

Szülőknek szóló

A tájékozódás fontossága

Az iskolai kudarcokhoz vezető tanulási nehézségeket egyre nagyobb biztonsággal ismerik fel a pedagógusok. A tapasztalatok szerint az iskolai tanulást nehezítő problémák korai jelei már óvodáskorban is megmutatkoznak. Ezért nagyon fontos a korai felismerés, s ebben Ön is döntő szerepet játszhat. Ma a térbeli tájékozódás fejlesztéséről tudhat meg hasznos információkat.

A dominanciáról

A világon minden tizedik ember balkezes, ezen belül a férfiak aránya másfélszerese a nőkének.

A balkezesség a régebbi korokban olyannyira hátránynak számított, hogy kirekesztés, vagy szélsőséges esetben akár máglyahalál is járt érte. Mivel a közfelfogás átoknak titulálta, a gyerekek "tisztátalan" kezét hátrakötötték, így kényszerítve őket a jobb kéz használatára.

Pszichológusok már régen rámutattak az átszoktatás káros hatásaira, és szerencsére napjainkban végre ez a jellemző álláspont; aki balkezesnek született, az ma már nyugodt szívvel maradhat balkezes, mindenféle negatív megkülönböztetés nélkül.

A jobb- vagy balkezesség anatómiai (orvosi) magyarázata: a két agyfélteke eltérő dominanciáján alapul: balkezesek esetében a jobb, míg a jobbkezeseknél a bal agyfélteke az uralkodó. Ezért veszélyes az átszoktatás, hiszen felborítja az eredeti dominancia-viszonyokat.

A jobb- vagy balkezesség nem jelent minőségi különbséget a mindennapi életben: a balkezesek semmivel sem ügyetlenebbek domináns ("uralkodó") kezükkel, és a kétbalkezes jelzőnek is csak annyiban van értelme, hogy a rájuk kényszerített jobbkezes világban, a jobb kézre igazított tárgyakkal valóban bizonytalanabb benyomást kelthetnek.

A kényszeres átszoktatás kimerültséget, érzelmi és beszédzavarokat okozhat, sérül a gyermek térérzékelő képessége, fokozódik agresszivitása, csökken az önbizalma!

A tanulás folyamatát a keresztezett dominancia nehezítheti (pl. jobb kezes, bal szemes). Ugyanis a saját testen való tájékozódás így problémássá válhat, pedig ez képezi az alapját a térbeli és időbeli tájékozódásnak, az irányok síkbeli észlelésének.

Testséma

A tanulási zavar gyakori tünete a bizonytalan testséma. Honnan ismerheti fel, hogy gyermekének nincs megfelelő képe saját testéről? Figyelje meg, hogy hogyan tud tájékozódni a testén! Tudja-e a bal lábát keresztezni a jobb fölött? Az ilyen problémával küzdő gyermekek nem tudják, milyen a karkulcsolás, nem tudják hátukat homorítani, domborítani.

Az olvasási problémák hátterében gyakran a téri tájékozódás zavara áll. A téri tájékozódásban pedig a saját test a kiindulópont, a gyermek saját térbeli helyzetének tudatosítása teszi lehetővé a fent-lent, jobb-bal irányok megkülönböztetését. Amennyiben ebben zavar keletkezik, nemcsak az olvasásban, írásban jelentkezhetnek problémák, hanem a számolási műveletek elsajátítása is nehézségbe ütközhet. Hiszen a gyerek számolás közben irányt téveszthet, s így a végeredmény már nem lesz helyes.

A testséma fejlesztésének első lépése az önmegfigyelés. Ezeket a gyakorlatokat már egész korán el lehet kezdeni. Sok játékot játszhatnak a tükör előtt: pl. "**Milyen vagyok?**". Először a gyermek a saját külső tulajdonságait figyelje meg (hajsزín, szemszín, nagyság), ezután a ruházatát. Majd a család többi tagját is vegyék szemügyre. Ha már mindenki sorra került, kezdődhet a **rendőr játék**: adjon valakiről személyleírást, s gyermeke ismerje fel, ki a keresett személy. Ha kitalálta, cseréljenek szerepet. A játék a megfigyelőképesség mellett a szókincset is fejleszti.

A későbbiek folyamán megfigyelhetik az apróbb részleteket is: mimikájukat, gesztusaikat. A mimikával a gyermekek megtanulhatják alapvető érzelmek kifejezését (pl. szomorúság, vidámság). Az arcjátékot élvezetesebbé tehetik, ha szituációhoz kötötten adják elő (pl.: ajándékot kap - öröm, elveszett a játék - szomorúság). Képekről is megpróbálhatják felismerni az érzelmeket.

A testrészek funkciójának tudatosítása

Az önmegfigyelés után következnek a testrészekhez kapcsolódó funkciók tudatosítása. **Gyakran nézegetik a közös fotókat?** A gyermek önazonosításának kialakulásához ugyanis elengedhetetlenül fontos, hogy pontosan ismerje fel magát, tudatosuljanak benne a fejlődés során végbement változások.

Nagyon fontos, hogy gyermeke tudatosan megélje testrészeinek létezését, mozgását, szerepét. Ezt segíti, ha **nyomatot készítenek a család minden tagjának kezéről, lábáról**. Ez is jó alkalom a megfigyelésre, hiszen összehasonlíthatják a lenyomatokat.

Nagyon szeretik a **testrészek tornája** elnevezésű játékot: hajtsd előre a fejedet, emeld a karodat.. stb. De ugyanilyen népszerű a **mivel csinálom** játék: utánozzon egy egyszerű testmozgást, s gyermekének a feladata kitalálni, hogy mit csinált, s melyik testrészével (pl. fogmosás - kéz). A játék közben észrevétlenül gyarapodik gyermekének a testrészekről szerzett ismerete. Ha már biztosan felismeri minden egyes testrészét, akkor gyakorolják különféle testhelyzetekben (hanyatt fekvé, hason fekvé, ülve), végül csukott szemmel is.

A koordinált mozgás, valamint az egyensúly fenntartása szorosan kapcsolódik a testséma kialakításához. Először egyszerűbb gyakorlatokat végezzenek: pl. **mérlegállás , egy lábon állás-** időre. Írják föl az eredményt, s másnap igyekezzen gyermeke egy kicsit tovább megállni. Nehezíthetik más módon is a feladatot: **csukott szemmel is csinálja meg a gyakorlatot**.

Ha ez már nem okoz problémát gyermekének, végezzenek olyan egyensúlyi gyakorlatokat, amelyek az egész testet megmozgatják. **Gyakorolják az egyensúlyozó járást:** szigetelő szalaggal húzzanak egy vonalat a padlóra, s gyermeke próbáljon úgy végighaladni rajta, hogy ne essék le róla. Amennyiben ezt már nagyon ügyesen tudja, nehezítsék a feladatot: járás közben babzsákot vigyen a fején, később pedig még egy kanalat is a kezébe adhat, melyben egy tojás van, vagy tálcan poharat, stb.

Téri tájékozódás fejlesztése

A biztosan kialakult testtudat a téri tájékozódás alapja. A téri tájékozódásban ugyanis a saját test a kiindulópont, gyermekének saját térbeli helyzetének tudatosítása teszi lehetővé a

bal és jobb irányok megkülönböztetését. Nevezzék el a bal és jobb kezüket. Mégpedig úgy, hogy végezzenek néhány guggolást a szobában - ettől felerősödik a szívverés, s megérezheti gyermeke, hol is dobog a szíve. Így tehát a **bal kéz a szív keze**. Majd játsszák el a bemutatkozást, fogjanak kezét - így lesz a **jobb kéz a bemutatkozó kéz**. Nevezzék meg, milyen tárgyak vannak gyermeke bal oldalán, jobb oldalán.

Fontos, hogy a síkban is jól tájékozódjon gyermeke. Ez segíti elő ugyanis, hogy az iskolai tanulmányai során jól tájékozódjon a hármason vonalközben (elsős, másodikos írásfüzet ilyen vonalazású), ne tévessze össze az egymástól csak irányúban különböző betűket: u-n, b-d-p .

Ennek egyik lehetséges módja a **távirányítós játék**: az irányító mondja a haladás irányát, az irányított pedig teljesíti az utasítást. Pl. Lépj előre kettőt! Jobbra egyet! stb. Ha a térben már jól tájékozódik gyermeke, vegyenek elő egy lapot, s rajzoljanak rá egy virágot. Kérje meg gyermekét, ha rajzoljon a virág fölé egy pillangót, a jobb oldalára egy vázát, alá egy pontot.

Ugyanezt a képességet fejlesztheti azzal is, ha egy négyzetrácsos papírra - kezdetben egyszerű - formát rajzol X-ek segítségével, s megkéri gyermekét, hogy másolja le ugyanezt. Aztán lehet egyre bonyolultabb, egyre absztraktabb formákkal próbálkozni.

Kellemes időtöltést kívánok!

Gyűjtötte és lejegyezte: Kurainé Égerth Magdolna, fejlesztőpedagógus(Corvina Óvoda és Ált. Isk. Műkertvárosi integrációja)