

Profilaktyka dysleksji rozwojowej

Istotną informacją na temat zapobiegania dysleksji jest fakt, że za mało się ruszają!!! Dzisiejsze czasy niestety prowokują coraz więcej zajęć w pozycji siedzącej: gry komputerowe, oglądanie telewizji, dojeżdżanie wszędzie samochodem, mało zajęć ruchowych. Czy dawniej słyszało się o dysleksji? Nie - jest to problem ostatnich lat. Jaki błąd popełniają dorośli/rodzice wobec swoich kilkumiesięcznych dzieci? Wsadzają dzieci do tzw. "chodzików" albo sadzają, gdy dziecko nie jest jeszcze do tego gotowe, czyli nie siada samo. Rodzice porównują swoje dzieci do innych i niepokoją się, gdy widzą różnice w rozwoju. Zupełnie niepotrzebnie, ponieważ każde dziecko ma prawo rozwijać się wg swojego indywidualnego tempa. Nie wolno pionizować dziecka, ponieważ ono samo wie, kiedy jest już do tego gotowe. Ono ma się najpierw nauczyć raczkować, co ma miejsce między 4 a 9 miesiącem życia (zaburzeniem nazywamy opóźnienie opanowania przez dziecko danej umiejętności o 6 miesięcy, np. dziecko raczkuje w 14 miesiącu zamiast w 8). Raczkowanie jest to bardzo ważna umiejętność ruchowa, ponieważ ruchy naprzemienne oraz samoskrętne ruchy głową stymulują błędnie w uszach, dzięki czemu dziecko umie utrzymać równowagę. Ponadto poprzez tą czynność tworzy się najwięcej połączeń między półkulami, a wszystko to naturalnie zapobiega późniejszemu problemowi, czyli dysleksji.

Psychologowie uczulają współczesnych rodziców aby ich dzieci nie siedziały, ale jak najczęściej RUSZAŁY SIĘ!!!! Ruch u małych dzieci powoduje, że jest lepiej ukrwiony mózg, a więc takie dziecko jest lepiej przygotowane do pracy umysłowej, a tym samym osiąga lepsze wyniki w nauce. Wielokrotnie udowodniono, że dziecko, które mało się rusza, wolniej się rozwija i ma większe trudności w przyswajaniu nowej wiedzy i umiejętności.

Dla dzieci w wieku przedszkolnym zaleca się basen 2x tygodniowo, albo zajęcia rytmiczne, gimnastyczne, czy taneczne. Dobrze, gdy dzieci uczą się różnych dyscyplin, zwłaszcza jeśli przykład idzie z góry od swoich rodziców. Postępujemy więc w myśl przysłowia: „w zdrowym ciele zdrowy duch”.

Powodzenia!

Opracowała:
Zuzanna Kordus

na podstawie materiałów wojewódzkiego programu *Profilaktyka dysleksji rozwojowej*
Polskiego Towarzystwa Dysleksji oraz Regionalnego Ośrodka Metodyczno – Edukacyjnego
Metis w Katowicach