

ZASADY POSTĘPOWANIA Z DZIECKIEM LEWORĘCZNYM

Prawidłowa postawa ciała dziecka leworęcznego podczas pisania.

Wyrobienie właściwej postawy jest istotne ze względów zdrowotnych. Przyczyny nieprawidłowej postawy ciała przy pisaniu mogą być różne, choćby brak wzorców, złe wzorce, duży wysiłek jaki dzieci wkładają w pisanie. Wysiłek ten powoduje nadmierne napięcie mięśniowe /dzieci wówczas są przygarnięte, schylają głowę zbyt nisko lub ją przekrzywiają/.

Podstawowe wskazania co do postawy dziecka leworęcznego podczas pisania:

- ❖ obie stopy oparte o podłogę, przedramiona o ławkę, plecy wyprostowane,
- ❖ tułów nie może opierać się o ławkę,
- ❖ siedząc w ławce szkolnej dziecko powinno mieć sąsiada po swojej prawej stronie, co zapewnia swobodę ruchów,
- ❖ najlepiej, gdy światło pada na zeszyt od strony prawej lub z przodu.

Właściwe położenie zeszytu.

Jest ważnym czynnikiem dla techniki pisania. Zeszyt powinien znajdować się w pewnej odległości od dolnego brzegu ławki, ułożony ukośnie /lewy górny róg skierowany ku górze, a prawy ku dołowi/ co pozwala dziecku zachować prawidłową postawę ciała i nieco na lewo od osi ciała dziecka leworęcznego co zapewnia swobodę ruchu.

Prawidłowy sposób trzymania pióra.

Posługiwanie się narzędziem do pisania, rysowania wymaga prawidłowego uchwytu tego narzędzia w trzech palcach: pomiędzy kciukiem i lekko zgiętym palcem wskazującym, opierając go na palcu środkowym. Ręka trzymająca narzędzie powinna znajdować się w odległości około 2 cm od powierzchni, co umożliwi śledzenie pisanego tekstu. Najlepszym narzędziem pisarskim w adaptacji do pisania jest ołówek, gdyż nie wymaga określonego kąta nachylenia w stosunku do kartki ani precyzyjnego regulowania nacisku.

Prawidłowy układ dłoni, nadgarstka i przedramienia.

Dłoń wraz z nadgarstkiem stanowią przedłużenie przedramienia /układ liniowy/. Opierają się one cały czas o ławkę i przesuwają podczas pisania. Koniec narzędzia pisarskiego powinien znajdować się w połowie odległości między ramieniem a łokciem. Dłoń i palce, powinny znajdować się poniżej linii linijatury zeszytu, gdyż nie zasłaniają i pozwalają na kontrolowanie wzrokiem zapisu.

Organizacja ruchów pisania.

W procesie wdrażania prawidłowych ruchów podczas pisania należy zwrócić uwagę na dbanie o prawidłowe zapisywanie liter, trening w zakresie płynnego przesuwania ręki od lewej do prawej krawędzi zeszytu, wdrażanie dziecka, aby podczas pisania dłoni i przedramię cały czas były oparte o

zeszyt, a tylko pióro było unoszone ku górze, w czasie przesuwania ręki z końca jednej linijki do początku następnej łokieć powinien być oparty o ławkę, a tylko dłoń i przedramię przesuwać się.

Kontrolowanie i regulowanie napięcia mięśniowego.

Dzieciom leworęcznym towarzyszy często zbyt silne, albo zbyt słabe napięcie mięśniowe. Mogą występować również synkinezyje /współruchy/. Dlatego należy dbać o to, aby dziecko potrafiło sobie uświadomić własne napięcie mięśniowe, aby kontrolowało i regulowało własne napięcie mięśniowe /optymalny wymiar, na przemian z okresami rozluźnienia/, aby napięcie ograniczało się do aktywizacji tylko tych mięśni, które uczestniczą w danej czynności ruchowej.

Koordinacja ruchów obu rąk.

Sprawne zapisywanie tekstu jest wynikiem współdziałania obu rąk. Ręka pomocnicza w procesie pisania przytrzymuje zeszyt, przesuwa go do góry w trakcie pisania, co umożliwia stabilność ręki piszącej. Zatem usprawniać należy także rękę pomocniczą.

Warunkiem prawidłowego zapisu, szybkiego tempa i dobrego poziomu graficznego pisma jest śledzenie wzrokiem czynności pisania.

Duże znaczenie ma dobra współpraca reki i oka podczas pisania. Dlatego też należy usprawniać współdziałanie czynności ruchowych lewej ręki z funkcjami wzrokowymi, rozwijać współdziałanie reki i oka po tej samej stronie, usprawniać rękę po stronie dominującej oka, umożliwiać stałe śledzenie wzrokiem czynności pisania przez dziecko leworęczne /prawidłowa pozycja/.