



### **ĆWICZENIA USPRAWNIAJĄCE SFERY:**

- **SŁUCHOWO-JĘZYKOWE,**
- **PERCEPCJĘ WZROKOWĄ,**
- **KOORDYNACJĘ WZROKOWO-RUCHOWĄ,**
- **ORIENTACJĘ PRZESTRZENNĄ,**
- **SFERĘ GRAFOMOTORYCZNĄ**
- **I KINESTETYCZNO-RUCHOWĄ.**

---

## Usprawnianie funkcji słuchowo-językowych:

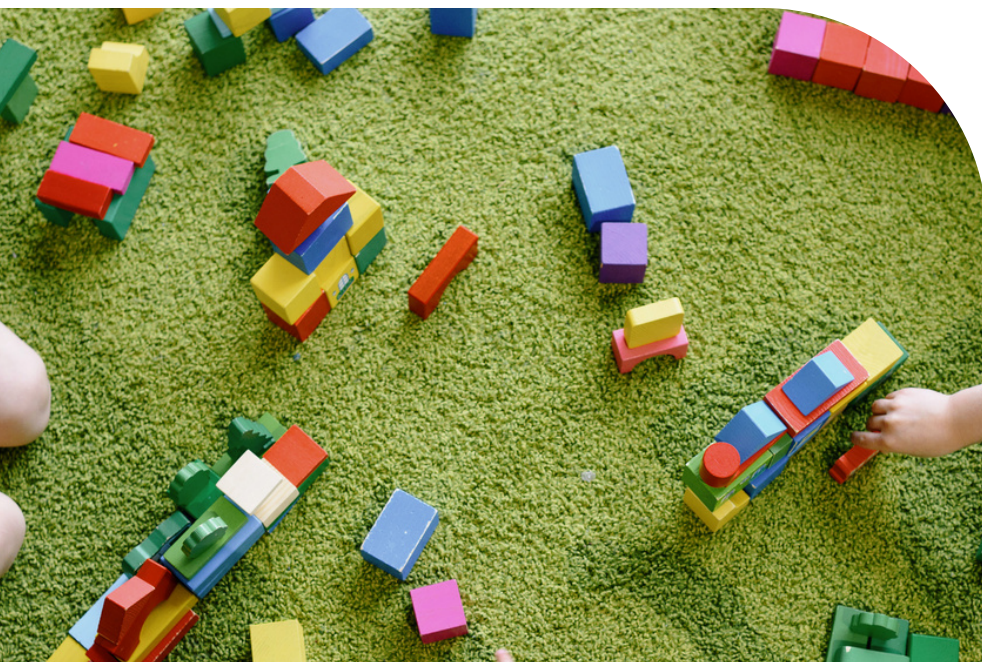
**Cel: uwrażliwienie słuchu fizjologicznego, usprawnianie słuchu fonematycznego, kształcenie umiejętności rozumienia i ekspresji mowy.**

- Różnicowanie dźwięków dochodzących z otoczenia (z ulicy, ze środowiska przyrodniczego, wydawane przez różne przedmioty)
- Rozpoznawanie głosów ludzi (np. koledzy, członkowie rodziny)
- Odbiór i odtwarzanie struktur rytmicznych (odtwarzanie układów rytmów, rozpoznawanie ich)
- Praca nad rozwojem mowy oraz bogaceniem słownictwa (wyjaśnianie znaczenia słów, dopieranie wyrazów bliskoznacznych, tworzenie rodziny wyrazów, powtarzanie wyrazów i zdań, układanie zdań z rozsypanki wyrazowej, opowiadanie historyjek obrazkowych, wypowiedzianie się na temat przeczytanych treści oraz przeżywanych doświadczeń, doskonalenie struktury gramatycznej zdań, uzupełnianie zdań)
- Kształcenie słuchu fonematycznego (różnicowanie głosek, sylab, słów podobnie brzmiących; rozpoznawanie takich samych sylab w szeregu innych, powtarzanie par opozycyjnych sylab ba-pa i wyrazów domek-tomek, rysowanie przedmiotów, których nazwy zaczynają się na określonej głosce, wyodrębnianie ilości słów ze słyszanego zdania, szukanie rymu, układanie zdań z usłyszanych słów)
- Rozwijanie analizy i syntezy słuchowej (wyodrębnianie kolejnych sylab i głosek w słowach oraz ze względu na jej lokalizację – pierwsza, druga; określenie liczby głosek/sylab w wyrazie, składanie słowa z usłyszanych głosek/sylab, kończenie zaczętego wyrazu, wypowiedzianie wyrazu bez pierwszej głoski, podawanie słów zaczynających się na określonej głosce/sylabę)
- Usprawnianie pamięci słuchowej bezpośredniej i fonologicznej (powtarzanie ciągów słownych bez związków logicznych, powtarzanie zdań o różnej liczbie słów; powtarzanie, zapamiętywanie wierszy, zagadek, rymowanek, powtarzanie wyrazów trudnych pod względem artykulacyjnym i nowych dla ucznia, powtarzanie tabliczki mnożenia, dni tygodnia, nazw miesięcy, pór roku, definicji itd.)

## Usprawnianie percepcji wzrokowej, koordynacji wzrokowo-ruchowej i orientacji przestrzennej:

Usprawnianie percepcji wzrokowej wymaga stosowania ćwiczeń spostrzegawczości i uwagi wzrokowej, porównywania materiału odbieranego wizualnie, segregowania oraz ćwiczeń w składaniu całości z części i rozkładania całości na części. Ćwiczenia koordynacji wzrokowo-ruchowej zmierzają by „ręka słuchała oka”.

- Składanie obrazka z części według wzoru i bez wzoru.
- Układanie z klocków, mozaiki wg wzoru.
- Segregowanie figur geometrycznych.
- Dostrzeganie szczegółów na obrazku, analiza jego treści, ustny opis obrazka.
- Wyszukiwanie różnic i podobieństw na obrazkach, przedmiotach, dokonywanie porównań.
- Wyszukiwanie różnic na pozornie identycznych obrazkach.
- Składanie figur geometrycznych z części (np. kwadratu z małych kwadratów).
- Dobieranie obrazków takich samych- domino, memory.
- Dobieranie par takich samych sylab.
- Rysowanie z pamięci wzorów lub znaków graficznych, po uprzedniej ekspozycji.
- Zabawy w „co się zmieniło?”.
- Wykreślanki wyrazowe.
- Zabawy, którego przedmiotu brakuje.
- Rozpoznawanie wyrazów krótszych ukrytych w dłuższych.
- Ćwiczenia w określaniu stosunków przestrzennych.
- Ćwiczenia z zakresu orientacji w schemacie własnego ciała.
- Określanie wzajemnego położenia przedmiotów i względem podłoża.
- Wykonywanie ćwiczeń graficznych do poleceń zawierających pojęcia przestrzenne (papier w kratkę np. dwie kratki w prawo, trzy w lewo)



## Usprawnianie grafomotoryki i sfery kinestetyczno-ruchowej.

**Cel: usprawnianie czynności manualnych i grafomotorycznych, poprawę precyzji, płynności i tempa ruchów dłoni, palców oraz ruchów okrężnych nadgarstka.**

- Usprawnianie czynności samoobsługowych i z życia codziennego (sznurowanie butów, wiązanie kokardek, zapinanie guzików, nalewanie płynów, podlewanie kwiatków, ścieranie kurzu itd.)
- Ćwiczenia manualne z zastosowaniem różnych technik plastycznych:
- Rysowanie samodzielne, kolorowanie obrazków, kopiowanie rysunków, obrysowanie szablonów, wycinanie, wydzieranie, łamanki papierowe, elementy origami.

### Ćwiczenia grafomotoryczne:

- Pisanie po śladzie, odwzorowywanie szlaczków, staranne przepisywanie zdań, pisanie grup znaków i liter bez odrywania ręki, wędrówki w tunelach, labiryntach, kreskowanie (wypełnianie różnych konturów małymi kreseczkami), rysowanie kształtów graficznych poprzez łączenie punktów za pomocą linii ciągłej.

### Inne ćwiczenia usprawniające dłoń i palce, a także usprawniające koordynację ruchową:

- Naśladowanie gry na instrumentach, padającego deszczu, pisania na komputerze, nawlekanie koralików, chwytanie i przenoszenie bardzo drobnych przedmiotów, pisanie kredą na dużych arkuszach, ugniatanie papierowych kul jedną ręką, rzucanie piłką do celu, chwytanie piłki oburącz, odbijanie piłki o podłoże, stanie, skakanie na jednej nodze, chodzenie po narysowanej linii, usprawnianie kontroli nad własnym ciałem.

**W oparciu o literaturę Dysleksja rozwojowa. Podstawy diagnozy i terapii. M. Bogdanowicz  
Opracowała Agnieszka Piwowa- pedagog**

