniżania wymagań, ich dostosowanie do możliwości uczniów z dysleksją. Oznacza to, że **zmniejszamy wymagania w zakresie ortografii, ale zwiększamy wymagania dotyczące pracy nad problemami ortograficznymi**. W tym celu przydzielamy uczniowi co tydzień zestaw ćwiczeń ortograficznych związanych z błędami popełnionymi przez niego podczas dyktanda, pracy klasowej lub w zeszycie szkolnym.

Przygotowanie – nauczyciel

Nauczyciel sprawdza pracę pisemną ucznia (klasową, domową, dyktando) i stawia:

- ocenę ilościową za treść, kompozycję, stylistykę wypracowania;
- ocenę jakościową (opisową) za poziom ortografii. Na podstawie analizy popełnionych błędów sporządza listę występujących kategorii błędów i ich liczbę w każdej kategorii.

Nauczyciel, na podstawie oceny opisowej, co tydzień dokonuje przydziału kolejnego zestawu ćwiczeń ortograficznych, dotyczących wyróżnionej kategorii błędów oraz ich liczbę w każdej kategorii.

Przygotowanie – uczeń

1. Uczeń zakłada zeszyt do ćwiczeń ortograficznych i korzysta z gotowych zeszytów ćwiczeń (np. *Ortografitti*).
2. Na końcu zeszytu prowadzi słowniczek „Trudne wyrazy, które już umiem”.

Tygodniowy przydział ćwiczeń

1. **Wyznaczenie ćwiczeń:** nauczyciel, na podstawie oceny opisowej, co tydzień dokonuje przydziału kolejnego zestawu ćwiczeń ortograficznych, dotyczących wyróżnionej kategorii błędów. Wskazuje ćwiczenia w konkretnej publikacji (np. w *Ortografitti*). W ciągu tygodnia uczeń powinien pracować tylko nad jedną kategorią błędów. Pracuje w ten sposób, aż przećwiczy wszystkie kategorie błędów.
2. **Tygodniowa praca:** uczeń podczas tygodnia opracowuje kilka ćwiczeń wskazanych przez nauczyciela w danej publikacji (najlepiej jedno na każdy dzień tygodnia). Wpisuje opanowane trudne wyrazy do wspomnianego słowniczka.

3. **Zaliczenie:** na końcu tygodnia (w wyznaczonym terminie) uczeń prezentuje nauczycielowi wykonane ćwiczenia oraz podaje zasadę wyjaśniającą pisownię.
4. **Zakończenie:** praca kończy się po zaliczeniu wszystkich kategorii błędów, jakie wystąpiły w ocenie opisowej pracy ucznia.

Efekty

1. Wykonanie ćwiczeń jest dla nauczyciela podstawą, aby stosować opisową (a nie liczbową) ocenę ortografii w pracach pisemnych ucznia (sprawdziany, prace domowe). Dzięki niemu może on poznać umiejętności ucznia pod względem poprawności pisania: częstość i rodzaj błędów jakie popełnia, po to by określić nad jakimi problemami ortograficznymi i jak intensywnie z uczniem trzeba pracować oraz jak dostosować wymagania w zakresie ortografii do jego możliwości.
2. Uczeń spełnia wymóg większego nakładu pracy i tym samym stwarza podstawy do szczególnego traktowania jego trudności w uczeniu się. Ponadto uczy się samokontroli i brania odpowiedzialności za poziom pisanych przez siebie tekstów.
3. Inni uczniowie nie mają powodu, aby zazdrościć koledze statusu „ucznia z dysleksją”.

„Mój zeszyt świadczy o nas”, czyli sprawdzanie zeszytów

„Mój zeszyt świadczy o nas”, czyli sprawdzanie zeszytów przez rodziców i samodzielne poprawianie ich przez dziecko, jest formą postępowania, które ma nauczyć świadomości i odpowiedzialności zarówno dziecka, jak i rodziców. Rodzice mają obowiązek sprawdzać zapisy w zeszycie dokonane na lekcjach oraz prace domowe. W wypadku młodszych uczniów (do klasy III) codziennie i wszystkie zeszyty, w klasach starszych – wybrane, na przykład zeszyty z języka polskiego. Główna idea tego rodzaju pracy brzmi: uczeń dyslektyczny ma prawo popełniać błędy, lecz nie ma prawa zostawiać ich bez poprawy.

1. Rodzic – sprawdza tekst, ołówkiem na marginesie zapisuje liczbę błędów w danym wierszu.
2. Dziecko – sprawdza tylko zaznaczone wiersze, odszukuje błędy, poprawia je.
3. Rodzic – wymazuje oznaczenia błędów na marginesie.
4. Rodzic – wyznacza krótkie ćwiczenia dotyczące popełnionych błędów.
5. Dziecko – podaje zasady pisowni i wykonuje ćwiczenia.
6. Rodzic – chwali dziecko, obdarza nagrodą (np. zagranie w grę komputerową).

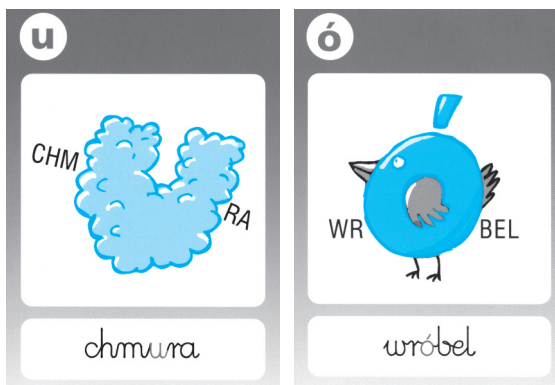
Uwaga: byłoby bardzo wskazane, aby nauczyciel współpracował z rodzicami, kontrolował i nagradzał ten sposób pracy.

„Karty ortomagiczne” – polisensoryczne utrwalanie poprawnej pisowni⁸

Opanowaniu pisowni trudnych ortograficznie wyrazów nie sprzyja forma nauczania obecnie dominująca w szkole: niewiele się pisze, a coraz częstszym zwyczajem jest wypełnianie pustych miejsc w tekście. Dlatego uczniowie nie mają wystarczającego treningu, by opanować automatyczne zapisywanie całego słowa, czyli utrwalić wzorzec ruchowy podczas pisania wyrazu. Zaniechano też ćwiczeń z kaligrafii, które mogłyby pomóc utrwalić stały wzorzec zapisu danego wyrazu (wzorzec ruchowy, zapamiętany i zautomatyzowany), co stanowi podstawę jego poprawnej pisowni. Nie stosuje się już starej metody dydaktycznej, którą było zapisywanie tego samego wyrazu kilkanaście, a nawet kilkadziesiąt razy. Sposób ten wprawdzie nie służy polepszeniu poziomu poprawności pisowni, gdy trudności wynikają z zaburzeń rozwoju funkcji słuchowo-językowych. Może jednak być skuteczny w opanowaniu wyrazów, których pisowni trzeba się po prostu nauczyć mechanicznie – za pomocą wzroku i ruchu, ponieważ nie opiera się ona na żadnej logicznej zasadzie ortograficznej, lecz wyłączenie na tradycji (zasada historyczna: „pisz tak, jak dotąd pisano”).

Jak z praktyki wiadomo, szczególnie duże kłopoty w opanowaniu poprawnej pisowni mają uczniowie z dysortografią, która jest jedną z form specyficznych trudności, która współwystępuje z trudnościami w uczeniu się czytania lub stanowi izolowane zaburzenie. Przyczynę stanowi opóźniony rozwój funkcji słuchowo-językowych, wzrokowo-przestrzennych, kinestetyczno-ruchowych, zaburzenia uczenia się sekwencji ruchowych i nabywania automatyzmów ruchowych, co potwierdzają badania prowadzone w Wielkiej Brytanii.

„Karty ortomagiczne” są pomocą dydaktyczną ułatwiającą zapamiętywanie trudnych ortograficznie wyrazów. Na każdej karcie znajduje się jeden wyraz



Przykładowe karty z zestawu

przedstawiony w postaci zapisu i rysunku. Takie połączenie działa stymulująco na percepcję i wspomaga pamięć wzrokową. Barwne, zabawne obrazki odwołują się do poczucia humoru dzieci, wzbudzając pozytywne emocje i skojarzenia znaczeniowe, dzięki temu ułatwiają zapamiętanie formy wyrazu

⁸ M. Bogdanowicz *Recepty na dobre czytanie i pisanie* w: W. Turewicz (red.) 2000 *Jak pomóc dziecku z dysortografią*.

poprawnej ortograficznie. Do obrazków dołączono paski z zapisanym wyrazem, który dziecko może utrwalić za pomocą wzroku, dotyku i ruchu (wodząc palcem po wyrazie), słuchu (głośno wymawiając słowo), a więc wielozmysłowo (polisensorycznie). „Trudna litera”, która jest utrwalana, wyróżniona została kolorem. Kolory te nawiązują do konwencji metody Ortofrajd⁹ Lesława Furmaga i Romana Jańca: „ó” – różowe jak róża, „ż” – zielone jak żaba, „rz” – granatowe jak morze, „h” – pomarańczowe jak herbata, „u zwykle” – niebieskie jak zwykle wygląda niebo. Te znaczeniowe skojarzenia mają pomagać w zapamiętaniu poprawnej formy ortograficznej wyrazu.

„Karty ortomagiczne” mogą być używane na różne sposoby. Szczegółowy opis proponowanych gier i zabaw znajduje się w książeczce będącej częścią zestawu.



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,
 - zadбай, 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).



Prawidłowa pozycja dziecka praworęcznego podczas pisania

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.

⁹ L. Furmaga (1999) *Ortofrajda – pamięciowo-wzrokowy słownik ortograficzny dla dzieci*.

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 podczas 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 przesuwasz swoją dłoń po kartce równo i niezbyt szybko w kierunku od lewej do prawej krawędzi kartki, pociągając za sobą pióro.

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

11. Użyj plastikowej nasadki korygującej chwyt, jeśli:

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

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

Rady dla ucznia leworęcznego¹⁰:



Prawidłowa pozycja dziecka leworęcznego podczas pisania

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.

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

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).
4. Połóż zeszyt przed sobą i przesunń nieco w lewo, 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.
8. Podczas pisania trzymaj pióro (ołówek) w odległości 1,5–2 centymetry od kartki papieru, a drugi koniec przyboru skieruj do ramienia.
9. Dłoń, w której trzymasz pióro (ołówek) oprzyj lekko na zeszytce. Palce trzymające przybór do pisania ułóż poniżej liniatury, 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 naśladuj 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.



Prawidłowe ułożenie rąk dziecka leworęcznego podczas pisania

Uwaga: wskazane jest, aby dziecko leworęczne pisało ołówkiem przez cały okres pobytu w klasie pierwszej; korzystne dla leworęcznego dziecka jest pisanie na lekko nachylonym pulpicie.

Ponadto pomocne w opanowaniu kształtnego pisania są dla uczniów:

- zeszyty z węższą liniaturą, dostępne w wydawnictwie Harmonia (Bogdanowicz, Rożyńska, 2005) – zalecane już w klasie III, gdy dziecko odczuwa potrzebę szybszego pisania, gdy ruchy pisarskie się zautomatyzują, oraz dla uczniów starszych z dysgrafią (zalecane zamiast tradycyjnych zeszytów w jedną linię);
- długopisy typu YOROPEN, dostępne w sklepie internetowym (informacje na stronie internetowej www.yoropen.pl) – zalecane przede wszystkim uczniom leworęcznym i tym, u których stwierdza się niski poziom graficzny, oraz uczniom, którzy nieprawidłowo trzymają narzędzie do pisania.

Uczniom ze specyficznymi trudnościami w uczeniu się PTD zaleca program dla najmłodszych *Ortografiti z Bratkiem* (Mańkowska, Rożyńska, 2010).

2.6. Ćwiczenia sprzyjające skutecznemu uczeniu się

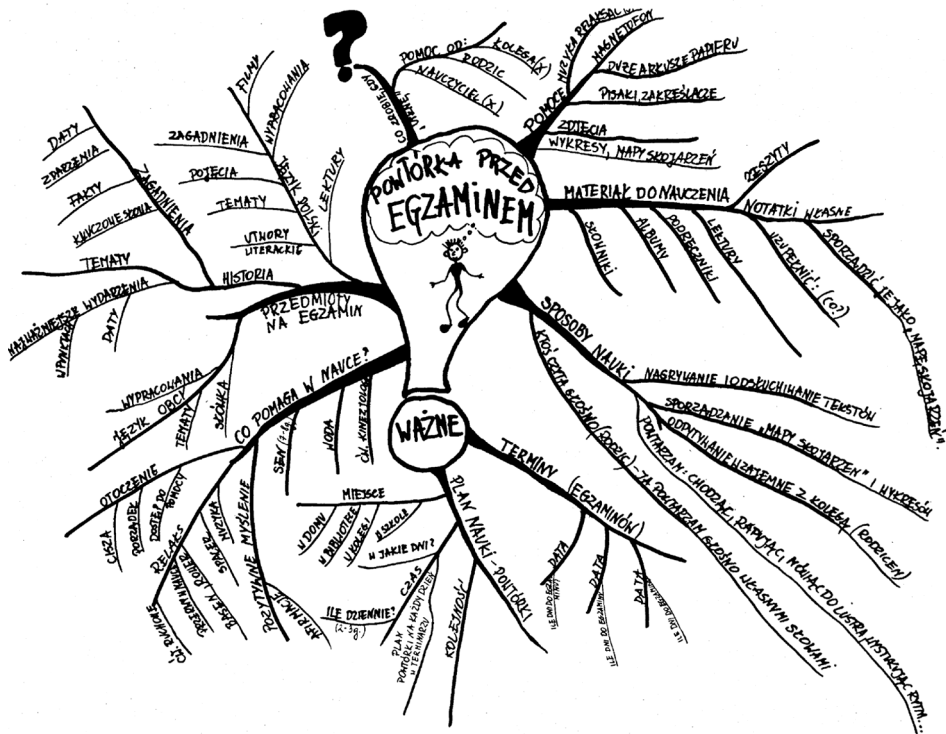
Przedstawione poniżej sposoby uczenia się i zapamiętywania mogą być pomocne zwłaszcza dziecku z dysleksją. Metody te pomagają porządkować wiedzę. Dziecko z łatwością je odtwarza nawet po pewnym czasie, gdyż podczas ich wykonywania angażuje wszystkie zmysły, wyobraźnię, własne doświadczenie.

Techniki przyspieszonego uczenia się bazują na uczeniu się wielozmysłowym i są niewątpliwie pomocne w skutecznym przyswajaniu wiedzy. Warto nauczyć dziecko sporządzania **map myśli**, które mogą się okazać pomocne na przykład w utrwalaniu reguł ortograficznych. Mapa myśli jest nieodzownym elementem wspierania pamięci, skutecznego notowania, a w późniejszym czasie stanowi doskonałą pomoc do peryferyjnego spostrzegania.

Mapy myśli

Mapa myśli¹¹ (inaczej mapa pojęciowa, mapa skojarzeń, mapa pamięci) pomaga w obrazowy sposób opracować pojęcia za pomocą krótkich wyrazów, rysunków, symboli, haseł. Metodę tę można wykorzystać nie tylko do definiowania pojęć i zapisywania zasad ortograficznych, ale też do powtórek przed klasówką, robienia notatek z długich wykładów i referatów, a także w celu porządkowania wiedzy czy planowania działania. Dzieciom z dysleksją umożliwia szybsze porządkowanie i zapamiętanie informacji.

¹¹ Twórcą tej metody jest Tony Buzan.



„Powtórka przed egzaminem” – przykład mapy myśli

Plan wykonania mapy skojarzeń:

1. Przygotuj duży arkusz papieru, co najmniej formatu A4.
2. Na środku napisz główny problem (zagadnienie).
3. Poprowadź główne promienie i podpisz je hasłami dotyczącymi głównego problemu.
4. Od każdego promienia możesz tworzyć „odnogi”, by opisać je bardziej szczegółowymi skojarzeniami.
5. Zapisz w formie graficznej lub narysuj schematycznie wszystko, co wiesz i co kojarzy ci się z danym pojęciem na promieniach. Używaj kolorów, znaków, strzałek i rysunków do zaakcentowania ważnych elementów.

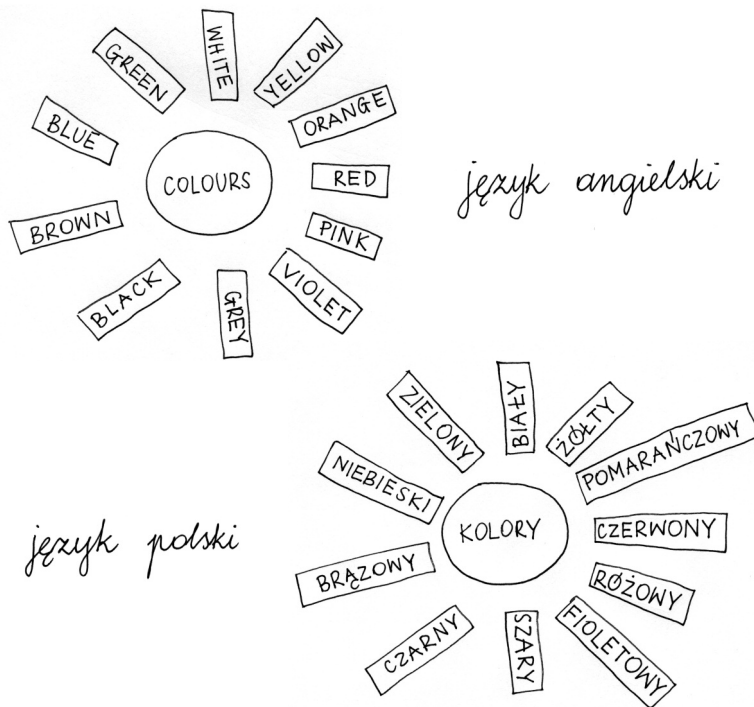
Do pracy z młodszymi uczniami nadaje się **schemat typu „słoneczko”**. Służy do definiowania pojęć, określania zasad, cech.

Plan wykonania schematu typu „słoneczko”:

1. Przygotuj kartkę papieru.
 2. Na środku narysuj kółko i napisz w nim wyraz-pojęcie.
 3. Poprowadź promienie w kształcie linii i napisz przy nich wyrazy-skojarzenia.
- lub:

Część III. Jak pomagać młodszemu dziecku z dysleksją?

4. Na małych karteczkach (mogą być samoprzylepne) napisz wyrazy szczegółowo określające to pojęcie.
5. Karteczki ułóż promieniście wokół kółka z wyrazem-pojęciem.



„Nazwy kolorów” – przykład schematu typu „słoneczko”

łańcuchowa Metoda Skojarzeń (ŁMS)

Jest to metoda polegająca na zapamiętaniu informacji ułożonych w pewien łańcuch. Łącząc kolejno 5, 10 i więcej informacji, dziecko jest w stanie odtworzyć je w identycznej kolejności. Zapamiętywać należy według formuły: *połącz pierwszy przedmiot z drugim, drugi z trzecim, trzeci z czwartym itd. za pomocą możliwie najzabawniejszych, wręcz nonsensownych skojarzeń i zobacz choć przez chwilę to zestawienie w wyobraźni*. Sekret skuteczności metody leży w obrazowym przedstawianiu wiadomości do zapamiętania. Ciąg wyrazów może tworzyć opowiadanie lub składać się z niepowiązanych ze sobą elementów. Metodę można wykorzystać do zapamiętywania rozkładu zajęć, trudnych ortograficznie wyrazów, dłuższych wypowiedzi.

Oto konkretny przykład:

Z zestawu wyrazów przeznaczonych do opracowania można wybrać wspólnie z dzieckiem 6 wyrazów (kart ortomagicznych) do zapamiętania, na przy-

kład: *ogórek, król, róża, góra, królik, córka*. Dziecko kładzie się wygodnie na dywanie. Może zamknąć oczy. Wizualizuje opowiadanie tworzone przez rodzica z użyciem zgromadzonych wyrazów (kart): *Dawno temu za wielką górą mieszkał pewien król. Miał on bardzo ciekawe zainteresowania. Interesował się ogrodnictwem. Wyhodował w szklarni zieloną różę i czerwonego ogórka. Niestety pewnego dnia wszystko stracił. Okazało się, że do szklarni wszedł bardzo głodny królik..., którego córka króla zapomniała nakarmić*. Po wysłuchaniu treści dziecko siada naprzeciw rodzica i powtarza zapamiętane opowiadanie. Przypomina sobie, jakie wystąpiły w nim wyrazy z trudnością ortograficzną. Następnie rysuje na kartce lub w zeszycie skojarzenia wywołane wysłuchanym opowiadaniem, a potem zapisuje wyrazy w takiej kolejności, w jakiej wystąpiły w opowiadaniu.

Relaksacja

Warto uczyć dziecko relaksacji, która pozwoli mu na odprężenie po dłuższym odrabianiu lekcji, a także wpłynie na skuteczne zapamiętywanie.

Oto kilka przykładów ćwiczeń relaksacyjnych:

- najprostszym i skutecznym ćwiczeniem relaksacyjnym jest przeciągnięcie się, ziewnięcie i wykonanie kilku przeponowych oddechów, które dotlenią organizm i spowodują przyływ dodatkowych sił do dalszej pracy (taki przerwany można wykorzystać w każdym momencie pracy nad zadaniem myślowym);
- dla relaksu można wykonać kilka obrotów na krześle obrotowym;
- można włączyć muzykę relaksacyjną, położyć się i równomiernie oddychając, wyobrazić sobie miejsce, które daje spokój i ukojenie;
- aby pozbyć się napięcia z rąk, należy wziąć piłkę „kolczatkę” i ścisnąć ją lub rolować, wydychając swobodnie powietrze, co przynosi ulgę;
- po zakończeniu jednego etapu przyswajania informacji a przed rozpoczęciem następnego warto poleżeć lub poskakać na dużej piłce, aż do uzyskania poczucia, że zmęczenie umysłowe odchodzi.

Przed dłuższym czytaniem dziecko powinno przygotować wzrok do odpowiedniego odbioru treści, korzystając z różnych ćwiczeń relaksujących oczy. Można na przykład, trzymając na wysokości wzroku wybrany przedmiot w jednej ręce lub oburącz, przy ugiętych łokciach rysować (ołówkiem lub palcem) w powietrzu różne linie (pionowe, poziome, fale, koła, pętelki, figury geometryczne). Należy starać się podążać wzrokiem za kreślonym kształtem i nie ruszać przy tym głową.

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 szypułek 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, watą, 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 (Bogdanowicz, 2000).

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

- dorysowywanie brakujących elementów;
- rysowanie linii przez łączenie punktów;
- rysowanie pod dyktando, np. „Dyktanda graficzne” Zofii Handzel (2001);
- 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;

Część III. Jak pomagać młodszemu dziecku z dysleksją?

- 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 (2014); rozpoczynamy ćwiczenie od dużych, zamasztych 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, lub zgodnie z Metodą Dobrego Startu równoczesne śpiewanie i rysowanie.

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.

¹² Metoda Dobrego Startu jest też metodą wielozmysłowego uczenia się liter i cyfr (M. Bogdanowicz, M. Barańska, E. Jakacka 2005, 2006, 2012).

Okazuje się bowiem, że nawet trzylatki mogą przyswoić tę umiejętność.

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 liniatury 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 stwardnienia 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 pryskanie 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 zeszyte 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 z użyciem 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 doskonalone podczas następujących czynności:

- uczenie się na pamięć krótkich wierszyków, rymowanek, piosenek, wylizczanek, 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, skarpeta*);
- 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, gnienie papieru);
- opisywanie lub tworzenie opowiadania do oglądanych ilustracji;
- klaskanie na sygnał: przed przeczytaniem bajki dziecko 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 odczytania (np. zabawa: „Jedzie pociąg naładowany towarami, których nazwa zaczyna się głoską [k]. Co przewozi?” – kury, karty, krowy...);
- wymienianie większej ilości nazw owoców; słów zaczynających się głoską np. „m”.

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, pacholków, klocków i określanie głośno kierunku;
- odtwarzanie ruchami poszczególnych czynności w określonej przestrzeni oraz odgadywanie ich znaczeń, z określeniem miejsca i kierunku w przestrzeni (np. zbieranie grzybów do koszyka, klaskanie nad głową, za sobą, z lewej/prawej strony, pływanie do przodu, czołganie się do tyłu);
- określanie na obrazku położenia 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.: „Pole na prawo od linii pionowej oznaczone kółkiem zamaluj na czerwono, pole na lewo u góry, oznaczone trójkątem zamaluj na zielono, pola na dole zakreskuj liniami poziomymi...”);
- 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 „Praczki”, „Idzie zuch”, „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) i, o ile to możliwe, kreślenie okręgów – przeciwnie do ruchu wskazówek zegara;
- utrwala się nawyki ruchowe związane z pisaniem, takie jak: rysowanie szlaczków, pisanie wyrazów od lewej do prawej strony.

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

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.

W pracy z dzieckiem leworęcznym trzeba uwzględnić: przestrzeganie wskazań dotyczących prawidłowej pozycji ciała i sposobu trzymania ołówka (długopisu), wykonywanie ćwiczeń usprawniających motorykę rąk oraz doskonalących współpracę ręki i oka, a także prowadzenie zabaw i ćwiczeń rozwijających świadomość ciała i orientację w przestrzeni oraz relaksujących. Wskazane jest obserwowanie dziecka i ustalenie, czy powinno rysować i pisać lewą ręką. W razie wątpliwości należy przeprowadzić konsultację w poradni psychologiczno-pedagogicznej, jednak decyzja należy do dziecka.

Program pracy z dzieckiem leworęcznym, wraz z przykładami ćwiczeń, został opracowany przez Martę Bogdanowicz i opublikowany w książce *Leworęczność u dzieci* oraz wykorzystany do stworzenia zestawów konkretnych ćwiczeń w zeszytach ćwiczeń dla dzieci *Lewa ręka rysuje i pisze* we współautorstwie z Małgorzatą Rożyńską¹⁷. Przydatny w nauce pisania jest także zeszyt z ukośnie ułożoną liniaturą, który autorki polecają do pisania w pierwszej klasie.

Program pracy z dzieckiem leworęcznym

Pozycja dziecka przy pisaniu:

- dziecko siedzi przy stole, mając obie stopy oparte o podłogę i wyprostowane plecy (prawidłowa postawa ciała);
- dziecko, siedząc przy stole lub w szkolnej ławce, ma sąsiada po stronie prawej (lewa ręka musi mieć swobodę ruchów);
- zeszyt lub kartka papieru znajduje się na lewo od osi ciała dziecka (ręka lewa podczas pisania zbliża się od strony lewej ku osi ciała);
- zeszyt lub kartka papieru ułożone są ukośnie, lewy górny róg zeszytu (kartki) skierowany jest ku górze (odwrotnie niż w wypadku ułożenia przez osobę praworęczną);
- dziecko dowolnie reguluje kąt nachylenia zeszytu.

¹⁷ M. Bogdanowicz (1989); M. Bogdanowicz, M. Rożyńska (2003, 2004).

Sposób trzymania narzędzia do pisania:

- dziecko trzyma ołówek w trzech palcach: między kciukiem i palcem środkowym, a palec wskazujący naciska ołówek od góry; najlepiej, gdy dziecko pisze ołówkiem przez cały okres I klasy, a niekiedy dłużej;
- drugi koniec ołówka powinien być skierowany ku lewemu ramieniu;
- podczas pisania palce znajdują się poniżej liniatury zeszytu.

Uwaga: Te same zasady obowiązują podczas rysowania już w okresie przedszkolnym.

Dla dzieci leworęcznych szczególnie wskazane są wcześniej opisane:

- ćwiczenie prawidłowego uchwytu ołówka lub długopisu,
- ćwiczenia zdolności do kontrolowania siły nacisku ręki dziecka w trakcie pisania,
- ćwiczenia relaksacyjne – stosujemy je w okresie przerw w ćwiczeniach graficznych,
- wytwarzanie nawyków ruchowych związanych z kierunkiem pisania,
- ćwiczenie precyzji ruchów,
- ćwiczenie współpracy oka i ręki (koordynacji wzrokowo-ruchowej) następujących etapów.



Nie wolno zmuszać dziecka do rysowania ani krytykować nieudanych rysunków.



Opracuj zestaw ćwiczeń – zabaw dla swojego leworęcznego dziecka.

2.9. Przede wszystkim zdrowie psychiczne! Porady psychologa, jak wspomagać rozwój osobowości dziecka ryzyka dysleksji i z dysleksją

Budowanie poczucia własnej wartości

Z poczuciem własnej wartości jest związana samoocena. Kształtuje się ona na podstawie tego, jak dziecko postrzega i ocenia siebie na tle innych (rodzeństwa, kolegów), efekty swoich działań oraz słabe i mocne strony, a także w jaki sposób dziecko jest oceniane przez osoby z otoczenia. Osoby odznaczające się odpowiednio wysokim poczuciem własnej wartości potrafią podejmować przemyślane i odważne decyzje i adekwatnie reagować w trudnych sytuacjach oraz rozwijać swoje zdolności. Dlatego musimy dbać o to, by dziecko wytworzyło pozytywny obraz samego siebie.

Kiedy u dziecka zostanie zdiagnozowana dysleksja, wówczas rodzice i specjaliści starają się mu pomóc przede wszystkim przez zapewnienie udziału w zajęciach korekcyjno-kompensacyjnych i dostosowanie wymagań nauczycieli. Praktyka pedagogiczna podpowiada, by unikać w szkole „etykietowania” w odniesieniu do dzieci, a szczególnie używania określenia „dyslektyk” i podawania nazwy zajęć specjalistycznych. Zwykle nazwy zajęć specjalistycznych kształtują w otoczeniu obraz ich uczestników i czasami mogą powodować odrzucenie dziecka przez rówieśników, a przez to oddziaływać negatywnie na jego samoocenę i poczucie wartości. Poza tym przypisana uczniowi etykieta wpływa na kształtowanie poziomu wymagań nauczycieli, co w efekcie może się przyczyniać do postrzegania dziecka jako mniej zdolnego i zawężać jego możliwości. Należy zatem stosować określenia: „zajęcia dodatkowe” lub „zajęcia pozalekcyjne”.

Klasyfikacja problemu jest oczywiście konieczna w prowadzeniu dokumentacji szkoły i należy jej przestrzegać zgodnie z przepisami, pamiętajmy jednak, aby w obecności samego dziecka i jego rówieśników postępować ostrożnie i dyskretnie, uwzględniając potencjalne negatywne skutki. Tak więc nigdy nie używamy określenia „dyslektyk”, natomiast mówimy o uczniu z trudnościami w czytaniu i pisaniu lub o „uczniu z dysleksją”. Zajęciom specjalistycznym (korekcyjno-kompensacyjnym) nadajmy interesującą nazwę, na przykład Klub Przyjaciół Ortografii lub Klub Przyjaciół Bratka.

Informacje zwrotne, jakie uczeń otrzymuje od rówieśników, rodziny i nauczycieli, mają istotny wpływ na jego szacunek dla samego siebie i wiarę we własne możliwości. Dlatego też miła, ciepła atmosfera w rodzinie (także w zespole klasowym) z pewnością pomoże wzmocnić poczucie własnej wartości i kształtować szacunek do siebie i innych.



Wskazówki dla rodziców pomocne w kształtowaniu poczucia własnej wartości u uczniów z dysleksją:

- nie porównuj dziecka dyslektycznego z jego rodzeństwem ani rówieśnikami;
- nie komentuj głośno jego trudności;
- dostosuj wymagania do możliwości dziecka;
- nie stwarzaj sytuacji rywalizacji;
- określ (wspólnie z nauczycielem, terapeutą, pedagogiem) cele nauczania tak, by uczeń mógł odnieść sukces na miarę możliwości;
- poznaj umiejętności, zdolności ucznia i pomóż mu je wykorzystać i prezentować przed innymi;
- nie pomagaj dziecku, robiąc coś za nie, ani nie podsuwaj mu bezustannie gotowych rozwiązań i podpowiedzi;
- okazuj mu zainteresowanie i troskę, pokaż, że je akceptujesz;
- chwal ucznia, nagradzaj go słownie, nie mów: „dobrze zrobiłeś, ale...”;
- w rozmowach podkreślaj rzeczy dobre, pozytywne, nawet drobne osiągnięcia;
- dziel się z innymi członkami rodziny pozytywnymi uwagami o swoim dziecku;
- dyskretnie pomagaj dziecku w osiągnięciu celów;
- daj dziecku możliwość wykonania pewnych zadań, pełnienia ról i przeżywania z tego powodu satysfakcji;
- informuj dziecko o sprawach, które go dotyczą.

Wyznaczanie celów

Wyobrażanie sobie, jak można wykorzystać nabyte umiejętności i wiedzę, nie jest dla dziecka zadaniem łatwym, ale bardzo przydatnym w świadomym podążaniu w wyznaczonym kierunku. Dziecku należy więc pomóc w ustaleniu celów, a także wzbudzić w nim chęć do ich osiągnięcia. Starszy uczeń powinien umieć zrobić to samodzielnie, na przykład według poniższej instrukcji. Młodsze dziecko z pomocą rodziców także może planować swoje cele i sprawdzać, w jakim stopniu udało mu się je zrealizować. Nie należy określać celu zbyt ogólnie, na przykład: zostać dobrym uczniem, lecz wskazywać konkretne zadania, na przykład: nauczyć się nazw liter w alfabecie lub nazw miesięcy.

Takie planowanie może być przedstawione graficznie według poniższych wskazówek.

Część III. Jak pomagać młodszemu dziecku z dysleksją?

Imię

MÓJ CEL UCZENIA SIĘ

.....
.....

Zrealizuję w terminie:

Moje postanowienia:

- *
- *
- *

Realizując MÓJ CEL UCZENIA SIĘ, mogę uzyskać POMOC od:

- *
- *
- *

Udało mi się zrealizować:

- *
- *
- *

Nie udało mi się zrealizować:

- *
- *

MÓJ CEL UCZENIA SIĘ udało mi się osiągnąć!!!)

Data i podpis:

Wzbudzanie motywacji

Wytworzenie odpowiedniej motywacji do nauki może się odbywać przez rozmowy z osobami, które są dla dziecka ważne – rodzicami, nauczycielami. Zachęcanie do wysiłku, wspieranie w trudnościach, wskazywanie rozwiązania problemu i zwykle pocieszenie – wszystko to pomaga utrzymać motywację na odpowiednim poziomie.

Warto także podkreślać fakt dorastania dziecka. Stawanie się starszym oznacza dla niego osiąganie większych praw oraz bycie bardziej samodzielnym i świadomym tego, co się pragnie osiągnąć.

Motywacja wzrasta, gdy zachęcamy dziecko do marzeń, gdy możemy mu przekazać jak najwięcej entuzjazmu, by myślało pozytywnie i optymistycznie o ich realizacji.

Pamiętajmy, że **jeśli dziecko osiąga choć małe sukcesy, to wzrasta jego chęć do pracy**, którą zaczyna wykonywać z coraz większą wytrwałością. Bardzo motywująco działają na dziecko wszelkie pochwały, dlatego doceniajmy jego wysiłek i wkład pracy i mówmy mu o tym.

Rozwijanie zainteresowań

Dziecko z dysleksją musi mieć szansę rozwijania zainteresowań, doskonalenia umiejętności, osiągania sukcesów, odczuwania satysfakcji z własnych osiągnięć. Nie można dopuścić do tego, by ciągle było niezadowolone z siebie i czuło się bezradne.

Rozwijanie zainteresowań i uzdolnień odgrywa niebagatelną rolę w doznaniu przyjemności z pracy i wysiłku, a to uruchamia motywację do pracy nad zadaniami i nad sobą. Podczas wykonywania różnych czynności związanych z zainteresowaniami umysł dziecka pracuje i rozwija się, czego efekty widać w szkole. Ponadto dzieci, które samodzielnie realizują różnorodne zadania i rozwiązują problemy, wcale nie oczekują ciągłej pomocy (podpowiedzi, rad) od dorosłych. Nabierają do siebie zaufania i utwierdzają się w przekonaniu, że same wiele potrafią i są zdolne. Zyskują przeświadczenie, że wysiłek intelektualny czy fizyczny może być satysfakcjonujący i wartościowy. Takie podejście umacnia dzieci w gotowości do pokonywania wszelkich trudności, także tych szkolnych.



Co potrafi moje dziecko? Sporządź listę jego talentów i osiągnięć. Czy zauważasz, że niestety łatwiej wymienić jego niedociągnięcia?

Wyrabianie odporności emocjonalnej na trudności

Stan emocjonalny dziecka decyduje o jego postawie wobec nauki oraz o jej efektach. Dlatego koniecznie należy uświadomić dziecku, że pozytywne nastawienie i dobry nastrój sprzyjają osiągnięciu wysokich wyników w nauce.

Uczniowie, którzy nie potrafią sobie radzić z napięciem emocjonalnym, odczuwają dolegliwości psychofizyczne, takie jak: fizyczne napięcie ciała, skrópowane ruchy, wzmożone pocenie się, suchość w ustach, uczucie słabości oraz zaburzenia koordynacji, zamęt w głowie, trudności z koncentracją uwagi i myśleniem, zwolnione reakcje na czynniki zewnętrzne. Dzieci te żyją w ciągłym napięciu i podenerwowaniu, mogą również przejawiać niechęć do pracy i małą motywację do wysiłku, często nie umieją stawiać sobie realnych celów. Konsekwencje widać na lekcjach i w domu. Przejawem tych problemów są między innymi trudności z: koncentracją uwagi na zadaniu, rozumieniem komunikatów słownych i czytanej treści, przypominaniem przyswajanego materiału, nadawaniem komunikatów, koordynacją ruchów całego ciała, estetyką prac graficznych i pisemnych, nadążaniem z wykonywaniem zadań.

Dlatego tak ważne jest wytworzenie miłej atmosfery podczas uczenia się oraz niwelowanie napięcia emocjonalnego u dziecka. Regularne stosowanie ćwiczeń relaksacyjnych i ruchowych oraz właściwa dieta sprzyjają zdrowiu psychicznemu. Najskuteczniejsze do osiągnięcia dobrego samopoczucia są ćwiczenia ruchowe całego ciała: gimnastyka przy muzyce, pływanie, spacerowanie na świeżym powietrzu nad wodą lub w lesie, a także wizualizacja. Sposoby te pomagają osiągnąć stan odprężenia, rozluźnienia mięśni i uspokojenia umysłu.

Ponadto uczymy dziecko właściwego podejścia do wszelkich pojawiających się niepowodzeń, aby traktowało je jako kolejne wyzwanie i problem możliwy do pokonania. Myślenie pozytywne pozwala przełamać przygnębienie i bezradność. Zamiast myśleć negatywnie: „Znów sobie nie poradzę”, należy powiedzieć: „Poradzę sobie i z tym. Z pozostałymi sprawami będę sobie radził w następnej kolejności”. Efekty działania człowieka zależą bowiem nie tylko od jego doświadczeń, ale i od tego, co sam sobie zasugeruje i jak się do problemu nastawi.



Pomyśl, w jaki sposób wspomogasz rozwój osobowości twojego dziecka.