

## Gotowi do szkoły! ☺

Za kilka miesięcy nasze pociechy zaczną swoją przygodę ze szkołą. Już teraz my, rodzice zastanawiamy się czy na pewno sobie poradzą. W obecnym czasie pandemii, to my musimy zadbać o ich edukację, nie zawsze jesteśmy przekonani o tym, czy robimy wszystko, by nasze dzieci nabyły gotowość pójścia do szkoły.

Gotowość szkolna to nie tylko umiejętność pisania, znajomość liter czy liczenia. Gotowość szkolna oznacza osiągnięcie przez dziecko takiego poziomu rozwoju intelektualnego, społeczno-emocjonalnego i fizycznego, który pozwala mu sprostać wymaganiom stawianym przez szkołę.

Poniżej proponuję kilka ćwiczeń usprawniających funkcje percepcyjno-motoryczne.

1. Motoryka duża, rozwój sprawności fizycznej, dotyczący wykonywania czynności ruchowych.

Tak naprawdę motoryka duża jest rozwijana już u niemowlaka począwszy od przewracania się z pleców na brzusek, poprzez turlanie, pełzanie, raczkowanie, wstawanie i chodzenie. Rodzice nieintencjonalnie rozwijają u swoich pociech każdą z powyższych czynności.

### ❖ Ćwiczenia rozwijające motorykę dużą u 6-latków:

- stanie i skakanie na jednej nodze;
- skakanie obunóż w miejscu, przez linę, przez przeszkodę;
- rzucanie i łapanie piłki w określone miejsce;
- „jaskółka”;
- jazda na rowerze czy hulajnodze;
- swobodne bieganie, również między przeszkodami;
- różnego rodzaju zabawy ruchowe, np. ganianego, ciucibabka, „klasy”, skakanka, hula hop, itd.

Ważne: Dla prawidłowego całościowego rozwoju dziecka, istotne jest częste usprawnianie motoryki dużej.

2. Motoryka mała, rozwój sprawności dłoni i palców.

Proces kształcenia motoryki małej rozpoczyna się już we wczesnym etapie życia dziecka, np. poprzez próby chwytu (pełną dłoń, chwyt pęsetkowy, szczypcowy). Dziecko uczy się chwycić zabawkę, układać klocki, trzymać sztucce, próbuje samodzielnie się ubierać, rozbierać, chwycić kredkę. Także i w tym przypadku wiele zabaw rodziców z dzieckiem kształci te umiejętności.

### ❖ Ćwiczenia rozwijające motorykę małą u 6-latków:

- zapinanie i odpinanie guzików małych i dużych;
- zapinanie i odpinanie zamka np. od bluzki czy kurtki;
- wiązanie supełka;
- wiązanie kokardki ze sznurówki;
- zakładanie i ściąganie skarpetek;

- rysowanie po śladzie, labirynty (bez dotykania konturów);
- wycinanie nożyczkami dużych i małych figur geometrycznych;
- nakładanie małych i większych koralików na sznurek (na czas);
- wrzucanie do buteleczki koralików;
- zabawy paluszkami;
- smarowanie kanapki masłem;
- rozdieranie kartki przeciwnym ruchem rąk.

Ważne: Prawidłowy rozwój motorki małej istotnie wpływa na grafikę i czytelność pisma.

3. Sprawność grafomotoryczna, to prawidłowa sprawność manualna rąk przejawiająca się właściwym tempem wykonywanych czynności i właściwą precyzją ruchów dłoni i palców. Grafomotoryka jest ściśle powiązana z motoryką małą, dlatego też ćwiczenia wpływają na rozwój obydwu czynności. Ćwiczenia grafomotoryczne na tym etapie przygotowują dziecko do pisania.

- ❖ Ćwiczenia rozwijające sprawność grafomotoryczną dla 6-latków:
  - kolorowanie zgodnie z instrukcją (istotne jest, by dziecko wypełniało obrazek całościowo i nie wychodziło poza kontur obrazka);
  - rysowanie szlaczków i kształtów literopodobnych;
  - zabawy utrwalające kierunek kreślenia: od góry do dołu, od lewej do prawej;
  - kalkowanie, obrysowywanie przedmiotów, konturów;
  - malowanie pędzlem, wata, palcem, gąbeczką, czy też innymi narzędziami;
  - wycinanie po śladzie (istotne jest by, dziecko manipulowało ręką, a nie rotowało kartką);
  - odwzorowywanie różnych figur prostych i złożonych.

Ważne: Dla prawidłowego rozwoju sprawności grafomotorycznej istotny wpływ ma chwyt przyborów piszących oraz postawa ciała podczas wykonywania zadań. Nieprawidłowy chwyt przyborów piszących jest jedną z przyczyn nieestetycznego pisma.

Prawidłowy chwyt: narzędzie pisarskie oparte na palcu środkowym i obustronnie podtrzymywane kciukiem i palcem wskazującym, z zachowaniem odległości 1,5-2,5 cm od końcówki piszącej narzędzia.

Do niwelowania nieprawidłowego chwytu zaleca się ćwiczenia oraz nasadkę korygującą.

4. Percepcja słuchowa, czyli spostrzeganie słuchowe, jest jedną z podstawowych funkcji psychofizycznych, zaangażowanych w czynność czytania i pisania. Także i w tym przypadku umiejętności słuchowe dziecka są rozwijane od najwcześniejszych lat (nie mówimy o wadach słuchu). Kilkumiesięczne dziecko uczy się rozpoznawać głosy domowników, lokalizować dźwięki, a z czasem nazywa znane mu dźwięki, naśladuje odgłosy zwierząt czy pojazdów.

- ❖ Ćwiczenia rozwijające percepcję słuchową dla 6-latka:
  - wyodrębnianie głóska na początku i końcu usłyszanego słowa; kot- k, igła- i, nos- n, oko- o lub nos- s, but- t, igła- a, oko- o
  - dzielenia słowa na sylaby i głóska (analiza); buty- bu-ty, rowerek- ro-we-rek, mucha- mu-cha, b-u-t-y, r-o-w-e-r-e-k, m-u-ch-a

- zgadywanie słowa z podanych sylab i głosek (synteza);  
no-sek – nosek, te-le-wi-zor – telewizor,  
b-u-t- but, o-w-o-c-e – owoce,
- liczenie słów w zdaniu;  
Ola lubi lody – Ola(1) lubi(2) lody(3) 3 słowa  
Tomek dostał nowe klocki – Tomek(1) dostał(2) nowe(3) klocki(4) 4 słowa
- liczenie sylab i głosek w podanym słowie;
- „słowny łańcuszek” z ostatniej głoski słowa tworzenie nowego  
np. arbuz- zegar- rak- krowa- armata-.....
- powtarzanie za rodzicem ciągów słownych  
rodzic: but, oko, koza, dziecko musi powtórzyć; ciąg słów rozpoczynamy od krótkich i prostych 2, 3 np. przedmiotów i z czasem dodawać jeden bądź podawać trudniejsze wyrazy.

Pamiętajmy! Litera jest pisana, głoska jest mówiona. Wyraz jest pisany, słowo jest mówione.  
Ćwicząc z dziećmi, pamiętajmy o tej zasadzie.

Ważne: Aby dziecko nabyło gotowość do czytania przede wszystkim musi płynnie dokonywać analizy i syntezy sylabowej i głoskowej słów.

5. Percepcja wzrokowa, spostrzeganie wzrokowe czyli zdolność do rozpoznawania i różnicowania bodźców z otoczenia oraz ich interpretowanie w oparciu o dotychczasowe doświadczenia.

❖ Ćwiczenia rozwijające percepcję wzrokową dla 6-latka:

- układanie puzzli;
- odnajdywanie różnic między dwoma obrazkami;
- wyszukiwanie różnic i uzupełnianie brakujących elementów obrazka;
- wyszukiwanie takich samych liter i ich segregowanie, kolorowanie (litery: p,d,b,g);
- układanie obrazka z części według wzoru;
- wyszukiwanie różnic i uzupełnianie brakujących elementów liter lub wyrazów;
- wyszukiwanie przedmiotów, w nazwach których znajduje się np. głoska a;
- grupowanie np. liter drukowanych i pisanych;
- odwzorowywanie prostych i złożonych kombinacji figur geometrycznych;
- rysowanie z pamięci kombinacji figur, cyfr, liter;
- wyszukiwanie z rozsypanek podanych liter.

Ważne: Odpowiedni poziom rozwoju percepcji wzrokowej umożliwia dziecku naukę czytania, pisania, wykonywanie zadań arytmetycznych oraz rozwinięcie innych umiejętności wymaganych od niego w trakcie nauki szkolnej.

6. Umiejętności matematyczne, obejmujące wiek przedszkolny, dotyczą w głównej mierze posługiwania się liczbami. Są to umiejętności kluczowe z punktu widzenia początkowej edukacji szkolnej. Do sprawnego liczenia potrzebna jest dziecku znajomość nazw liczebników oraz cyfr i umiejętność zapisywania liczb cyframi. Poznaje je ono w doświadczeniach codziennych, w zabawach, grach oraz przy posługiwaniu się drobnymi kwotami pieniędzy.

- ❖ Ćwiczenia rozwijające umiejętności matematyczne dla 6-latka:
  - nazywanie i rozpoznawanie figur geometrycznych;
  - układanie z figur geometrycznych różnych kompozycji według wzoru i własnego pomysłu;
  - grupowanie figur geometrycznych według kształtu, wielkości koloru;
  - różnicowanie wielkości i ilości, stosując pojęcia mały, średni, duży, itd.;
  - wyszukiwanie na obrazkach elementów zgodnie z wielkością;
  - szeregowanie obiektów według wielkości np. od najmniejszego do największego i odwrotnie;
  - różnicowanie ilości kredek z użyciem znaków  $<$ ,  $>$  lub  $=$ ;
  - dodawanie i odejmowanie w zakresie 10 na konkretnych przedmiotach (patyczki, kredki, klocki, itd.);
  - rozwiązywanie prostych zadań tekstowych, układanie do nich działań z zastosowaniem cyfr i liczmanów;
  - przeliczanie całościowe i porządkowe;
  - przeliczanie kredek (lub innych zabawek) z zastosowaniem liczebników porządkowych np. pierwszy, drugi, trzeci, ... oraz pierwszy i ostatni;
  - nazywanie i rozpoznawanie graficznego zapisu cyfr i znaków graficznych, od 1-10, =, -, +;
  - z rozsypanek wyszukiwanie wskazanych cyfr, segregowanie, kolorowanie;
  - łączenie cyfr z ilością np. kropek.

7. Wiedza ogólna, to wiedza dotycząca podstawowych informacji o dziecku, jego rodzinie, zjawiskach w przyrodzie, itd.

- ❖ Ćwiczenia rozwijające wiedzę ogólną dla 6-latka:
  - przedstawienie się: imię, nazwisko, adres, miejscowość, wiek, imiona rodziców, zawód przez nich wykonywany, itd..
  - rozpoznawanie na obrazkach pór roku i ich charakterystyka;
  - wyszukiwanie charakterystycznych zjawisk dla danej pory roku;
  - przyporządkowanie nazw miesięcy do danej pory roku;
  - przyporządkowywanie codziennych czynności domowych do dnia tygodnia;
  - wyszukiwanie podobieństwo i różnic między dwoma owocami, zwierzętami, itd.;
  - z rozsypanek grupowanie zwierząt, warzyw, owoców, itd.;
  - definiowanie przez dziecko przedmiotów użytku codziennego, stanów emocjonalnych, zwierząt, itd.

8. Lateralizacja, inaczej stronność ciała. Lateralizacja u dziecka kształtuje się między 5 a 6 r.ż., natomiast możliwe jest, że ostatecznie ujawni się ona koło 10 r.ż.

Typy lateralizacji:

- jednorodna, zgodna prawostronna – dominacja prawej ręki i prawego oka;
- jednorodna, zgodna lewostronna – dominacja lewej ręki i lewego oka;
- niejednorodna, skrzyżowana – dominująca prawa ręka i lewe oko;
- niejednorodna, skrzyżowana – dominująca lewa ręka i prawe oko;
- nieokreślona – gdy brak jest funkcjonalnej dominacji oka i ręki.

W przypadku lateralizacji skrzyżowanej mogą (nie muszą) pojawić się trudności związane z czytaniem i pisanem oraz orientacją w kierunkach i przestrzeni.

- ❖ Ćwiczenia dla dzieci z lateralizacją skrzyżowaną oraz dzieci leworęcznych:
  - rysowanie szlaczków i kształtów literopodobnych z zachowaniem kierunków góra-dół, lewa-prawa;
  - odwzorowywanie kombinacji figur prostych i złożonych;
  - układanie kombinacji figur według wzoru;
  - zapamiętywanie sekwencji obrazków, rozpoczynając np. od trzech, odtwarzanie sekwencji z pamięci;
  - zabawy utrwalające kierunki prawa, lewa;
  - zabawy ruchu naprzemiennego np. prawa ręka łapie lewe ucho, itd.;
  - opisywanie przez dziecko co jest po jego prawej i lewej stronie ciała;
  - na obrazku wskazywanie co jest pod, przed, na, za, pomiędzy, w, itd.;
  - usytuowanie przedmiotów w przestrzeni według instrukcji;
  - odtwarzanie ruchów rodzica stojącego na przeciwko, tyłem, obok, siedzącego naprzeciwko lub obok, naśladowanie ruchów oglądanych w lustrze;
  - odtwarzanie ruchów ze schematów rysunkowych.

### **Drodzy Rodzice!**

Podane wyżej propozycje ćwiczeń to tylko namiastka tego jak można uczyć się z dziećmi przez zabawę. Ważne, by choć godzinę dziennie bawić się z dziećmi w ten sposób, nie zapominając o czytaniu dzieciom. ☺

Przygotowała

Kinga Dłuska – pedagog