

ZASADY PRACY Z DZIECKIEM LEWORĘCZNYM

(wg Marty Bogdanowicz)

POZYCJA DZIECKA PRZY PISANIU

- ◆ Dziecko siedzi przy stole, ma obie stopy oparte o podłogę, oba przedramiona oparte o stół, plecy wyprostowane, centralna oś ciała (linia kręgosłupa) przyjmuje położenie pionowe;
- ◆ Tułów znajduje się w pewnej odległości od stołu (bez opierania się), co zapewnia rękom swobodę ruchów;
- ◆ W ławce szkolonej dziecko leworęczne ma sąsiada po swojej prawej stronie, przez co zapewnia się swobodę ruchów piszącej ręki każdego z dzieci;
- ◆ Światło powinno padać z przodu lub z prawej strony, w klasie należy dziecko posadzić w środkowym rzędzie, gdzie światło jest najbardziej rozproszone;

WŁAŚCIWE POŁOŻENIE ZESZYTU

- ◆ Zeszyt powinien znajdować się w pewnej odległości od ciała dziecka, a tym samym od brzegu stołu; takie położenie zeszytu umożliwia oparcie całego przedramienia lewej ręki;
- ◆ Zeszyt powinien być ułożony ukośnie, lekko nachylony w prawą stronę; takie ułożenie pozwala na ciągłe pisanie pod kontrolą wzroku;
- ◆ Zeszyt powinien znajdować się nieco na lewo od osi ciała piszącego, co zapewnia swobodę ruchu piszącej ręce;

PRAWDŁOWY SPOSÓB TRZYMANIA PIÓRA

- ◆ Pióro należy trzymać w trzech palcach – między kciukiem, a lekko zgiętym palcem wskazującym, oparte na palcu środkowym (podobnie jak w prawej ręce);
- ◆ Palce trzymające pióro powinny znajdować się w odległości około 2 cm od powierzchni papieru, co pozwala śledzić zapisywanie tekstu i zachować poprawną postawę ciała;

PRAWDŁOWY UKŁAD DŁONI I NADGARSTKA

- ◆ Dłoń wraz z nadgarstkiem stanowi przedłużenie przedramienia;
- ◆ Brzeg dłoni, nadgarstka i przedramię opierają się cały czas o stół i zeszyt, przesuwają się podczas pisania;
- ◆ Koniec pióra kierowany jest ku lewemu ramieniu lub zmierza do punktu w połowie odległości między ramieniem, a łokciem;
- ◆ Przedramię lewej ręki jest prostopadłe do liniatury zeszytu
- ◆ Dłoń i palce trzymające pióro znajdują się poniżej liniatury zeszytu, aby nie przesłaniały zapisywanego tekstu;

KOORDYNACJA RUCHÓW OBU RĄK

Sprawne zapisywanie tekstu jest nie tylko efektem działania ręki wiodącej, ale także jej współdziałania z ręką nie piszącą, która podtrzymuje zeszyt i przesuwa go w miarę pisania. Umożliwia to stabilność ręki piszącej, która nie musi się podnosić i zmieniać pozycji. Ważne jest rozwijanie koordynacji ruchów obydwu rąk, gdyż obie uczestniczą w czynności pisania.

ĆWICZENIA ROZWIJAJĄCE PRECYZJĘ I KOORDYNACJĘ RUCHÓW

- ◆ Zabawy palcami i dłońmi – teatrzyk cieni, teatrzyk ruchu.
- ◆ Zabawy manipulacyjne – rozkruszanie palcami grudek piasku, kruszenie i rozsypywanie soli, kaszy po tacy, zabawy piaskiem i wodą, nawlekanie koralików, haftowanie na tekturkach z dziurką, wycinanie papieru, zgniatanie palcami kulek z papieru.
- ◆ Zabawy konstrukcyjne – zabawy klockami.
- ◆ Zabawy dydaktyczne – puzzle, układanki;
- ◆ Zabawy plastyczne – modelowane w plastelinie, modelinie, malowanie palcem, rysowanie w pozycji stojącej na papierze rozpiętym na ścianie lub na tablicy ręką uniesioną ku górze. Arkusz papieru powinien znajdować się na wysokości ust i nosa nieco na lewo od osi ciała.

ĆWICZENIA KSZTAŁCĄCE PRAWDŁOWY UCHWYT

I REGULUJĄCE NAPIĘCIE MIĘŚNIOWE RĄK

- ◆ Zaciskanie i rozwieranie pięści z uświadomieniem sobie stanów napięcia i rozluźnienia.
- ◆ Zabawy z wodą – pryskanie wodą, otrzepywanie rąk z wody.

ĆWICZENIA KSZTAŁTUJĄCE NAWYKI RUCHOWE

ZWIĄZANE Z KIERUNKIEM PISANIA

- ◆ Kreślenie linii pionowych od góry do dołu, a poziomych od lewej do prawej.
- ◆ Uświadomienie kierunków prawo – lewo w schemacie własnego ciała.
- ◆ Rysowanie kół przeciwnie do kierunku wskazówek zegara.
- ◆ Zachowanie kierunku od lewej do prawej strony podczas pisania.

ĆWICZENIA USPRAWNIAJĄCE KOORDYNACJĘ WZROKOWO – RUCHOWĄ

- ◆ Kreślenie kształtów graficznych w przestrzeni.
- ◆ Malowanie kształtów graficznych pędzlem na dużych arkuszach papieru.
- ◆ Wypełnianie pędzlem i farbą konturów;
- ◆ Kreślenie kształtów graficznych za pomocą kreski.
- ◆ Obrysowywanie przedmiotów i rysowanie w szablonach.
- ◆ Rysowanie po śladzie, od ręki.
- ◆ Kreślenie ruchów kolistych w powietrzu – koła, leniwe ósemki, raz prawą, raz lewą ręką.

ĆWICZENIA KSZTAŁTUJĄCE ŚWIADOMOŚĆ W SCHEMACIE CIAŁA

I ORIENTACJĘ W PRZESTRZENI

- ◆ Uświadomienie schematu własnego ciała – wskazywanie lewej i prawej strony ciała, dotykanie naprzemienne (lewy łokieć, prawe kolano, prawy łokieć, prawe kolano, prawa dłoń, lewa stopa, lewa dłoń, lewa stopa),
- ◆ Obrysowywanie części ciała i ich nazywanie.
- ◆ Chodzenie po liniach prostych, krzywych i łamanych.
- ◆ Chwytywanie piłki raz lewą, raz prawą ręką.
- ◆ Wybijanie rytmu nogami o podłogę, na bębenku.
- ◆ Wybijanie rytmu prawą ręką, prawą nogą, lewą ręką, lewą nogą, prawą ręką, lewą nogą, lewą ręką, prawą nogą.

Wśród tych wszystkich zasad jedna jest najważniejsza – dziecko ma prawo do wyboru ręki, którą chce się posługiwać. Największą szkodą jest przestawianie dziecka na „siłę” na prawą stronę.