

"Pomoc dzieciom leworęcznym w przygotowaniu do nauki szkolnej"

Okres przedszkolny jest przygotowaniem dziecka do bardzo ważnego etapu życia, do zupełnie nowej roli – roli ucznia. W tym procesie ważną rolę spełniają rodzice, a wytrwała praca w przygotowaniu młodego człowieka do nauki wymaga ich osobistego zaangażowania. Jest to bowiem nie tylko codzienne czytanie dziecku książeczek, ale również (a może i przede wszystkim) zachęcanie do zabaw rozwijających mowę, myślenie i wyobraźnię, wspólne poznawanie świata na spacerach, w kontakcie z przyrodą, a także zajęcia manualne.

Bardzo ważnym zadaniem rodziców jest wykształcenie w dziecku wiary w siebie, w swoje siły i możliwości, a co za tym idzie – chęci do pracy. Można to osiągnąć, poświęcając na ten cel codziennie chociaż trochę czasu i przestrzegając zasady, która brzmi : zachęcać lecz nie zmuszać.

Pomoc dzieciom leworęcznym w przygotowaniu do nauki szkolnej jest szczególnie potrzebna. Czekają bowiem trudne zadanie przystosowania się do życia w „ praworęcznej” cywilizacji, tzn. w świecie, w którym wszystkie przedmioty są przeznaczone do posługiwania się nimi przez osoby praworęczne. Również pismo – krój liter, sposób ich łączenia czy dynamika sekwencji ruchów podczas pisania – jest odpowiednie dla osób piszących ręką prawą.

Może najpierw krótko o tym, co jest przyczyną leworęczności. Mianowicie ruchy lewej połowy ciała powiązane są z prawą półkulą mózgową, a ruchy prawej połowy ciała z półkulą lewą. Dzieje się tak dlatego, ponieważ główne drogi nerwowe przekazujące pobudzenia ruchowe z kory mózgowej poszczególnym grupom mięśni mają przebieg skrzyżowany. Przewaga czynnościowa jednej z półkul mózgowych przyczynia się do przewagi jednej ręki nad drugą.

U praworęcznych półkula lewa dominuje nad prawą, a u leworęcznych na odwrót

Istnieją dwie teorie leworęczności :

I. endogenna – zdaniem zwolenników tej teorii każdy człowiek jest praworęcznym lub leworęcznym w zależności od czynników wewnętrznych, które określają dominację jednej z półkul mózgowych. Właściwość tę próbowano tłumaczyć dziedzicznością.

II. egzogenna – zwolennicy tej teorii uważają, że przewaga jednej ze stron jest rezultatem treningu określonej ręki.

Obecnie uważa się, że przewaga jednej ze stron ciała zwana inaczej lateralizacją nie zjawia się od razu w postaci gotowej lecz nasila się stopniowo wraz z wiekiem i ogólnym rozwojem ruchowym dzieci.

Przeszkód i barier, które muszą przejść osoby piszące lewą ręką, jest wiele. Podstawowy problem stanowi opanowanie umiejętności pisania, ponieważ naturalnym kierunkiem staje się w tym przypadku kierunek stawiania liter od strony prawej ku lewej. Tendencję tę można obserwować u wielu przedszkolaków już w momencie podjęcia pierwszych prób rysowania szlaczków czy kreślenia liter. W początkowym okresie nauki szkolnej pojawia się pismo zwierciadlane, powstające w wyniku zapisu wyrazów lub działań matematycznych od strony prawej do lewej. Trudności te zazwyczaj ustępują w pierwszej klasie, gdy dziecko posiada umiejętność orientacji w przestrzeni i nabywa właściwych nawyków ruchowych związanych z pisaniem. Niekiedy symptomy pisma zwierciadlanego

mogą utrzymać się dłużej, co w konsekwencji jest przyczyną trudności w poprawnym pisaniu i czytaniu.

Już w okresie przedszkolnym, podczas rysowania (przede wszystkim szlaczków i ornamentów) należy zwracać baczną uwagę nie tylko na właściwe ułożenie ręki dziecka, ale także na ułożenie kartki papieru. Sposób ułożenia kartki czy zeszytu jest również bardzo ważny w procesie nauki pisania liter i prostych wyrazów, w czym dzieci bywają zazwyczaj bardzo spontaniczne. Należy to kontrolować i korygować od samego początku nauki pisania.

Trzeba mieć bowiem świadomość, że pisanie lewą ręką nastęcza wiele problemów natury technicznej: prawa ręka podczas pisania pociąga za sobą pióro czy długopis, z którego atrament/tusz swobodnie spływają. Lewa natomiast, pisząc od strony lewej do prawej, „ popycha” przybory do pisania ku przodowi. Jest to trudniejsze zadanie motoryczne: stalówka wbija się w papier, tusz i atrament gorzej spływają na papier. Widać przy tym wyraźnie, że pióro jest mniej przystosowane do pisania niż ołówek czy długopis. Dlatego bardzo pożądane jest, aby dziecko leworęczne jak najdłużej używało ołówka .

Bardzo ważną sprawą jest właściwe ustawienie ręki i ułożenie zeszytu. Zwróćmy uwagę: kiedy dziecko leworęczne, podczas wykonywania czynności graficznych, układa rękę w sposób zwierciadlany do ułożenia jej przez osobę praworęczną, zasłania sobie napisany tekst i zamazuje go. Jeśli w porę nie uzyska właściwych wskazówek, samo poszuka sobie sposobu najbardziej dlań dogodnego, a pamiętajmy, że dzieci zazwyczaj przyswajają sobie błędne nawyki ruchowe. Nabędą zatem złych przyzwyczajzeń – najczęściej wyginając rękę w nadgarstku i odchylając dłoń ku górze. Ten, nazwijmy go, niefizjologiczny układ ręki wywołuje silne napięcie mięśniowe, ręka szybko się męczy, boli, a ponadto ma ograniczony zakres ruchów. Trudności te mają również wpływ na poziom graficzny pisma. Zwłaszcza w początkowym okresie nauki, litery są mało kształtne, proporcje są zachwiane, mają miejsce niewłaściwe połączenia liter. W konsekwencji pismo jest mało czytelne i nieestetyczne. Na dodatek problemem staje się tempo pisania. Dzieci leworęczne często piszą wolniej od rówieśników, nie nadążając za klasą. Ta dyskomfortowa psychicznie sytuacja rodzi w następstwie problemy wtórne: niepowodzenia w początkach nauki pisania wywołują przykre emocje. Napięcie emocjonalne o ujemnym zabarwieniu wywołuje podwyższone napięcie mięśniowe, co w rezultacie wpływa dezorganizująco na czynność pisania i pogarsza poziom graficzny.

Nietrudno przewidzieć dalsze konsekwencje. Dziecko traci wiarę w siebie i własne możliwości. Pojawia się niechęć do nauki pisania i nauki szkolnej w ogóle. Towarzyszyć temu mogą niekorzystne zmiany osobowości: obniżenie motywacji, wytworzenie postawy lękowej wobec szkoły, pojawienie się zaburzeń nerwicowych.

Trzeba mieć świadomość, że dzieci leworęczne często wykazują mniejszą sprawność ruchową rąk, a więc tym bardziej potrzebują pomocy w tym zakresie, i to już od najwcześniejszych lat.

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

- dziecko zaakceptuje swoją leworęczność, akceptując tym samym konieczność ćwiczeń przygotowujących do pisania,
- usprawni się ruchowo lewa ręka,

- 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 zajęć graficznych (rysowania i pisania), sposób siedzenia, ułożenie kartki papieru (zeszytu),
- wykształci się nawyk prawidłowego ułożenia ręki,
- jak również sposób trzymania przyborów do pisania,
- utrwalają się nawyki ruchowe, związane z pisaniem, takie jak: kreślenie linii pionowych (z góry w dół), poziomych (od lewej do prawej strony), okręgów – przeciwnie do ruchu wskazówek zegara.

Dopiero w oparciu o te umiejętności łatwo będzie rozpocząć naukę pisania lewą ręką oraz doskonalić nawyki ruchowe niezbędne dla tej czynności. Konieczna jest zatem wiedza na temat całości zagadnienia, np. o tym, że inne są nawyki w przypadku pisania prawą ręką, a inne przy pisaniu ręką lewą. Opanowanie umiejętności pisania z przestrzeganiem zasad metodyki pisania lewą ręką jest warunkiem postępów szkolnych. Zapobiega frustracjom i zniechęceniu.

Podstawowym zagadnieniem, niepozostającym bez wpływu na postępy dziecka, jest:

I. Prawidłowa pozycja przy rysowaniu (pisaniu):

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

II. Sposób trzymania ołówka podczas rysowania (pisania):

- ołówek powinno trzymać w trzech palcach: między kciukiem i palcem środkowym, zaś palec wskazujący naciska ołówek od góry,
- drugi koniec ołówka powinien być skierowany ku lewemu ramieniu,
- w początkowym okresie nauki pisania (pierwsza klasa) dziecko powinno posługiwać się ołówkiem,
- podczas pisania palce powinny znajdować się poniżej liniatury.

III. Ćwiczenia usprawniające technikę pracy graficznej:

- ✓ Ćwiczenia ułatwiające opanowanie prawidłowego chwytu i sposobu trzymania ołówka:
 - lepienie kulek z plasteliny, zgniatanie palcami kulek z papieru,
 - wydzieranie drobnych papierków, wyskubywanie nitki,
 - „ solenie”, czyli kruszenie i rozsypywanie soli, kaszy bądź piasku na tacy drobnymi ruchami palców,
 - rysowanie w płaszczyźnie pionowej: pozycja stojąca, papier rozpięty na ścianie lub na tablicy, ręka uniesiona ku górze (arkusz papieru powinien znajdować się na wysokości ust i nosa, nieco na lewo od osi ciała).

- ✓ Ćwiczenie zdolności do kontrolowania siły nacisku ręki dziecka w trakcie pisania:
 - kreślenie linii, figur, liter, cyfr na tackach z kaszą (wg Metody Dobrego Startu),
 - malowanie farbą palcami na dużych arkuszach papieru,
 - obrysowywanie konturów rysunków w pozycji stojącej lub też stojąc nad stołem, gdy ręka dziecka swobodnie zwisa ku dołowi
 - wykonywanie różnych ćwiczeń graficznych przy użyciu: kredy, kredek woskowych, węgla rysunkowego, pędzla, ołówka, długopisu, pióra, mazaków różnej grubości.

- ✓ Ćwiczenia relaksacyjne – w przerwach ćwiczeń graficznych:
 - naprzemienne zaciskanie i rozwieranie pięści, z uświadomieniem sobie stanów napięcia i rozluźnienia mięśniowego,
 - zabawy ruchowe: pryskanie wodą, otrzepywanie rąk z wody, wytrzepywanie wody z rękawa, otrząsanie się z wody, strzepywanie nitki z rękawa.
 - wyrabianie nawyków ruchowych związanych z automatyzacją ruchów (czyli z kierunkiem pisania) :
 - kreślenie linii z zachowaniem kierunku ruchu: linie pionowe – od góry ku dołowi, linie poziome – od lewej ku prawej,
 - rysowanie kół w kierunku przeciwnym do ruchu wskazówek zegara (podobnie jak literę C),
 - zachowanie kierunku ruchu od lewej do prawej strony,
 - zaznaczenie 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),
 - rysowanie szlaczków od strony lewej ku prawej,

- ✓ Ćwiczenie precyzji ruchów:
 - ćwiczenia ruchowe usprawniające ruchy rąk i dłoni, nadgarstka, palców jednej i obu rąk,

- kreślenie w powietrzu, na tackach z piaskiem i różnymi technikami graficznymi linii pionowych, poziomych, ukośnych, łamanych, krzywych i figur geometrycznych (koło, elipsa, kwadrat, trójkąt),
- rysowanie figur, obrysowywanie kształtów geometrycznych, pisanie wyrazów bez odrywania ręki od papieru.

✓ Ćwiczenia współpracy oka i ręki, wg następujących etapów:

- rysowanie po śladzie, wypełnianie wykropkowanych linii, obwiedzenie konturów rysunków,
- kalkowanie rysunków przez szkło, kalkę techniczną lub folię, obrysowywanie ich za pomocą szablonów,
- zamalowywanie rysunku konturowego,
- wypełnianie rysunku różnymi materiałami, np. skrawkami wydzieranymi z bibułki, plasteliną lub watą,
- robienie ramki ze szlaczków,
- wycinanie rysunku,
- wklejanie rysunku do zeszytu.

Ćwiczenia powinny być wykonywane w atmosferze akceptacji i zabawy. Wówczas dziecko przezwycięży lęk przed niepowodzeniem i niechęć do rysowania. Warto, abyście Wy, drodzy Rodzice brali czynny udział w zabawach, np. „zmieniając się” na jakiś czas w dowolne zwierzątko (można użyć do tego celu maskotki). Staniecie się wówczas, nie tylko wydającymi polecenia obserwatorami, ale wspaniałymi pomocnikami, którzy razem z własnym dzieckiem też się uczą. Wspólna zabawa gwarantuje doskonały kontakt emocjonalny. Wytworzona więź emocjonalna jest trwała, sprzyja dojrzewaniu emocjonalnemu, socjalizacji dziecka, a więc rozwojowi jego osobowości. To znakomita okazja do rozmowy, która zwiększa kompetencje językowe przyszłego ucznia, tak niezbędne w procesie komunikowania się z otoczeniem. Proszę pamiętać – dziecko pracując z osobą dorosłą, czyni to zawsze na wyższym poziomie, niż wówczas, gdy działa samotnie. To od Was, Rodzice, zależy, czy Wasze dziecko będzie cieszyło się z wytworów, które samo wykona i czy powie: „Umiem rysować”. Warto je zatem zawsze pochwalić za wniesiony wysiłek i nagrodzić odpowiednim słowem: „świetnie”, „dobrze”, „podoba mi się”. Dlatego też wszystkie rysunki akceptujcie, niepowodzenia obracając w żart. Nieudanych rysunków nigdy nie można wyśmiewać, lecz można się z nich wspólnie pośmiać. Nie zniechęćcie to dziecka do dalszych ćwiczeń i zabaw, nie przestanie motywować do rysowania, które jest niezbędnym etapem poprzedzającym rozpoczęcie nauki pisania.

Podam Państwu tytuły książek w których znajdziecie propozycje różnych ćwiczeń, gier, zestawów zabaw dla dzieci leworęcznych.

„Leworęczność u dzieci” M. Bogdanowicz,

„Wzory i obrazki” M. Frostig, D. Horne

„Dyktanda graficzne” Z. Handzel

„Piosenki do rysowania” M. Bogdanowicz, D. Szlagowska

Pełny zestaw zabaw (opis, nuty) i kasety z piosenkami znajdują się w publikacji M. Bogdanowicz „Ruch i piosenka dla najmłodszych”.

„ Od piosenki do literki” M. Bogdanowicz, M Barańska, E. Jakacka.

Życzę dobrej zabawy Wam i waszym dzieciom

Opracowała – mgr Lidia Sławik¹

¹ Źródło: <https://www.szkolnictwo.pl/index.php?id=PU9061>; dostęp-20.10.18., godz. 18:53:34.