



ROZWÓJ MOTORYCZNY DZIECKA JAKO WARUNEK NABYWANIA UMIEJĘTNOŚCI PISANIA I CZYTANIA

szczątkowe, a czasem błędne.

Dysleksja, dysgrafia, dysortografia – te słowa coraz częściej nęcą kolorowymi nagłówkami czytelników w mniej lub bardziej profesjonalnych artykułach. Dobrze się dzieje, gdy czasopisma te wykazują ambicje w szerzeniu wiedzy rzetelnej i profesjonalnej, źle gdy przedstawiają informacje

O dysleksji przeciętna matka czy ojciec wiedzą dość dużo. Niektórzy z nich potrafią jednym tchem wymienić charakterystyczne symptomy (niezgodne zresztą z późniejszymi wynikami badań psychologiczno-pedagogicznych) występujące u dzieci kierowanych do poradni. Dysleksja daje o sobie znać dość wcześnie. I choć diagnozujemy ją ostatecznie w 3-4 klasie szkoły podstawowej, to jednak obserwowane zakłócenia w zakresie sprawności psychomotorycznej dziecka widoczne są w wieku przedszkolnym - i to właśnie przedszkole jest tym miejscem i tym momentem, w którym można dziecku w tym zakresie pomóc. Oczywiście pod warunkiem, że rodzice podejmą współpracę ze specjalistami w sposób konsekwentny i odpowiedzialny, ponieważ istotny jest czas, w którym dostrzega się pierwsze niepokojące objawy, mogące stanowić o późniejszym przebiegu kariery szkolnej dziecka. Wysiłek korekcyjno-kompensacyjny włożony w stymulację osłabionych funkcji percepcyjnych może ustrzec dziecko przed niepowodzeniami szkolnymi.

Szczególną rolę w stymulacji zaburzeń odgrywają nauczyciele przedszkolni, a także psycholodzy i logopedzi tam zatrudnieni, którzy dzięki szerokiej gamie doświadczeń wynikających ze stałego, osobistego kontaktu z podopiecznym oraz dużej wiedzy merytorycznej. To oni mogą sygnalizować rodzicom pierwsze niepokojące objawy deficytów.

Z moich obserwacji wynika, że nauczyciele ci mają szeroki wachlarz pomocy dydaktycznych i pomysłów, dzięki którym są w stanie podjąć szereg działań usprawniających dziecko, nie tylko w zakresie sprawności psychoruchowej, ale także w zakresie fachowej i rzetelnej kompensacji zaburzeń czy deficytów w sferze percepcji wzrokowo-ruchowej i słuchowej. Prawda jest jednak także taka, że nie zawsze mogą się temu zadaniu poświęcić w pełni i skutecznie - i to nie z powodu złej woli - a raczej z uwagi na stawiane im wymagania realizacji programu dydaktycznego na poziomie „O”.

Podstawą przygotowania dziecka do podjęcia nauki jest prawidłowy poziom rozwoju koordynacji wzrokowo-ruchowej oraz słuchu fonemowego. Istotna jest także wiedza o charakterze lateralizacji, (ewentualnym braku ostatecznego jej ukształtowania), poziomu sprawności ruchowej i orientacji przestrzennej dziecka oraz terapia logopedyczna (w przypadku dzieci z wadą wymowy).

Poziom sprawności ruchowej dzisiejszych milusińskich jest wielokrotnie niższy od tego, który obserwowaliśmy jeszcze 10-15 lat temu. Zaryzykuję wręcz stwierdzenie, że poszerzenie programu szkolnego o dodatkowe lekcje kultury fizycznej nie rozwiązuje w pełni tego problemu. Przyczyn takiego stanu rzeczy upatruję w stylu życia, jaki prezentuje przeciętna rodzina. To znak naszego wieku, warunkowany brakiem czasu zapracowanych, zabieganych i niejednokrotnie bezradnych wobec pojawiających się trudności rodziców. Sytuację pogarsza siedzący tryb życia dzieci nad laptopami i telefonami komórkowymi, do których dostęp jest nieograniczony i (niestety) niejednokrotnie wygodny dla rodziców.

Dzisiejsze dziecko, rozpoczynające naukę w szkole często posiada wyraźne zaburzenia lub deficyty w obrębie słuchu fonemowego. Niejednokrotnie jego zasób słów, mowa opowieściowa czy rozumienie wielu pojęć są ograniczone. Współczesne dziecko jest skoncentrowane w ogromnym stopniu na bodźcach wizualnych. Sfera słuchowa natomiast rozwija się wolniej i często nie jest na tyle dojrzała, by podołać trudowi nauki poprawnego pisanie czy czytania.

Badania przesiewowe dzieci w wielu 6-7 lat, przeprowadzane przez ze mnie od kilku lat w ramach programu profilaktycznemu „Pierwszaki na start” wskazują na duże trudności występujące u pierwszaków w zakresie pamięci fonologicznej, analizy i syntezy głosek i sylab. Ogromna liczba dzieci ma także poważne problemy z utrzymaniem w pamięci sekwencji usłyszanych słów, czy z prawidłowym powtórzeniem usłyszanego zdania. Osłabiona modalność słuchowa, oraz problemy występujące w obszarze pracy analizatora słuchowego nie muszą być warunkowane neurologicznie. Duży procent dzieci, po prostu nie zostało właściwie stymulowane w domu czy w przedszkolu.



Warunkiem prawidłowego rozwoju małego dziecka i przygotowanie go do zdobywania umiejętności szkolnych jest jego rozwój motoryczny. Podstawowym działaniem w tym zakresie jest zachęcanie dziecka do świadomego ruchu, który rozwija w nim poczucie równowagi, uczy identyfikowania kierunków oraz sprawnego poruszania się

w schemacie własnego ciała. Służą temu wszystkie zabawy ruchowe, jakże często zapomniane, a tak powszechne w życiu codziennych naszych rodziców: zabawy

zręcznościowe z piłką, zabawy w stare poczciwe „klasy”, zawody w „skakaniu przez gumę”, naprzemiennie nożne akrobacje, wspinanie się na drzewa, utrzymywanie równowagi na krawężnikach i murkach, zabawy w „orła” na śniegu, etc.

Stare, sprawdzone zabawy naszych matek i babć poszły w zapomnienie i wydają się archaiczne. Dzieci przestały się bawić na podwórkach, a harcerstwo, (choć uczy świetnie orientacji w terenie) dziś stało się już „niemodne”. Dzieci na spacerach czy w galeriach handlowych powinny być czyste, niezgrzane i niespocone. Najczęściej muszą dostosować się do rytmu swoich rodziców. Bardzo często obserwujemy w parkach czy na ulicach spacerujących rodziców z dziećmi. Trzymane kurczowo za rękę, pokonują znaczne odległości. Warto jednak pamiętać, że monotony spacer, nawet w towarzystwie mamy i taty, jest dla dziecka zbyt męczący. Maluch nie potrafi się jeszcze przystosować do rytmu kroków dorosłego. Podobnie jest na placach zabaw. Tam, gdzie dziecko może swobodnie biegać, wspinać się, skakać, często z obawy i lęku rodzica jest ograniczane. Słyszy: „nie stawaj tutaj, bo...”, „nie skacz, bo...”, „nie wspinaj się, bo...” itd.. Tymczasem w przedszkolu, to samo dziecko, pokonuje znacznie dłuższą trasę biegnąc czy podskakując i wcale się nie męczy, ponieważ porusza się według własnego rytmu.

Kościec dziecka jest tak delikatny i elastyczny, że łatwo ulega zniekształceniom. Dlatego nie należy prowadzić malca zawsze za tę samą rękę i zmuszać go do siedzenia lub stania przez dłuższy czas w bezruchu. Nauczyciel i rodzice mogą w znacznym stopniu pomóc w rozwoju psychoruchowym dziecka, o ile orientują się w jego możliwościach ruchowych.

Zabiegani rodzice przywożą swoje dzieci samochodami pod samo przedszkole, noszą (nawet pięcioletnie) na barana lub przywożą w wózkach. Potem uskarżają się, że jest ono nadruchliwe, niespokojne i nie potrafi przez chwilę usiedzieć w jednym miejscu. Lub cieszą się z faktu, że ich pociecha potrafi długo siedzieć przed telewizorem i jest takie grzeczna.



Zatrważające są także informacje, (uzyskiwane podczas wywiadów z rodzicami, czy nawet podczas rozmów z samymi dziećmi w gabinecie poradni), o tym, jak dzieci godzinami spędzają czas w bezruchu przed ekranami telewizorów, oraz gdy coraz częściej pochylają się nad monitorami komputerów i ekranami smartfonów. Rodzice komentują ten stan rzeczy z pewną dozą ubolewania, ale w końcu tak jest wygodniej, gdyż dziecko nie przeszkadza po nerwowym dniu w pracy i dodatkowych nadgodzinach. Rzecz jasna, nie chodzi tutaj wyłącznie o traumatyzujące treści owych multimedialnych „rozrywek”,

lecz o wielogodzinny brak ruchu, będącego podstawowym warunkiem prawidłowego rozwoju psychomotorycznego i psychoneurologicznego dziecka.

Wśród wielu dzieci przebywających w przedszkolu są takie, które posiadają w pełni utrwalony charakter lateralizacji. U wielu stronność ciała dojrzeje później. Jest też pewna grupa maluchów, która wykazuje wyraźne symptomy nieustalonej lateralizacji. Doświadczone nauczycielki przedszkolne z reguły „wyłapują” dzieci mało sprawne ruchowo, nie tylko w zakresie precyzji i szybkości ruchów rąk, ale również ich wzajemnego współdziałania. Dostrzegają także u dzieci pewien brak płynności, harmonii, koordynacji oraz zakłócenia w schemacie ciała - co ogranicza w konsekwencji ich sprawność w rzutowaniu go w przestrzeni, (np. w ujmowaniu złożonych stosunków przestrzennych podczas wykonywania na sobie podwójnych poleceń przekraczania rękami osi ciała, a w późniejszym czasie – poprawnego zapisu znaków graficznych upodobnionych kształtem, wreszcie konstruowania figur geometrycznych). Mowa tu oczywiście o tych formach zaburzeń rozwoju ruchowego, które ujemnie odbijają się na procesie czytania i pisania ucznia.

Zatem wynika stąd konieczność orientacji w przestrzeni. To właśnie ruch w rozwoju małego dziecka jest źródłem poznania otaczającego go świata, a jego motoryka stanowi podstawę niezbędnego modelowania dyspozycji do nauki pisania. Orientacja kierunków i stosunków przestrzennych są umiejętnościami niezbędnymi w późniejszym odróżnianiu i prawidłowym zapisie liter czy cyfr, a potem w nauce geometrii czy geografii. Rozumienie kierunku zaczyna się poprzez doświadczanie czuciowe własnego ciała i przestrzeni, (różnicowanie elementów ciała oraz jego złożonych i prostych funkcji, pozostających w zależności całościowego działania). W ten sposób dziecko osiąga świadomość schematu ciała i powoli, coraz sprawniej zaczyna się nim posługiwać w relacjach przestrzennych. Możemy zatem stwierdzić, że pierwotną i najbardziej bezpośrednią informację o przestrzeni dziecko uzyskuje poprzez doświadczenie ruchu, a następnie za pomocą wzroku i słuchu.

W stymulowaniu orientacji przestrzennej istotną wagę odgrywają zabawy, gry i ćwiczenia równowagi. Wymagają one od dziecka szczególnej kontroli własnej postawy i stałego regulowania jednej i drugiej połowy ciała. Chodzenie po ograniczonych wąską powierzchnią ławeczkach, wyrysowanych na podłodze liniach pozwalają pobudzać jego wewnętrzną kinestetyczną uwagę zwróconą na pionową oś ciała. Podczas balansowania dziecko najpełniej odczuwa i odróżnia istnienie poszczególnych części ciała (tułów, barki, ramiona i biodra).

Inną grupą zabaw i ćwiczeń, które pozwalają dziecku poznawać schemat własnego ciała oraz jego kierunków są ćwiczenia tułowia, ze szczególnym uwzględnieniem skrętów i skłonów na boki. Ćwiczenia i konstruowane dla ich potrzeb zabawy wzbogacone treściami uczą przedszkolaka rozpoznawać i odróżniać strony ciała, przy równoczesnym usprawnianiu elastyczności dużych ruchów tułowia i barków. Kształtowaniu lateralizacji służą skutecznie zabawy w chody na wprost, chody

kombinowane (połączone ze skrętami w prawo i lewo na dany sygnał). Dalszym krokiem na drodze opanowania kierunków własnym ciałem są chody linią zygzakowatą,

chodzenie w ślimaka (na przemian w prawo i w lewo) oraz po spirali, przy zataczaniu coraz większych kręgów w różnych kierunkach zmieniających się rytmicznie. Dużą rolę odgrywają biegi slalomem pomiędzy rozstawionymi przeszkodami, mające na celu omijanie ich z prawej i lewej strony oraz chodzenie po wzorze ósemki. Kiedy dzieci opanują zmiany kierunków w chodzie, można te same formy ruchu powtarzać w kierunku do tyłu oraz przy zamkniętych oczach.



Istnieje też cała grupa zabaw i gier ruchowych, celem których jest ćwiczenie pamięci wzrokowo-ruchowej. Są nimi zagadki ruchowe, oparte na wyobrażeniach znanych dzieciom przedmiotów. Polegają na „rysowaniu” dłonią lub palcami

w powietrzu i zgadywaniu przez pozostałe dzieci nakreślonego ruchu przedmiotu. Można proponować dzieciom rysowanie na plecach czy na wewnętrznej stronie dłoni. Należy oczywiście stopniować skalę trudności eksponowanych figur i kształtów. Zagadki ruchowe zaczynamy od „rysowania” ich ręką prawą, a następnie zachęcamy do wykonania ich także lewą ręką. Zmierzając do równoczesnego usprawnienia obu rąk dziecka i różnicowania kierunku ruchu każdej z nich, można również proponować dzieciom zadania polegające na rysowaniu w powietrzu określonych form jednocześnie obiema rękami (dwie szyny kolejowe – równoległe i pionowe, lub dwa ślimaki – spiralne, płynne ruchy koliste

o stopniowo zwiększających się kręgach, albo dwa takiej samej wielkości okienka lub dwie, rozchodzące się w przeciwnych kierunkach postacie – poziome linie prowadzone ruchami odśrodkowymi, i wreszcie tańczące marionetki – skręty nadgarstków).

Równoległe z zabawami i ćwiczeniami kształtującymi ujmowanie kierunków w stosunku do własnego ciała i otaczającej przestrzeni, powinny się znaleźć ćwiczenia usprawniające różnicowanie ręki prawej i lewej. Chodzi zatem o usprawnianie rąk, tak by dziecko w przyszłości potrafiło samo wybierać kombinacje ruchowe, dostosowując je do rodzaju zadania manualnego oraz narzędzi i materiału, z którymi przyjdzie mu mieć do czynienia. Ważnym więc jest stwarzanie dziecku możliwie najbogatszego wyboru kombinacji ruchowych, w tym takich, które będą miały na celu zmianę przyzwyczajeń czy uproszczeń, oraz tworzenie nowych schematów ruchowych pozwalających poznać nowe możliwości ruchowe i ich świadome wykorzystanie.

Uważam, że to właśnie na poziomie wychowania przedszkolnego dzieci powinny być poddawane rzetelnej diagnozie oceny ich poziomu rozwoju psychomotorycznego,

a skale jego pomiaru (Ozierecki czy Kephart) mogą stać się nie tylko narzędziem tej diagnozy, ale także bazą wyjściową do konstruowania szerokiej gamy zabaw ruchowo-zręcznościowych, kontynuowanych przez rodziców i poszerzanych o ćwiczenia stymulujące percepcję wzrokowo-ruchową, (o czym możecie Państwo poczytać w wcześniejszych postach na naszej stronie FB oraz pobrać gotowe zabawy na oficjalnej stronie naszej poradni).

W pracy przedszkola rozwijanie sprawności ruchowej następuje głównie poprzez organizację zabaw ruchowych takich jak:

- ✓ zabawy orientacyjno-porządkowe,
- ✓ zabawy z elementem równowagi,
- ✓ czworakowanie (naprzemiennosc ruchów kończyn dolnych i górnych),
- ✓ biegi,
- ✓ rzuty ocelu,
- ✓ toczenie,
- ✓ wspinania się,
- ✓ zorganizowane podskoki i skoki,
- ✓ gry i zabawy na powietrzu, zabawy w terenie,
- ✓ ćwiczenia gimnastyczne dla dzieci młodszych w formie opowieści ruchowych po 10-20 min., dla dzieci starszych - zestawów ćwiczeń po 20-35 min.



Oprócz zorganizowanych form ruchu, dzieci mają własne, dowolne zabawy ruchowe. Są one prostą, nieskomplikowaną formą ruchu opartą na podstawowych ruchach motorycznych człowieka, jak chód, bieg, skok, pełzanie, rzucanie – najbardziej odpowiadającą potrzebom dziecka, wynikającym z właściwości i etapu jego rozwoju.

Wielka ich różnorodność, wszechstronność oddziaływania oraz łatwość organizowania

zabaw ruchowych wysuwa je na pierwsze miejsce pracy z małymi dziećmi. Wprowadzają one także radosny nastrój i dobre samopoczucie. Zabawy mają wpływ na odprężenie nerwowe malucha - co ma wpływ na wypoczynek i odprężenie umysłowe oraz zdolność skupienia uwagi i zainteresowania. Mają również dobroczynne skutki fizjologiczne, ponieważ podnoszą wydolność wszystkich układów i narządów: układu ruchowego, oddechowego, krążenia i pokarmowego. Rozwijają wszystkie cechy motoryki - jak siła szybkość, zwinność, wytrzymałość, gibkość, moc, oraz umiejętności ruchowe niezbędne w codziennej działalności człowieka. Współdziałają w dużym stopniu z rozwojem wrażeń i spostrzeżeń, uczą widzenia otaczających przedmiotów

i zjawisk ze wszystkich stron i we wszystkich ich wzajemnych powiązaniach. Co bardzo istotne - wyrabiają umiejętność określania odległości, ciężaru, wytrzymałości innych cech przedmiotów, a także logicznego myślenia w związku z praktyczną działalnością. Zabawy ruchowe rozwijają także pamięć i twórczą wyobraźnię dzieci, doskonałą i podnoszą ich znaczenie, wszechstronnie wpływają na rozwój ich roli, ponieważ są związane z czynnymi przejawami osobowości dziecka. Zabawy są jednym z najważniejszych czynników wychowania moralnego. Dziecko w zabawie wie, że musi być rzetelne, uczciwe, prawdomówne, że musi być dobrym kolegą, musi być opanowane gdy przegra, jeżeli chce żeby jego udział w zabawie był zaakceptowany przez inne dzieci.

Wśród zabaw nie sposób pominąć następujących grup aktywności motorycznej:

✓ **zabawy ruchowe orientacyjno - porządkowe**, mające za zadanie wytworzyć u dzieci umiejętność skupienia uwagi podczas zabawowych czynności ruchowych, oraz opanować określone umiejętności. Dzięki nim dziecko przyswaja sobie umówione znaki, sygnały oraz potrafi porozumiewać się z grupą niewerbalnie. Ruch wykonywany podczas tych zabaw jest podporządkowany odpowiednim regułom. Jest on więc szybki, precyzyjny, niekiedy powolny i nierytmiczny - ale zawsze wymagający od dziecka myślenia i umiejętności skupienia uwagi. Zabawy te wprowadzają dziecko w środowisko otaczające, a jednocześnie uczą reguł norm i zasad zachowania się. Doskonałą zwinność i zręczność i rytm. Wielką rolę dogrywiają jednak w kształtowaniu szybkiej reakcji na nieoczekiwane bodźce - co podnosi ich wartość i znaczenie w procesie przystosowania się do wieku sytuacji życiowych,

✓ **zabawy rzutne** - opierające się na naturalnych formach ruchu, jakimi jest rzut do celu lub na odległość. Do tego rodzaju zabaw konieczne jest pewne przygotowanie bowiem rzuty wymagają umiejętności: rzucania, celowania, a także wszechstronnego usprawniania organizmu. Zabawy rzutne rozwijają podstawowe formy ruchu, szybkość i siłę oraz sprzyjają kształtowaniu koordynacji wzrokowo-ruchowej, umiejętności skupienia uwagi i koncentracji. Niektóre zabawy rzutne wpływają także na odprężenie psychiczne i nerwowe oraz są dobrą rozrywką,

✓ **zabawy na czworakach** - sprzyjające prawidłowemu kształtowaniu się krzywizn kręgosłupa. Mają wpływ na sprawność fizyczną dzieci bowiem wzmacniają aparat kostno-stawowo-wiązadłowy i kształtują niektóre cechy motoryki, a zwłaszcza siłę. Zabawom tym towarzyszy dobry nastrój, co wpływa na umysłowe odprężenie i rozładowanie ewentualnego napięcia,

✓ **zabawy skoczne** - mające wpływ na takie cechy psychiczne jak odwaga, wiara w własne siły, pewność siebie, sprzyjające kształtowaniu koordynacji nerwowo-ruchowej, rozwijające również cechy motoryki, jak: zręczność, zwinność, moc i siła. Połączone z biegiem usprawniają szybkość i równowagę,

✓ **zabawy kopne** - interesujące szczególnie chłopców, wiążące się z kształtowaniem zręczności, siły i szybkości, a często także wytrzymałości. Zabawy te dostarczają dzieciom dużo zadowolenia i satysfakcji, kształtują umiejętności, współpracy i współdziałania w grupie.

Aby skutecznie wspierać rozwój psychofizyczny dzieci niezbędna jest stała współpraca z rodzicami. Nie wszyscy rodzice zdają sobie sprawę z wielkiego zapotrzebowania dzieci na ruch i często nie wiążą nadrucliwości dziecka w domu z brakiem okazji do „wyżycia się” ruchowego w ciągu dnia. Należy zachęcać rodziców do organizowania wspólnych zabaw ruchowych z dziećmi, do planowania im aktywności fizycznej, np.: jazda na rowerze, wrotkach, pływanie w basenie, ale również do wyposażenia dziecka we własną piłkę i stworzenie okazji do posługiwania się nią.

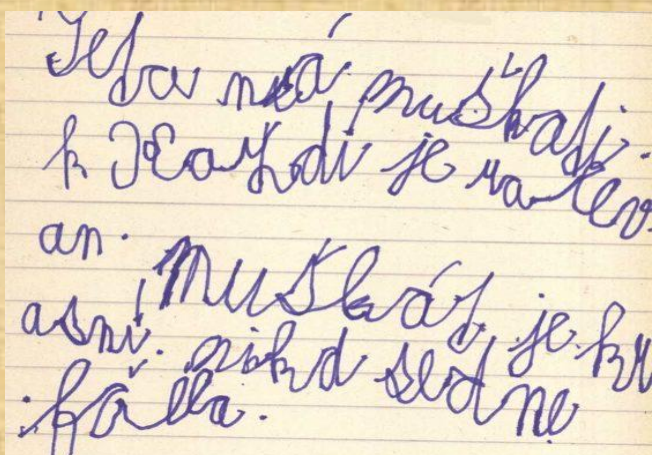


Tymczasem, to co najprostsze i najistotniejsze zarazem, z zaskakującą beztrioską ginie w gąszczu zawyłych programów edukacyjnych i skomplikowanych eksperymentów, będących odbiciem niespełnionych ambicji pozbawionych kompetencji ekspertów, przy jednoczesnym lekceważeniu metod i technik dawno już sprawdzonych, skutecznych i przynoszących jak dotąd wymierne

i przewidywalne efekty.

Współczesny pierwszoklasista sprawnie otwiera i wykorzystuje masę aplikacji telefonicznych, natomiast często nie potrafi wskazać prawidłowo ręką lewą prawego kolana. Obarczony bodźcami wzrokowymi – nie koncentruje uwagi na bodźcach słuchowych i nie odróżnia istotnych różnic dźwięków mowy.

Największy wpływ na prawidłowy rozwój dziecka mają rodzice i nauczyciele. To oni przebywają z dzieckiem najdłużej i są dla niego wzorami przekazując wiadomości, umiejętności i nawyki. W przedszkolu i w domu uczy się ono nowych ruchów i doskonali zdobyte umiejętności. Nauczyciele i rodzice mogą i powinni tak kształtować rozwój ruchowy dziecka, aby nie tylko sprzyjać jego zdrowiu, ale także by uzyskany rozwój przygotował przyszłego ucznia do podjęcia wysiłku nauki prawidłowego pisania i czytania, bowiem dzieci stricte dyslektycznych jest niewielki procent. Reszta – to dzieci, wymagające dodatkowej stymulacji ewentualnych deficytów rozwojowych.



Małgorzata Jerzak
pedagog