

Załącznik 2

Ćwiczenia Metodą Dennisona

Ruchy naprzemiennie:

- krzyżowanie wyprostowanych ramion przed klatką piersiową tak, aby na zmianę wyżej była ręka lewa potem prawa;
- dotykanie lewą dłonią prawego łokcia i odwrotnie;
- dotykanie lewą dłonią prawego ucha i odwrotnie;
- dotykanie lewą dłonią prawego kolana i odwrotnie;
- dotykanie lewą dłonią prawej stopy i odwrotnie;
- rowek;
- czworakowanie.

Sowa

Należy rękę położyć na mięśni kapturowym (na ramieniu z tyłu), prawą na lewym ramieniu lub lewą na prawym. Nosem należy nabrać powietrze i powoli, odwracając głowę w stronę przeciwną, wydychać powietrze pohukując jak sowa. Wdech należy robić, gdy głowa jest przy ręce, która trzyma ramię. Na jednym ramieniu należy wykonać około 6 powtórzeń.

Leniwe ósemki

Warto dzieciom narysować dużą leniwą ósemkę (∞), żeby mogły za nią wodzić wzrokiem. Kciuk należy trzymać na wysokości oka, w linii środkowej ciała, na odległość łokcia. Trzymając głowę nieruchomo, zakreśla się kciukiem poziome ósemki w powietrzu, wodząc za palcem wzrokiem. Ręka musi cały czas znajdować się w polu widzenia. Ćwiczenie powtarza się po 3 razy każdą ręką. Ósemki należy kreślić, rozpoczynając od lewej strony, w górę. Każde ćwiczenie rozpoczyna się ręką dominującą. Dobrym ćwiczeniem jest również rysowanie leniwej ósemki na kartce, kilkakrotnie po tym samym wzorze.

Słoń

Należy stanąć na lekko rozszerzonych i ugiętych nogach, jedna ręka jest wyciągnięta (to trąba), głowa jest przyłożona do ramienia wyciągniętej ręki, tak, aby zamknąć ucho i kreślić leżące ósemki, śledząc przy tym wzrokiem końce palców, które malują wzór „leniwej ósemki”. Powtarzamy ćwiczenie drugą ręką. Przy tym ćwiczeniu pracuje całe ciało wykonując głębokie skłony.

Rysowanie oburącz

Jest rysowanie dwoma rękami jednocześnie. Najlepiej rozpocząć od wzorów symetrycznych np. serce, choinka, koło itp.

Aktywna ręka

Należy stanąć w lekkim rozkroku, jedną rękę podnieść do góry, chwytając ją drugą ręką. Podniesiona ręka stawia opór ręce trzymającej na wydechu w czterech kierunkach: w stronę głowy, do przodu, do tyłu, od ucha. To samo powtórzyć należy drugą ręką.

Kapturek myśliwiec

Kciuki leżą z tyłu na obu uszach jednocześnie, palcem wskazującym kilkakrotnie odwijamy uszy od góry, do dołu, masując je delikatnie. Ćwiczenie doskonale poprawia słyszenie.

Energetyczne ziewanie

Końcami palców należy dotykać miejsca na zębach tuż przed miejscem, gdzie łączy się dolna szczęka z górną, masujemy te miejsca, mając lekko otwarte usta, wyobrażamy sobie przy tym, że ziewamy. Bardzo często taki ruch wywołuje naturalne ziewanie. Warto ćwiczenie wykonywać przy otwartym oknie.

Załącznik nr 3

Ćwiczenia kształtujące słuch fonematyczny

Do ćwiczeń kształtujących i rozwijających słuch fonematyczny należą:

- rozpoznawanie rzeczy po wydawanym odgłosie;
- nasłuchiwanie odgłosów z otoczenia (np. z ulicy) lub z płyty;
- rozpoznawanie kierunku dochodzenia dźwięku;
- reagowanie na zmiany dźwięku – cicho, głośno; wysoko, nisko itp.;
- rozpoznawanie głosów;
- reagowanie na dany sygnał;
- różnicowanie i naśladowanie głosów zwierząt;
- wystukiwanie rytmu na podstawie np. układu klocków;
- nasłuchiwanie schowanych przedmiotów wydających dźwięk;
- zapamiętywanie kolejności wydawanych dźwięków;
- wystukiwanie zapamiętywanych rytmów;
- ustawianie klocków zgodnie z wystukany rytmem;
- ćwiczenia w poprawnym wymawianiu głosek i powiązywaniu ich z literami;
- naśladowanie odgłosów z otoczenia;
- wyszukiwanie rymujących się wyrazów;
- analiza sylab, wyrazów w mowie głośnie i cichej;
- wyszukiwanie obrazków do wypowiedzianych słów;
- wspólne wypowiadanie wierszy (dzieci dopowiadają);
- sylabizowanie wyrazów i wystukiwanie tych sylab;
- wyszukiwanie głosek w nagłosie, wygłosie i śródgłosie;
- dokańczanie sylab i tworzenie wyrazów;
- wyszukiwanie wyrazów na tą samą głoskę (tylko w mowie lub obrazków);
- podawanie liczby wyrazów w zdaniu;
- liczenie głosek i sylab w wyrazach;
- modelowanie wyrazów za pomocą liter;
- zabawa - podawanie wyrazu na głoskę kończącą poprzedni wyraz;
- zabawa – *Kłaśnij, gdy...* – usłyszysz a itp.;
- mówienie sylabami;
- rozróżnianie wyrazów, które różnią się tylko jedną głoską. Różnica tej głoski powoduje zmianę znaczenia wyrazu: bułka-półka, domek-Tomek, góra-kura, bąk-pąk, dama-tama, biurko-piórko, bije-opije, koza-kosa, rak-lak, kasakasza, tacka-taczka, buty-budy;
- wyszukiwanie wyrazu ukrytego w innym;
- ćwiczenia pamięci, polegające na zapamiętaniu ciągu wyrazów;
- układanie wyrazów z sylab lub liter;
- układanie zdań z wyrazów;
- loteryjki sylabowe;
- domina fonematyczne;
- przekształcanie wyrazów poprzez przestawianie liter;
- zabawy muzyczno-ruchowe;
- opowiadanie treści wysłuchanego utworu lub odpowiedzi na pytania z nim związane;
- rozpoznawanie piosenki po melodii;
- mówienie tekstów z różnym natężeniem głosu;
- zabawy ortofoniczne;
- dopasowywanie napisów do ilustracji;
- porządkowanie historyjek obrazkowych;
- klasyfikowanie obrazków ze względu na jakąś cechę fonematyczną;
- głoskowanie wyrazów (najpierw jednosylabowych);
- czytanie metodą sylabową.

Załącznik nr 4

Wprowadzanie liter w edukacji przedszkolnej

Nasze scenariusze mają duży poziom ogólności, dlatego poniżej przedstawiamy zarys zasady wprowadzania liter, którą można zaadoptować do własnych potrzeb w grupie najstarszych przedszkolaków. Jest to metoda analityczno – syntetyczna proponowana już przez M. Falskiego. Wydaje się ona spełniać swoje zadania na tym etapie edukacji.

Tok wprowadzania litery
(według określonej kolejności)

1. Stworzenie sytuacji dydaktycznej

Może to być rozmowa na określony temat, nawiązanie do jakiejś sytuacji, ilustracja, zabawa, przedmiot.

2. Wyodrębnienie (i pokaz) wyrazu podstawowego (plansza demonstracyjna *Alfabet*)

W przypadku przedszkola może to być przedstawienie ilustracji przedmioturozpoznającego się daną głoską. Najlepiej jeśli wyraz podstawowy ma poznawaną literę na początku.

3. Analiza i synteza wzrokowa i słuchowa wyrazu podstawowego

Podział na sylaby, głoski, podział na samogłoski i spółgłoski; liczenie liter i sylab, samogłosek i spółgłosek. Tworzenie schematu i modelu wyrazu podstawowego. Do tego celu stworzyliśmy aplikację interaktywną.

4. Prezentacja nowej litery drukowanej i pisanej, małej i dużej

Omówienie wyglądu, porównanie z innymi literami. Do tego celu znakomicie nadaje się plansza demonstracyjna *Alfabet*.

5. Ćwiczenia w analizie słuchowej wyrazów, w których występuje poznana litera

Może to być podawanie wyrazów przez dzieci, wyszukiwanie przedmiotów w klasie lub inne zadanie zaplanowane przez nauczyciela. Trzeba zadbać, żeby poznana litera (głoska) była w nagłosie, śródgłosie i w wygłosie wyrazu. Ćwiczenia te mogą być też przed pokazem litery.

6. Czytanie wyrazów z poznaną literą

Ten etap można w przedszkolu pominąć, lub wykorzystać go jako element indywidualizacji pracy dla dzieci zdolnych. Mamy w Przedszkolu przyszłości zestaw 50 obrazków do globalnego czytania, który można dowolnie wykorzystać.

7. Nauka pisania poznanej litery

- (pokazanie wzoru, analiza wzoru, pokazanie jak daną literę się pisze, ćwiczenia przygotowujące do pisania, pisanie litery przez dzieci);
- demonstrowanie pisania litery przez nauczyciela;
- układanie litery z różnych materiałów (guziki, tasiemki, kasztany itp.);
- wodzenie po kształcie litery na przygotowanej karcie pracy (odczucie sensoryczne);
- „pisanie” litery w powietrzu, na ławce, na plecach kolegi itp.;
- pisanie litery na tacy z kaszą;
- pisanie powiększonej litery na folii.

Na etapie przedszkola takie zabawy z literką w zupełności wystarczą. Wszystkie wymienione etapy są płynne i przy różnych scenariuszach zajęć mogą przebiegać w odmienny sposób. Etapy przede wszystkim należy dostosować do możliwości i predyspozycji dzieci oraz do ich zainteresowań. Wszystko powinno przybierać formy zabawy.

Załącznik nr 5

Kształtowanie orientacji przestrzennej

Należy pamiętać o pewnych zasadach.

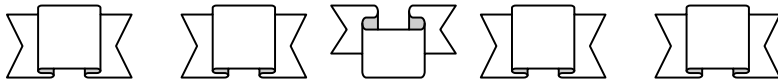
- Kształtowanie orientacji przestrzennej rozpoczynamy od kształtowania schematu własnego ciała poprzez: nazywanie części swojego ciała, rysowanie człowieka, zabawy pantomimiczne.
- Następnym krokiem jest różnicowanie i określanie kierunków w przestrzeni z własnego punktu widzenia poprzez ćwiczenia z wybranym przedmiotem np. misiem i ustawianie go w odpowiednim miejscu (górze – dół, przed sobą – z tyłu, za sobą, po prawej i po lewej stronie). Ważnym elementem na tym etapie jest oznaczenie dziecku lewego nadgarstka poprzez zakładanie frotki lub namalowanie jakiegoś znaku na rączce. Dobre efekty przynosi zabawa polegająca na chodzeniu pod dyktando (np. 2 kroki w lewo, 2 do przodu, 3 do tyłu, 5 kroków w prawo itp.), można ją zmodyfikować i przeprowadzać jako zabawę GPS.
- Trzecim etapem jest różnicowanie i określanie kierunków w przestrzeni z punktu widzenia drugiej osoby oraz względem innych przedmiotów. Jest to bardzo trudne dla dzieci, ale systematyczny trening poprzednich etapów umożliwi wykonywanie kolejnych ćwiczeń. Należy do nich zabawa z misiem, w której dziecko ustawia dowolnie misia, samo nie zmienia miejsca i ma za zadanie powiedzieć, co widzi miś. Ważne na tym etapie jest uzmysłowienie odbicia lustrzanego poprzez pokazanie tego zjawiska - zaznaczenie lewych dłoni, stojąc jedna osoba za drugą (najlepiej dziecko i nauczyciel) i pokazanie obrotu, po którym ręce oznaczone są po przeciwnych stronach. Dużą satysfakcję przynoszą dzieciom ćwiczenia z kładzeniem przedmiotu pod krzesło, za krzesło, na krzesło itp., ponieważ zazwyczaj nie stanowią już problemu.
- Ostatnim etapem są ćwiczenia kształtujące orientację na kartce papieru. Zabawy rozpoczynamy od kartki powieszanej pionowo np. na ścianie, przy tym ułożeniu określamy górę i dół kartki, prawą i lewą stronę. Dopiero następnym krokiem są ćwiczenia z kartką położoną na podłodze lub na stoliku. Ważnym elementem jest rysowanie szlaczków, zwłaszcza wzorów greckich i labiryntów, gdzie dziecko rysuje kreski w dół, górę i w prawą stronę.
- Należy pamiętać, że powinno się przejść wszystkie etapy po kolei i dobrze utrwalić poprzedni, zanim przejdzie się do następnego. Zakładając, że zaproponowane przez nas ćwiczenia będą wykonywane codziennie, już w drugim półroczu można pracować nad wszystkimi elementami jednocześnie. Ćwiczenia związane z rysowaniem elementów na kratce papieru wprowadzamy dość wcześnie, dlatego można etap ostatni zademonstrować dzieciom i przy oznaczonej rączce lewej spokojnie wykonywać te ćwiczenia. Z doświadczenia wiemy, że najwięcej czasu trwa utrwalenie pojęcia prawej i lewej swojej strony, a dobre uświadomienie na czym polega określanie kierunków względem innej osoby daje bardzo dobre rezultaty.
- Doskonałym narzędziem do kształtowania orientacji przestrzennej są piosenki lub pąsy np.: *Boogie – woogie*, *Pingwinek*, *Niedźwiadek*, *Żabki* itp.

Przykładowe ćwiczenia do zajęć wyrównawczych

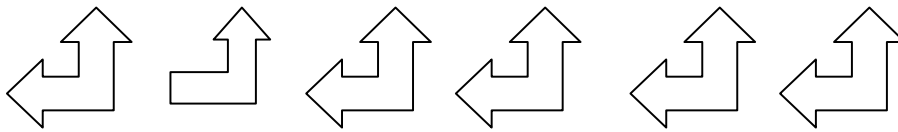
1. Pokoloruj kostkę, która jest inna niż pozostałe.



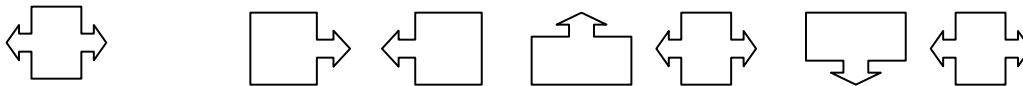
2. Pokoloruj wstęgę, która różni się od pozostałych.



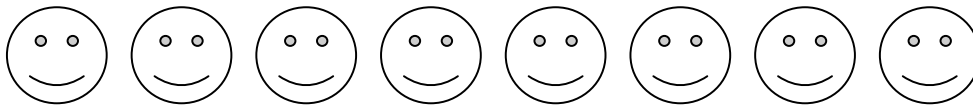
3. Odszukaj, która strzałka jest inna niż wszystkie i pokoloruj ją.



4. Otocz kółeczkiem taki sam znak, jaki jest po lewej stronie.



5. Pokoloruj 3 buzie na czerwono, 4 na niebiesko.



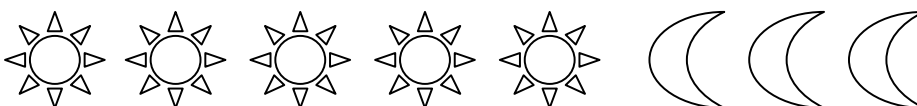
6. Pokoloruj 2 serduszko na zielono i 6 na czerwono.



7. Sprawdź czy każda gwiazdka schowa się za chmurką. Połącz gwiazdki z chmurkami.



8. Połącz w pary słoneczka z księżycami. Sprawdź czy każde słoneczko ma swoją parę.



9. Uzupełnij rysunek, aby oba skrzydła motyla były takie same.

