

Pisanie jest jedną z podstawowych sprawności, jaką dziecko ma opanować w pierwszych latach nauki. Nauka pisania, począwszy od wiernego odtwarzania znaków graficznych, jakimi są litery, poprzez różnorodne ćwiczenia, aż do jej całkowitego zautomatyzowania, jest umiejętnością trudną. Wymaga od dziecka dużego wysiłku i zaangażowania.

Z moich dotychczasowych ponad 20-letnich obserwacji wynika, że:

- znaczna część uczniów w klasie I nie umie prawidłowo trzymać pióra, ołówka i długopisu;
 - większość nie potrafi prowadzić ręki według wyznaczonych linii;
 - prawie wszyscy uczniowie koncentrują całą swoją energię na kurczowym ściskaniu ołówka i silnym przyciskaniu go do kartki. W ten sposób akcentują swoje uczuciowe zaangażowanie, ale nie osiągają pożądanego efektu pracy.
 - Duży procent uczniów przychodzi do szkoły z różnymi nawykami, które są trudne do usunięcia, gdyż łatwiej jest czegoś nauczyć niż oduczyć;
 - jedne dzieci rysują chętnie i piszą dużo inne tego nie lubią wcale.
- Wymienione trudności są bardzo częste i zależą od wielu czynników:
- ogólnego rozwoju umysłowego dziecka, - doświadczeń w rysowaniu,
 - ogólnej sprawności ruchowej,
 - rozwoju elementarnych funkcji percepcyjno-motorycznych zaangażowanych w czynności rysowania i pisanie,
 - sprawności funkcji wzrokowych (zaburzenia percepcji wzrokowej),
 - napięcia mięśniowego (wzmoczone lub zbyt małe),
 - lateralizacji (leworęczność).

Zarówno nauczyciel jak i rodzic powinien mieć świadomość, że rękę 6/7 latka trzeba wyćwiczyć. Trudności w pisaniu można zmniejszyć, ale musimy poświęcić czas i zwrócić szczególną uwagę na ćwiczenia wstępne. Nie żałujmy czasu, ani trudu.

Książeczki do kolorowania są łatwo dostępne na rynku. Podzielone są na kategorie wiekowe: większe formaty dla najmłodszych, z detalami dla 4/5 latków. Moim zdaniem, wszystkie dzieci chętnie z nich korzystają w domu, ale ich czynności nie zawsze są ukierunkowane. Pozostawienie dziecku swobody w zakresie jego twórczości jest konieczne, ale obowiązkiem rodzica jest inspirowanie, wskazywanie odpowiedniej techniki i sposobów posługiwania się narzędziem pracy już od najmłodszych lat.

Najbliższy dziecku jest ruch „kołowy”. Pozwólmy najmłodszym „mazać” na różnorodnych formatach papieru (ściana jest najfajniejsza, można przymocować szary papier i pozwolić 2/3 latkowi ozdobić ścianę). Początkiem nauki pisania, może być:

- rysowanie palcem w piaskownicy (mama narysuje koło- dziecko powtórzy)
- mazanie zmoczonym palcem (np. przy myciu rąk)
- odciskanie zamalowanych palców, dłoni

Z moich obserwacji wynika, że dzieciaki uwielbiają kalkowanie. Wystarczy „papier śniadaniowy”+ rysunek. Nawet 3 -latki to uwielbiają (bo im wychodzi).

Jeśli uczeń w klasie pierwszej ma problemy w pisaniu, warto sięgnąć po” kalkomanie”.

- Kalkowanie rysunków – przez folię, kalkę techniczną i ołówkową, szkło matowe. Jest to również prosta technika, gdyż rysujący wodzi po wzorze ołówkiem, kredką lub pisakiem. Stopień trudności zależy od stopnia komplikacji rysunku.
Obrysowywanie jest łatwe dla dziecka i daje mu szansę sukcesu!
- Obrysowywanie przedmiotów i rysowanie z użyciem szablonów – obie formy wymagają dobrej koordynacji rąk i oka, ponieważ rysowanie odbywa się pod kontrolą wzroku i dzięki współpracy obu rąk. Zajęcia te można zacząć od obrysowywania własnej dłoni lub konkretnego przedmiotu, a później przejść do obrysowywania np. figur geometrycznych.

Najwięcej sprawności manualnej osiąga dziecko podczas posługiwania się grubym pędzlem (np. nr 14), kredką świecową, palcem...a potem ołówkiem. Malowanie palcem, grubym pędzlem i bokiem kredki sprawia, że ruchy ręki stają się lekkie, płynne, a uzyskane efekty pracy dają dziecku wiele radości, gdyż malowane przedmioty wywołują wrażenie prawdziwych. Ślad po pędzlu czy palcu może, w wyobraźni dziecka stać się wszystkim... płatkami kwiatka, pniem drzewa.

Przy takich zajęciach dziecko rozluźnia mięśnie, pokonuje lęk i ma wrażenie, że się bawi, a nie rysuje. Można też dziecku zaproponować rysowane wyliczanki lub rysowane wierszyki.

Ćwiczenia kształtujące nawyki ruchowe związane z kierunkiem pisania.

Od początku wyrabiamy u dziecka kierunek pisania od lewej do prawej strony.

Jedną z głównych przyczyn pisma dysgraficznego jest nieprawidłowy chwyt narzędzia do pisania!



Ołówek trzymany w trzech palcach: pomiędzy kciukiem i lekko zgiętym palcem wskazującym, opierając go na palcu środkowym. Palce trzymające ołówek powinny znajdować się w odległości około 2 cm od powierzchni papieru. Trzymanie narzędzia zbyt nisko sprawia, że dziecko ma trudności ze śledzeniem napisanego tekstu.

Dla dzieci, które nieprawidłowo trzymają ołówek w palcach, zalecane są nasadki plastikowe. Stosowanie takiej nasadki podczas pisania czy rysowania umożliwia skorygowanie nieprawidłowego chwytu narzędzia graficznego.

Nasadka jest też pomocna w przypadku, gdy dziecko nie potrafi kontrolować siły chwytu i nacisku na narzędzie w chwili pisania. Ponadto przydaje się, gdy dziecko trzyma palce zbyt blisko kartki papieru, zasłaniając sobie pole widzenia. Nasadki te są przydatne zarówno dla praworęcznych jak i leworęcznych dzieci. Powinno się używać ich tak długo, aż wytworzy się i utrwali prawidłowy sposób trzymania ołówka. Oprócz wyżej opisanych nasadek na narzędzia do pisania w sklepach papierniczych dostępne są kredki i ołówki o przekroju trójkątnym.

Wprowadzając nową technikę należy omówić z dzieckiem sposób posługiwania się narzędziem pracy i zademonstrować kierunki prowadzenia ręki. Na przykład ruchem kołowym malujemy koła, owoce i wszystkie przedmioty kuliste, z góry na dół prowadzimy rękę podczas malowania przedmiotów pionowych, a wodę, niebo, trawę malujemy poziomym ruchem ręki. Pilnujemy, by podczas rysowania (malowania) dziecko nie przekreślało kartki. Przy kreśleniu koła zwracamy uwagę na miejsce rozpoczęcia i zakończenia czynności, gdyż będzie to potrzebne przy pisaniu liter konstrukcyjnie podobnych do koła. Staramy się aby rysowane kontury były kreślone ruchem ciągłym od momentu rozpoczęcia do zakończenia przynajmniej jednego etapu.

Oto przykłady ćwiczeń usprawniających technikę pisania i rysowania:

1. Ćwiczenia ułatwiające opanowanie prawidłowego chwytu i sposobu trzymania ołówka:

- Lepienie kulek, wężyków z plasteliny
- Wydzieranie drobnych papierków

- Rysowanie w płaszczyźnie poziomej; na papierze leżącym na ławce , gdy dziecko stoi, a jego ręka swobodnie zwisa ku dołowi
- Rysowanie w płaszczyźnie pionowej: na papierze rozpiętym na ścianie lub tablicy, gdy dziecko stoi, unosząc rękę na wysokość dolnej części twarzy
- Stosowanie plastikowych nasadek na narzędzia służące do pisania

2. Ćwiczenia współpracy ręki i oka:

- Rysowanie po śladzie, wypełnianie wykropkowanych linii, obwiedzenie konturów rysunku
- Kalkowanie rysunków przez kalkę techniczną
- Obrysowywanie przedmiotów i rysowanie z użyciem szablonów
- Zamalowywanie rysunków konturowych
- Kreślenie fali i spirali
- Zakreskowanie pól liniami pionowymi, poziomymi, ukośnymi, falistymi
- Wypełnianie rysunku innymi materiałami np. wydzieranka , plastelina , wata
- Wycinanie i wklejanie rysunków

3. Ćwiczenia usprawniające koordynację całego ciała:

- Ćwiczenia z zakresu kinezylogii edukacyjnej np.; rysowanie oburącz, leniwa ósemka
- Ćwiczenia ruchowe przy muzyce
- Ćwiczenia kończyn górnych wg "Metody Dobrego Startu" M. Bogdanowicz
- Ćwiczenia ogólnorozwojowe

4. Ćwiczenia wytwarzające nawyki ruchowe związane z kierunkiem pisania(automatyzacja ruchów):

- Kreślenie linii z zachowaniem kierunku; linie pionowe z góry na dół, linie poziome od lewej strony do prawej
- Rysowanie kół w kierunku przeciwnym do ruchu wskazówek zegara tak jak podczas pisania litery C
- Rysowanie szlaczków rozpoczętych od lewej strony

5. Ćwiczenia rozwijające orientację w schemacie ciała i przestrzeni:

- Wskazywanie dziecku części ciała i nazywanie ich
- Obrysowywanie różnych części ciała i nazywanie ich
- Wielokrotne zwracanie się do dziecka z poleceniem np. podaj prawą rękę, podnieś lewą nogę itp.
- Wskazywanie przedmiotów na obrazku i określanie ich położenia
- Zabawy ruchowe polegające na wykonywaniu poleceń prowadzącego typu: zrób krok do przodu itp.

6. Ćwiczenia kontrolujące i regulujące napięcie mięśniowe rąk:

- zabawy dłońmi w ciepłej wodzie
- kreślenie linii, figur , liter ,cyfr na tackach z kaszą lub piaskiem
- malowanie palcami
- malowanie za pomocą pędzla do golenia
- modelowanie, wycinanie, wydzieranie
- Rysowanie i malowanie w płaszczyźnie pionowej

7. Ćwiczenia ruchowe palców , dłoni i nadgarstków:

- Ruchy okrężne nadgarstka
- Zginanie i prostowanie nadgarstka
- Ćwiczenia dłoni i palców wg. "Metody dobrego startu" M.Bogdanowicz
- Odciskanie linii papilarnych paluszków, rysowanie kredkami nakładanymi na palce

8. Ćwiczenia relaksacyjne w przerwach podczas ćwiczeń:

- Zaciskanie i rozwieranie pięści na przemian, uświadamianie sobie stanu napięcia mięśniowego i rozluźnienia
- Zabawy naśladujące ruchy np. pryskanie wodą, otrząsanie się z wody

Pamiętać należy, że aby ćwiczenia przyniosły skutek, muszą być wykonywane systematycznie i w atmosferze życzliwości, poczucia sukcesu. Nie możemy wykonywać ćwiczeń z dzieckiem na siłę

pamiętajmy o atmosferze zabawy, gdyż są to ćwiczenia niezwykle męczące dla niezbyt jeszcze silnej rączki 6 czy 7 latka.

Literatura:

1. Bogdanowicz M. "Lewa ręka rysuje i pisze"
2. Bogdanowicz M. "Leworęczność u dzieci"
3. Bogdanowicz M. "Metoda Dobrego startu"
4. Dmochowska M.- "Zanim dziecko zacznie pisać"

5. Kościowa M.- „Moje metody pracy w klasie pierwszej”