

## **Doskonalenie technik szkolnych – ćwiczenia dla uczniów kl. I – III szkoły podstawowej**

### **Zakres ćwiczeń doskonalących umiejętność koncentracji uwagi:**

- czytanie prostych opowiadań, wyodrębnianie osób i przedmiotów występujących w utworze,
- określanie położenia przedmiotów (np. na wcześniej eksponowanym obrazku),
- rozpoznawanie w krótkim czasie eksponowanych przedmiotów,
- odwzorowywanie rysunku z pamięci,
- rozpoznawanie przedmiotów na obrazkach złożonych,
- szukanie brakujących elementów,
- szukanie jednakowych ilustracji, liter, cyfr,
- gra memory,
- gra dobble,
- zadawanie dziecku pytań w różnych sytuacjach, np. podczas wycieczki, wyjścia do sklepu itp.

### **Zakres ćwiczeń usprawniających rozwój percepcji wzrokowej:**

- zabawa „Czego brakuje?\": zgadywanie, która zabawka lub obrazek zostały schowane i opisanie ich wyglądu,
- zabawa „Powiedz co się zmieniło” (przedmiot zmienił położenie),
- odtwarzanie z pamięci: pozycji ciała drugiej osoby, sekwencji ruchów zaprezentowanych przez rodzica, układu figur geometrycznych, sekwencji zabawek itp.,
- pisanie zdań z pamięci (samodzielne sprawdzanie i poprawa błędnego zapisu),
- gra memory,
- układanie z pamięci ciągu figur według wzoru,
- wyliczanie jak największej liczby zapamiętanych wzrokowo przedmiotów, które znajdują się na obrazku lub w otoczeniu,
- zapamiętywanie układu przedmiotów, ich wzajemnego położenia, liczby, kształtów,
- dobieranie obrazków według zasady „co do czego pasuje?”,
- dobieranie obrazków odpowiednio do ich konturów,
- dobieranie par przedmiotów na obrazkach,
- dobieranie brakującego elementu,
- dobieranie obrazków według podanego kryterium np. domino, memory, obrazkowe domino,
- wyszukiwanie różnic na obrazkach,
- eliminowanie z grupy obrazków niepasujących do pozostałych,
- dorysowywanie brakujących elementów na obrazku,
- odnajdywanie obrazków zamienionych miejscami,
- układanie puzzli, pociętych obrazków (4, 6, 8 i więcej części),
- odnajdywanie na obrazku podobnych figur geometrycznych,
- rysowanie z pamięci eksponowanych wzorów,
- rysowanie szlaczków, wzorów literopodobnych,
- łączenie kropek, rysowanie po śladzie,
- segregowanie figur według podanej zasady,
- składanie dużych figur geometrycznych z mniejszych (4, 6, 8 i więcej części),
- odtwarzanie sekwencji figur geometrycznych,
- szukanie figur ukrytych na obrazku,

- wznoszenie prostych budowli według wzoru, np. pociągu, wieży itp.,
- wznoszenie budowli z klocków i figur geometrycznych,
- odnajdywanie par jednakowych figur,
- łączenie w pary takich samych znaków,
- dobieranie liter drukowanych do pisanych (domino literowe, rozsypanki literowe),
- dobieranie liter wielkich do małych,
- dobieranie par jednakowych liter,
- dobieranie podpisów do obrazków,
- dobieranie odpowiednich zdań do obrazków,
- dopisywanie brakujących liter,
- łączenie w pary takich samych liter spośród wielu podobnych kształtem: m – n – u – w,
- porównywanie par wyrazów, wskazywanie i nazywanie różniących je liter (dom – dym, las – lis, lato – tato, koza – kosa),
- wyszukiwanie konkretnych liter wśród wielu innych,
- rozwiązywanie rebusów,
- rozpoznawanie i różnicowanie liter podobnych: u – n, p – b, p – g, b -d (domino literowe),
- segregowanie liter, np. małych i wielkich, pisanych i drukowanych,
- tworzenie wyrazów zaczynających się takimi samymi literami,
- tworzenie wyrazów z rozsypanek literowych lub sylabowych,
- tworzenie krótkiego tekstu z rozsypanki wyrazowej,
- układanie domina w taki sposób, aby sąsiadujące litery były identyczne lub tak, aby ostatnia litera pierwszego wyrazu była identyczna z pierwszą literą wyrazu następnego,
- szukanie wyrazów w wykreślankach,
- utrwalanie kształtu liter przez lepienie z plasteliny, rysowanie w powietrzu, rysowanie na piasku, wylepianie/ malowanie konturów,
- uzupełnianie brakujących liter/sylab w wyrazach,
- tworzenie ciągów liter według wzoru,
- szukanie krótszych wyrazów w dłuższych, np.: lekarz – lek, okoń – oko, krok – rok, pawian – paw,
- odnajdywanie podanej litery w tekście,
- wyszukiwanie wyrazów ukrytych w zdaniach, np.: **Ala ma sekret. Bartek ma małe autko. Pani przyniosła wazon. Mama pali wonne kadzidelka.**
- odnajdywanie wyrazów ukrytych w szeregu liter poprzez eliminowanie zbędnych liter,
- układanie przedmiotów według instrukcji, np. na dole/górze, po prawej/lewej, nad/pod, za/przed, obok/w, itp.

### Zakres ćwiczeń usprawniających rozwój percepcji słuchowej:

- odgadywanie słuchanego rytmu,
- rozpoznawanie dźwięków dochodzących z otoczenia,
- zapamiętywanie i powtarzanie sekwencji dźwięków,
- odtwarzanie rytmu przez wyklaskiwanie, wystukiwanie o blat biurka,
- różnicowanie wyrazów podobnie brzmiących, np.: bucik – budzik, czapka - żabka,
- dzielenie zdania na wyrazy, wyrazów na sylaby, wyrazów na głoski,
- liczenie sylab i głosek w wyrazach,
- określanie głosek na początku, końcu i w środku wyrazu,
- szukanie wyrazów na określonej głoskę,
- budowanie wyrazów z sylab, głosek,
- czytanie sylab otwartych np.: la, lą, le, lę, li, lo, lu, ló, ly,
- czytanie sylab zamkniętych (sylaba otwarta + spółgłoska) oraz wyrazów jednosylabowych np.: tam, tok, sok, rok, rym, rak, mak, tak,
- czytanie wyrazów głoskami, sylabami, później całościowo,

- o kończenie zaczętego wyrazu, np.: ma... (-ma; -lina, -sło, -ły, -sa itp.),
- o budowanie wyrazu z dwóch i trzech sylab,
- o opowiadanie treści przeczytanej przez dorosłego bajki,
- o zapamiętywanie rymowanek i wierszyków,
- o szukanie wyrazu rozpoczynającego się na głoskę, na którą kończy się poprzednio usłyszany wyraz np.: aktor – robak – koala – aligator – rak – kwiat – tata – a....

### **Zakres ćwiczeń usprawniających grafomotorykę:**

- o ćwiczenia usprawniające ruchy i chwyt palców np.: pstrykanie, stukanie, skubanie, ugniatanie, pocieranie, przebieganie palcami, splatanie itp.,
- o kreślenie palcem kształtów, np.: kółek, linii falistych i prostych,
- o podnoszenie, wkładanie do pojemnika drobnych elementów (np. ziarnko grochu),
- o rysowanie po śladzie, pogrubianie konturów,
- o rozdzieranie i wydzieranie papieru,
- o formowanie i ugniatanie małych kulek z papieru (używanie: kciuka, palca wskazującego i środkowego wzmacnia chwyt pisarski),
- o wlewanie i przelewanie płynu do pojemników o różnym otworze,
- o lepienie w plastelinie, glinie, masie solnej itp.,
- o wylepienie plasteliną konturów obrazka,
- o zwijanie materiału w rulonik,
- o ugniatanie piłeczek,
- o malowanie palcami,
- o formowanie kształtu liter z plasteliny, sznurka itp.,
- o kolorowanie, malowanie, wylepienie dużych konturów liter,
- o kreślenie ręką liter w powietrzu,
- o malowanie farbą na dużych powierzchniach,
- o zapinanie i rozpinanie guzików, suwaków oraz wiązanie kokardek.

### **Zakres ćwiczeń usprawniających technikę czytania:**

1. Czytanie naprzemienne (ok. 20 wyrazów niepowtarzających się podczas jednego dnia).  
Kolejność ćwiczeń:
  - o dorosły czyta wydzielając sylaby, dziecko ma przed sobą tekst i każdą sylabę oddziela linią, np.: so/wa/
  - o czytamy naprzemiennie sylaby – dziecko zaczyna jedną sylabę, dorosły czyta drugą, dziecko trzecią itp. Potem czytamy jeszcze raz sylaby, tym razem zaczyna dorosły.
  - o w podobny sposób czytamy wyrazy jednosylabowe, potem dwusylabowe, a następnie wielosylabowe,
  - o naprzemienne czytamy całe zdania,
  - o dziecko czyta cały tekst.
1. „Czytanie na raty” np. lektur. Etapy pracy:
  - o dziecko czyta na głos, zależnie od możliwości, od jednej linijki lub kilku linijek tekstu do ½ strony,
  - o dziecko czyta razem z rodzicem na głos (chórem, dorosły nieco ciszej) – dwa razy więcej tj. od dwóch linijek do całej strony,
  - o dorosły czyta dziecku na głos – trzy razy więcej tj. od 3 linijek do 1 ½ strony,
  - o dziecko czyta samo po cichu – 4 razy więcej tj. od 4 linijek do 2 stron,
  - o cały cykl czytania można powtarzać od początku,
  - o na koniec – opowiedzenie tekstu lub dyskusja nad tekstem.
2. Czytanie codzienne ok. 30 minut.
3. Uczenie czytania w oparciu o następujące pozycje książkowe:

- o J. Mickiewicz „Ćwiczenia ułatwiająca naukę czytania i pisania dla uczniów klas młodszych.” Zeszyt 1. (Toruń 1999)
- o B. Zakrzewska „Trudności w czytaniu i pisaniu”. Wyd. WSiP
- o B. Bielań, G. Trzeciak „Chcę dobrze czytać”. cz. I-III. Wyd. Juka

### Ortografia:

1. Wprowadzenie i utrwalanie zasad pisowni:
  - o stosowanie wielkiej litery: na początku zdania, imion, nazwisk, nazw ulic, nazw geograficznych, tytułów, zwrotów grzecznościowych w korespondencji,
  - o „ó” i „u”,
  - o „rz” i „ż”,
  - o „ch” i „h”,
  - o zakończeń: -ów, -ówna, -un, -unek, -uje,
  - o ę – en – em, a – on – om,
  - o partykuł: „by”, „bym”, „byście” z czasownikami,
  - o partykuły „nie” z różnymi częściami mowy,
  - o znaków interpunkcyjnych.
2. Przenoszenie wyrazów w związku z ich podziałem na sylaby.
3. Ćwiczenia samokontroli:
  - o założenie specjalnego zeszytu do ćwiczeń,
  - o dorosły zakreśla ołówkiem w zaszycie szkolnym dziecka wyrazy z błędami (bez poprawiania),
  - o dziecko samodzielnie opracowuje 5 wyrazów sprawdzając ich pisownię w słowniku ortograficznym,
  - o dziecko zapisuje te wyrazy w poprawnej formie do zeszytu przeznaczonego do ćwiczeń,
  - o dziecko wyjaśnia pisownię tych wyrazów (w razie trudności skonsultowanie z dorosłym),
  - o dziecko podaje wyrazy pokrewne do tych wyrazów,
  - o dziecko dokonuje analizy głoskowej wyrazu, np. półka – p.ó.ł.k.a (dorosły słucha czy dziecko poprawnie wydzieliło wszystkie głoski w wyrazie),
  - o dziecko układa zdanie z danym wyrazie i czyta je na głos,
  - o każdy opracowany wyraz dziecko pisze w zaszycie ćwiczeń kilkakrotnie (w 2 liniijkach) w celu zautomatyzowania poprawnej pisowni,
  - o ćwiczenie pamięci wzrokowej: analiza wyrazów „wprzód” i „wspak”, np.: można – anżom,
  - o ćwiczenie pamięci ruchowej: każdy wyraz zostaje zapisany na dużej kartce papieru – dziecko wodzi palcem po wzorze, jednocześnie powtarza głośno wyraz i patrzy na wyraz. Czynność powyższą powtarza co najmniej 3 razy.

**5 wyrazów x 5 dni w tygodniu = 25 wyrazów**

**Pracując przez 3 miesiące dziecko utrwali poprawną pisownię 300 wyrazów!**

#### Literatura:

1. R. Naprawa, A. Tanajewska, C. Mach, K. Szczepańska, „Dostosowanie wymagań edukacyjnych do indywidualnych potrzeb rozwojowych i psychofizycznych uczniów realizowanych w ramach prowadzonych zajęć edukacyjnych z podziałem na poszczególne edukacje oraz zajęciach specjalistycznych I etap edukacyjny”. Wydawnictwo Harmonia, Gdańsk, 2017.