**Élet a diszlexia árnyékában (2.)**

 Akár örökletes, akár szerzett diszlexiáról beszélünk, fontos tudni, hogy a diszlexiás gyermek számára minden tanítási nap küzdelmet jelent. Óriási energiát kell befektetniük annak érdekében, hogy lépést tartsanak az osztálytársaikkal. Ezért legtöbbször a nap végére fáradtak, kimerültek, szabadidejükben olyan tevékenységeket terveznek, amelyek minimális energiabefektetést igényelnek, pl. tévézés, pihenés, számítógépes játékok.

 Ezért is fontos, hogy az iskolában a tanító olyan módszereket, technikákat, stratégiákat alkalmazzon a tanítási-tanulási folyamat során, amelyek megkönnyítik a diszlexiás tanuló életét, lehetővé teszik a felzárkóztatását, integrálását, a játékos tanulást. A tanórák megtervezésekor a pedagógus figyelembe veheti, sőt bátran támaszkodhat a diszlexiás tanulók átlagtól eltérő képességeire, mint például a jó problémamegoldó képesség, a vizuális, térbeli érzékelés képessége, a logikai kapcsolatok felismerése és a kimagasló kreativitás.

 A tanulási zavarok kialakulásának oka, mint már említettük, legtöbbször az idegrendszer éretlensége, nem megfelelő szervezettsége vagy sérülése. Az idegrendszer fejlesztésére többféle mozgásterápia létezik, melyek nagyfokú javulást eredményezhetnek a tanulási nehézséggel küzdő gyermekek iskolai teljesítményében. Ezeknek a mozgásgyakorlatoknak például nem az izomzat fejlesztése a célja, hanem a kialakulatlan vagy nem megfelelően működő idegrendszeri kapcsolatok javítása, újak kialakítása. Ezek csak akkor jönnek létre, ha minden nap megerősítik őket.

 Annak érdekében, hogy a lehető leghatékonyabb fejlesztési munkát végezhessük, ajánlatos már előkészítő osztályban, a betűtanítást megelőző időszakban megvizsgálni a különböző részképességek elmaradását, zavarát, ugyanis különféle helyzetekben végzett, célzott megfigyeléssel történő méréssel már a kezdetekben felfigyelhetünk a diszlexia–veszélyeztetettség gyanújára.

 A következő feladatok elvégeztetésével átfogó képet kaphatunk a gyermekek fejlettségi szintjéről, és megtudhatjuk, hogy van-e az osztályban olyan tanuló, akinél megmutatkoznak a diszlexia tünetei.

 Ugyanakkor az alábbiakban pár játékos feladatot is bemutatunk a felsorakoztatott részképességek fejlesztésére.

*A testséma fejlettségét mérő feladatok*

* Mozgásutánzás (kar-, lábemelés, fej-, csukló-, lábfejkörzés, cicahát, törökülés).
* Felszólításra mutasson a gyermek a megnevezett testrészére (pl. könyök, hónalj, térd, boka is), nevezze meg az ujjait.
* Társán vagy játékállaton is nevezze meg a testrészeket.

*Fejlesztés*

**1. Gryllus Vilmos *Szúrós gombóc*** című gyerekdalára lefekszünk a szőnyegre, és a dal ritmusára utánozzuk a sündisznó mozdulatait. Amikor a bokrok alatt lapul, hason fekve kúszunk, amikor „szusszan-pöffen”, akkor négykézlábra állunk, a hátunkat megemeljük, majd visszaengedjük. Ezt a játékot bármely dalra el lehet játszani, más-más mozdulatokkal. Lehetőleg a mozdulatok kövessék a dal ritmusát. Ezzel fejlődhet a gyermek ritmusérzéke is.

Ha integrált tevékenységet szervezünk, az óra következő lépésében gyurmából megformázhatjuk a sündisznó testét, és utána fogpiszkálót szúrunk bele, ezek lesznek a sündisznó tüskéi. Ez a gyakorlat a tanulók finommozgását fejleszti.

**2. Mondókázás**

Itt a fejem, itt van ni, *(közben mutatjuk)*

Tessék jól megfigyelni!

Van két szemem, fülem, szám,

Ez pedig az orrocskám!

Vállamból nő ki a karom,

Forgathatom ahogy akarom.

Így forgatom *(előre)*, úgy forgatom *(hátra)*,

A tenyerem összecsapom!

A fejem, a vállam, a térdem a bokám, *(közben mutatjuk)*
a térdem a bokám,
a térdem a bokám
A fejem a vállam, a térdem a bokám,
a szemem a fülem,
orrom, a szám.

Pancsi, pancsi, pancsikázz, *(Párban játsszuk, egymáson mutatjuk)*
csukd be szemed, csukd be szád,
most mosom az arcocskád!
Csukd be szemed, csukd be szád,
most mosom a hasacskád!

*A tájékozódási képesség vizsgálata*

* Mozogjon a gyerek a térben a tanító utasításai szerint (előre, hátra, balra, jobbra stb.)
* Mozogjon felszólításra a környezet tárgyaihoz képest különböző irányokba (valami elé, mögé).
* Tárgyakkal is valósítsa meg a különböző térbeli relációkat (tegye a ceruzáját a padja jobb felső sarkába).
* Használja megfelelően a relációs szókincset (pl. a tábla az ablaktól balra van).

*Fejlesztés*

**1. Merre mutat?**

Képeket helyezünk a gyermek elé, majd kérdéseket teszünk fel. Pl. „Merre indul az autó?”, „Merre néz a baba?” stb.

 Bár ez a feladat egyszerűnek tűnhet, és a segédeszközökben is találunk hasonlót, a diszlexiás tanuló fejlesztése során nagyon fontos a fokozatosság, a rendszerezettség. Ezért a tevékenységek megtervezésekor be kell tartanunk a következő lépéseket:

 a. Fel-le irányok gyakorlása első héten, minden páratlan nap, kb. 5 percig (hétfő, szerda, péntek, vasárnap - otthoni gyakorlás a szülővel)

 b. Jobbra-balra irányok gyakorlása a második, harmadik, negyedik héten, szintén a páratlan napokon, kb. 5 percig.

 c. Jobbra-balra, fel-le irányok gyakorlása az ötödik héttől minden páratlan nap, kb. 5 percig.

**2. Térképész**

Egy kisautót teszünk a szőnyegre. Legelőnyösebb, ha vásárolunk egy négyzetméter autós szőnyeget (mokettát), amelyen házak és utcák vannak. Így méginkább bele tudja képzelni magát a tanuló az adott helyzetbe. Pénzérméket teszünk ki az út jobb és bal oldalára (csak 5,10 vagy 50 banist, mert a többféle pénzérme zavarhatja a koncentrációt), és a tanító utasításai szerint a tanuló begyűjti az autóba a pénzérméket. Ahol végigmegy a kisautóval, az a hely felkerül a térképre.

*A koncentrációs képesség és az emlékezet megfigyelése*

* Mennyi ideig tud fél lábon állni nyitott, majd csukott szemmel (egy percen belül).
* Egy bizonyos jelből, esetleg nagy nyomtatott betűből kell megkeresnie az összeset egy oldalon.
* Le tud-e rajzolni és ki tud-e színezni egy előzőleg, a tanító által bemutatott egyszerű rajzot (pl. labda, amelyiken 2 pötty van, piros színű virág, zöld ház stb.).

*Fejlesztés*

**1. Érmejáték**

**A játékhoz szükség van** egy kupac kiválogatott aprópénzre (pl. 5, 10 ,50 banis érmékre), egy papírlapra és egy időmérő eszközre. A tanítónak ki kell választania előbb 3, majd 5-6 érmét a kupacból, és ezeket egy bizonyos sorrendbe ki kell raknia. Hagyjunk elegendő időt a tanulónak, hogy megfigyelje a felállított sorrendet. Ezután takarjuk le az aprópénz-sort a papírral, indítsuk el az órát (a tanuló lehetőleg ne lássa, hogy a tanító méri az időt, mert ez befolyásolhatja a teljesítményét), és kérjük meg a gyereket, hogy rakjon ki annyi érmét és ugyanolyan sorban a kupacból, mint ahogy azt mi tettük. Ezután szerepcsere következik. Egy hétig minden nap játszuk el vele a játékot, és jegyezzük fel az időt. Nehezítésként használhatunk egyre több érmét vagy egyre bonyolultabb sorozatot. Minél többet játszottuk, annál ügyesebb lesz a gyerek!

**2. Dobókocka-játék**

Előre egy kockával dobunk. Elegendő időt hagyunk a gyermeknek, hogy megfigyelje a kockát. A kockát letakarjuk vagy levesszük a padról. A tanuló a nála levő dobókockán meg kell mutassa azt a pontozott részt, amelyiket a tanító dobta. Ha már többet gyakoroltunk, és a gyermek nem hibázik, használhatunk két vagy három dobókockát is. Fontos, hogy a tanulónál ugyanolyan dobókocka legyen, mint a tanítónál.

*A finommozgások vizsgálata*

* Mennyi idő alatt tud tíz szem gyöngyöt felfűzni.
* Egyre szűkebb (3, 2, 1, fél centis) vonalközben húzza végig a ceruzáját.
* Rajzoljon egyszerű ábrákat (karika, négyzet, ember).

*Fejlesztés*

**1. Gyurmázás**

Ez a játék egyidőben fejleszti a finommotorikát és a memóriát, ugyanakkor remekül alkalmazható a matematika és környezetismeret integrálására.

 **Gyurmagolyók készítése Gyurmagolyók lapítása**

** **

 **Párkeresés Kinek nagyobb a gyurmája?**

** **

**2. Csipke Rózsika tornya**

Minél több pókhálót kell tennünk Csipke Rózsika tornyába. Erre különböző színű számolóópálcát használhatunk, toronynak pedig egy ceruzatartót vagy egy általunk készített (pl. konyhatörlő tekercséből) tornyot.



*A ritmusérzék vizsgálata*

* Ismételje meg az általunk tapsolt egyszerű ritmusokat.

*Fejlesztés*

**1. Feleselős játék**

Egy, a gyermekek által ismert mondókát vagy verset mondunk, feleselve. Két csoportra, sorra osztjuk az osztályt, a két sor egymással szemben áll. Az egyik verssort előrehajolva hangosan, ritmusosan mondja az egyik sor, a második sort pedig a másik sor, szintén előrehajolva.

**2. Ritmusok testtájakon**

Nem megszokott módon, tapsolva mutatunk be ritmust, hanem lábunkon, fejünkön, vállunkon, keresztbe tett kezünkkel stb. váltakozva. Ennek utánzása nagy odafigyelést igényel a gyermekektől, fejleszti a koncentrációt és megmozgatja a fantáziájukat.

**3. Kezünknek tanítjuk a mondókát**

A kezünk csak tapsolva tud „beszélni”. Előbb segítenünk kell neki, hangosan mondjuk a mondóka szövegét a kezünk tapsolásával kísérve. Ezután mi csak suttogjuk a mondókát, míg kezünk hangosan tapsol, és végül mi legfeljebb a szájunkat mozgatjuk a mondóka szövegére, míg a kezünk egyedül hangoztatja a mondóka ritmusát. Dallal is lehet játszani, így a gyermekek a végén bele fogják hallani a tapsba az énekelt dallamot is.

*A beszédészlelés, beszédmegértés és az artikuláció vizsgálata*

* Ismételjen meg hosszú, kevéssé ismert szavakat.

*Fejlesztés*

**1. Szókeresés – kiegészítések, befejezések**

• Az utolsó hang hiányzik (ceruz.)

• Az első hang hiányzik (.adrág)

• Az utolsó szótag hiányzik (fogke..)

• Az első hangot adjuk meg s, a,..

• Hiányos szavakat mondunk, a gyerekek segítenek befejezni a szavakat (me.ve, pin.vin)

• Mássalhangzókat emelünk ki a szóból (i a – cica)

• Magánhangzókat emelünk ki a szóból (o o á – oroszlán)

• Hangok egybeolvasztásával szavak kitalálása (m e s e – mese)

• Mondatba ágyazott szavak kiegészítése ( A róka tyú. Lopott.)

**2. Szókincs bővítés**

• Képeskönyvek nézegetése közben: „Mutasd meg, hol van..! Mutasd és mondd!

• Szógyűjtés asszociációs kapcsolat alapján (pl: óvoda, család)

• Egy főfogalom alá tartozó szavak gyűjtése (pl: gyümölcs, virág)

**3. Mondat és szövegértés**

• Rövid mese, történet visszamondása

• Mese, történet elmondása után, a feltett kérdésekre próbáljanak válaszolni a gyermekek, ill.

kérdezzenek ők is.

*A szerialitás vizsgálata*

* Ismételjen meg mozgássort.
* Ismételjen meg számsort vagy szósort.
* Jegyezzen meg képsorozatot.

**Fejlesztés**

**1. Robotok vagyunk.**

A pedagógus a tanult hangokat ejti egymás után. A gyerekek annyit lépnek, ahány hangot hallanak, majd megismétlik a hangsort.

**2. Rakj rendet!**

Mindenki hall a pedagógustól egy szót. Összekeveredett hangokból kell értelmes szót alkotniuk, pl. alam (alma). Fokozat: először két hangot keverjünk össze, vagy olyan szó hangjait, ahol valamelyik hang duplán szerepel, pl. mama.

**3. Osztály-ritmus**

1. mozdulat. mindenki a térdére üt

2. mozdulat: mindenki tapsol

3. mozdulat: mindenki megfogja a jobb fülét

4. mozdulat: mindenki megfogja a bal fülét

5. mozdulat: mindenki dobbant a jobb lábával

6. mozdulat: a felnőtt kimondja a nevét

7. mozdulat: mindenki a térdére üt

8. mozdulat: mindenki tapsol

9. mozdulat: mindenki megfogja a jobb fülét

10. mozdulat. mindenki megfogja a bal fülét

11. mozdulat: mindenki dobbant a jobb lábával

12. mozdulat: a felnőtt mellett ülő gyerek kimondja a saját nevét

13. mozdulat:…

 Nyilvánvaló, hogy ezt a gyakorlatot, gyakorlatsort fokozatosan, lépésről-lépésre kell bevezetnünk, az első héten csak a 4. mozdulatig gyakoroljuk. Fokozatosan haladjunk a következő hetekben.

 A fent említett feladatok elvégeztetésével átfogó képet kaptunk a gyermekek fejlettségi szintjéről s ugyanakkor megtudhattuk, hogy van-e az osztályban olyan tanuló, akinél megmutatkoznak a diszlexia tünetei. Felmerülhet a kérdés, hogy mi akkor a szakember (logopédus, fejlesztő pedagógus stb.) feladata. Amennyiben a felzárkóztatás, a felsorolt részképességek fejlesztése sikeresnek bizonyult, úgy nagy valószínűséggel nem lesz szükség szakemberre, a fejlesztési időszak elején, esetlegesen lemaradásokat tanusító gyermekeink is sikeresek lesznek az írás-olvasás elsajátítása, betűtanulás során. Természetesen nem árt, ha menetközben szakemberekkel konzultálunk, főleg ha az egyes tanulók esetében lassú az egyéni felzárkózás ritmusa vagy pedig éppenséggel elakad ez a folyamat.

 Így a terápiát a jelen cikkünkben felsorolt játékokkal (is) kiegészítve, az említett szakemberek sikeres együttműködése esetén minimálisra csökkenthető annak az esélye, hogy a gyermekeket kudarc érje az iskolában.

 A fent leírtakat előkészítő, első osztálynak ajánljuk, a következő lapszámban pedig a betű- és olvasástanítás, szövegfeldolgozás során használható technikákat, módszereket, stratégiákat fogjuk bemutatni, amelyeket véleményünk szerint hatékonyan lehet használni a diszlexiás tanulók fejlesztése során.

*Szerzők:*

*Dragomér Katalin*

*Bokor Attila*

*Forrás:*

Dudáné Driszkó Adrienn: *Útmutató a Varázsbetű Programcsalád használatához.* Varázsbetű Programfejlesztő műhely, Balatonfüred

Bartók Erika, Kazal Kolos: *Diszlexia otthon.* Tradeorg Nyomda, Balatonfűző

Tóth Beatrix (2003): Diszlexiások, diszgráfiások az iskolában. In.:Hátrányok és stratégiák. Trezor Kiadó, Budapest, 2003.

<https://gyereketeto.hu/finommotorika-fejlesztese-komplex-program/>