

# DYSLEXIE

## METODY ČTENÍ

### ČTENÍ S OKÉNEM

Tato metoda dostala své jméno podle pomůcky, s kterou se pracuje – *jde o kartičku, která má vystřižený otvor, do něhož se promítá čtený text tak, že okolní řádky jsou zakryty.*

Čtení s okénkem je velmi rozšířená technika nácviku čtení.

Používá se u dětí, které čtou s velkými obtížemi.

*Uvádím podrobnější informace ohledně této techniky – velikost vystřiženého okénka musí odpovídat velikosti písma. Nejlépe se dítěti čte, když nad písmeny i pod nimi je asi milimetrový okraj bílého papíru. **Kartičkou** s okénkem **pohybuje ten, kdo s dítětem pracuje**, ne dítě samo a přizpůsobuje rychlost pohybu okénka čtenářským možnostem dítěte, text poodkrývá směrem doprava. Vede jej k tomu, aby dítě dodržovalo tempo čtení, aby **četlo pomalu, ale plynule**. Rychlost čtení se postupně dostaví. Zpočátku **není potřeba vyžadovat** po dítěti čtení s přednesem ani klesnutí hlasu u tečky apod., doporučováno je soustředit se spíše na to, aby čtení bylo klidné až monotónní. Přednes při čtení se postupně dostaví s rozvojem čtenářských dovedností. Je potřeba vést dítě k tomu, aby si **neříkalo jednotlivé hlásky** v duchu a teprve pak je nahlas spojovalo, ale aby si souhlásku protahovalo a přidávalo k ní samohlásku, aby tak klidně, pomalu, ale plynule slabikovalo, sledujeme však, aby dítě **slabiky nevyráželo**.*

Zběhlý čtenář se nedívá na písmena, která čte nahlas, ale zrakem text předchází, předem text zrakem rozpoznává. Čtenář začátečník a dítě s dyslexií tuto dovednost nemají, sledují pouze písmena, která vyslovují, dochází u nich k zpětným zrakovým pohybům. Abychom tomuto ulpívání na čtených písmenech nebo slabikách zabránili a naučili je sledovat zrakem následující písmena a slabiky, **posouváme okénko těsně před tím, než dítě čtenou slabiku vysloví**. Důležité je vysvětlit dítěti smysl tohoto počínání, jinak se může domnívat, že chceme, aby četlo rychleji. Při práci s okénkem doporučuji **umožnit odpočinek**, tedy nechat jej číst dva až tři řádky bez pomoci okénka, poté nechat dítě poslechnout si četbu dospělého, ale čtenou tempem dítěte. Několikrát se tedy v četbě prostřídat. S okénkem nacvičujeme pět, maximálně deset minut.

*Tato metoda velmi účinná jen pokud se touto technikou pracuje denně.*

### METODA DUBLOVÉHO ČTENÍ

spočívá ve společném čtení učitele nebo rodiče s dítětem, kdy dospělý přizpůsobuje rychlost čtení aktuálním schopnostem čtenáře.

Používá se u dětí, které již mají rozvinutou dovednost čtení, čtou však nepřesně, domýšlí si a často chybují. Nesprávně intonují věty.

Rychlost čtení musí být přizpůsobena možnostem dítěte, které má text aktivně sledovat (k tomu mají pomoci kontrolní chyby, které rodič nebo učitel dělá – zaměnění slova, nejlépe slovem podobného významu, vynechání slova, zdrobnělina nebo naopak zrušení zdrobněliny). Při slovech obtížných je vhodné zvýšit intenzitu hlasu. Společné čtení má trvat dvě až tři minuty a opakovat se má po krátkých přestávkách dvakrát až třikrát denně. Touto metodou by dítě mělo číst tři až čtyři měsíce každý den. Při cvičení je dobré použít podložku pod řádek.

### **Výhody této metody – jednoduchost a přístupnost pro žáka**

- rychle navozené zlepšení čtení v průběhu spolupráce
- narušuje se vnímání vlastního špatného čtení
- snižuje se strach ze čtení
- při čtení je zapojen nejen zrakový, ale i sluchový analyzátor

### **PÁROVÉ ČTENÍ**

Pro tuto metodu je vhodný povinný, ale i libovolně zvolený text.

*Technika párového čtení K. Santlerové* má dvě fáze: 1. *simultánní čtení* - vedoucí i dítě čtou společně nahlas v těsné synchronizaci tak, aby dítě stačilo držet tempo. Všechna slova čte hlasitě, a vedoucí tak může korigovat jeho nedostatky. Při chybě se zastaví a taktně dítě navede na správné přečtení a porozumění.

2. *nezávislé čtení* – v průběhu první fáze vedoucí zjistí, že se dítěti čtení daří, nebo, že se v textu objeví jednoduchá pasáž, kterou by zvládlo samo. **Nechá je tedy číst samotné, bez podpory, pokud ovšem dítě signalizuje, že samotné číst chce a pokud čte správně.**

Zpočátku je vhodné většinu textu číst simultánně, ovšem se zlepšováním techniky dítěte je vhodné přecházet na větší podíl nezávislého čtení. Je velice důležité sledovat schopnost dítěte porozumět přečtenému, oceníme dítě, když samostatně opraví chybu, chválíme iniciativu a aktivitu.

### **STÍNOVÉ ČTENÍ**

Tato metoda není příliš známá – *dospělý čte dle zásady „být o jedno slovo před žákem“*. *Žák částečně čte, částečně text po dospělém opakuje.*

### **Výhody této metody**

- žák nevnímá tolik své případné kvalitativně nesprávné čtení
- získává správné čtenářské návyky
- získává dobrý rytmus čtení

## POSLOUCHÁNÍ TEXTU PŘEDČÍTANÉHO DOSPĚLÉMU

Nejnámější metoda používaná u všech věkových kategorií – *spočívá v tom, že dítě čte nahlas předem domluvený úsek textu, rodič nebo učitel u něj sedí, aktivně poslouchá a opravuje společně s ním špatně přečtená slova.*

Vhodná u dětí, které sice mají dobrou techniku čtení, ale čteným slovům nerozumí. Tato metoda porozumění rozvíjí (dítěti objasňujeme neznámé pojmy).

## METODA GLOBÁLNÍHO ČTENÍ

Používá se u dětí, které jsou již schopny přečíst jednotlivá slova, ale jejich čtení je velmi pomalé, protože stále sledují jednotlivá písmena a nejsou schopny postřehovat jejich shluky.

Tato metoda vyžaduje určitou přípravu – *dítě čte část textu třikrát* – nejdříve předložíme část textu, který si má dítě několikrát přečíst, nesmí se ho však naučit nazpaměť.

Např. *Na podlesí bylo pole, při poli mez. Na mezi ...když si dítě úryvek nacvičí, je další předložen v následující podobě – Na pod--sí bylo po-e, při po-- mez. Na m--i...Jakmile je dítě schopno přečíst úryvek z textu, ve kterém jsou vynechána jednotlivá písmena, předložíme konečnou variantu – Na -----bylo-----, při-----mez. Na-----*

*Tato metoda je účinná, podobně jako každá jiná metoda, jen tehdy, když ji používáme delší dobu, alespoň dva měsíce, a to systematicky, pokud možno každý den. (na každý den připravit jeden i více odstavců z textu, podle stáří a možností dítěte) – cvičný text by měl svou náročností i obsahem odpovídat schopnostem a zájmům dítěte.*

## METODA FERNALDOVÉ

Tato metoda je vhodná pro děti, které již mají dobrou strategii čtení, ale jejich čtení je pomalé, nebo nejsou schopny se soustředit na obsah čteného textu. Metoda je proto vhodná nejen pro pokročilé dyslektiky, ale i pomalé čtenáře.

Dítěti určíme část textu – asi 10 řádek – který nemá číst ani nahlas, ani potichu, ale jen přelétnout zrakem. *Tentokrát se zakazuje číst.* Současně se sledováním řádků si dítě tužkou podtrhává slova, o kterých si myslí, že by mu při čtení dělaly potíže. Určí si tak individuálně obtížná slova. Když takovým způsobem přeběhne všech deset řádků, zkouší to znovu a opět náročná slova podtrhne. Mohou to být stejná slova, která podtrhlo při prvním pokusu, ale i slova další. Když skončí, přečte si podtržená slova. Teprve po této přípravě čte určenou část textu – *z letného čtení již dítě trochu zná text, nemusí se obávat obtížných slov, protože se s nimi již seznámilo, a proto čte s větší sebedůvěrou.*

Je vhodné provádět dva až tři měsíce, pokud možno denně. Starší děti mohou pracovat i samostatně, výhodná je pro středoškoláky a vysokoškoláky.

## NÁCVIK ČTENÍ POMOCÍ ČTENÁŘSKÝCH TABULEK

*Jsou jedním z materiálů, vhodným k docvičování čtení i na 2. stupni ZŠ a na SŠ.*

Začínáme číst na tom místě, které dyslektik zvládne zcela bez obtíží (po stránce kvalitativní i kvantitativní). Následně zařazujeme ke čtení ty strany, které obsahují slova a slovní spojení s ohledem na charakter a stupeň obtíží čtenáře. S tabulkami se musí pracovat až do bezpečného zvládnutí procvičovaného jevu ve čtení, tedy až „zřetelně ustoupí čtenářská obtíž v dané oblasti).

## ZKŘÍŽENÁ LATERALITA

O *zkřížené lateralitě ruky* mluvíme tehdy, když je například dominantní pravá ruka, ale dominantním okem je oko levé nebo naopak.

Zkřížená lateralita se objevuje u mnoha dětí, které mají výukové problémy (komplexy problémů v českém jazyce, matematice, tělesné a výtvarné výchově, v chování apod.).

Zkřížená lateralita přináší problémy

- v oblasti percepční
- oblasti zpracování v centrální nervové soustavě (CNS)
- oblasti výkonové – psychomotorické

## GRAFOMOTORICKÉ OBTÍŽE DĚTÍ PŘEDŠKOLNÍHO A ŠKOLNÍHO VĚKU

*Mezi předškoláky i školáky je řada dětí, které nerady malují, omalovávají, mají případně nepěkný rukopis, těžkopádné písmo, může se přidávat silná bolestivost ruky či pocení.*

Příčiny těchto obtíží mohou být různé, jednou z nich jsou i grafomotorické obtíže vyplývající z vadného úchopu pera, tužky nebo pastelky.

*Co je to vadný úchop a jak může ovlivnit psaní – **správný tzv. špetkový úchop** vyplývá z přirozených svalových souher ruky, kterou si dítě, v rámci své vyhraněnosti, vybralo pro kresebný a písemný projev, tedy při *praváctví* či *leváctví*.*

Pokud dochází k odchýleným svalovým souhrám, mohou vyústit v tzv. vadný úchop pera – hrstičkový, smyčcový, vařečkový a podobně.

**Vadný úchop** může způsobit dětem nepříjemné pocity u grafických prací, vzbuzuje jejich nechuť a odmítání v době docházky do mateřské školy lze nahradit modelováním,

stavebnicemi apod., ve školní praxi (kdy žák musí psát diktáty, písemné domácí úkoly, pětiminutovky a podobně) má již dítě problémy větší.

Při grafomotorických obtížích pociťuje dítě bolest nejen ruky (v oblasti zápěstí), ale mnohdy jej provází bolest až do oblasti lopatky. Pak hledají při psaní úlevovou polohu, která má za následek nepřírozenou polohu těla při psaní, čímž sekundárně vzniká vadné držení těla.

Starší školáci mnohdy ústně dokáží zodpovědět správně prakticky vše. Jak mají totéž napsat, bývá výsledek horší. Žák se nedokáže dostatečně soustředit na obsah psaného.

Uvolňovací cviky (cvičení uvolňující svalstvo horní končetiny a ruky - krouživé pohyby pažemi, předloktím, zápěstím, procvičování dlaně a jednotlivých prstů – „špetky“, „brýle“ atp.) opakujeme vícekrát za sebou., cvičíme v krátkých intervalech, intenzivně.

*Začínáme uvolňovat postupně: ramenní kloub*

**loketní kloub** – volíme polohu ve stoje nebo v kleče, začínáme na velké ploše, kterou postupně zmenšujeme. Napodobujeme a graficky zaznamenáváme pohyb, např. houpání, kutálení, házení, obíhání, poskakování, kroužení, mletí a podobně.

**zápěstí** – cvičíme přímky, oblouky, křivky.

Délka čáry je 2 – 3 cm.

**prsty** – posilujeme mačkáním velké koule (plastelina, modurit aj.), prohrabávání se pískem, solení, přebírání. Dále pak modelování, hra na klavír, flétnu (náznakově), kresba na papír, uvolňovací cviky vsedě-délka čáry je kratší, blíží se ke sklonu písma.

Při grafomotorických potížích přistupujeme k psaní písmen až po bezpečném zvládnutí grafických cviků. Nevhodné cviky k uvolnění jsou ty, ve kterých se mění směr pohybu. Dítě, které má sklon ke křečovitému držení tužky, se zastaví v bodě, kde se směr pohybu mění a tak je narušena plynulost pohybu. Podobně je tomu i tehdy, když dítě nacvičuje tvary sestavené z rovných čar. Při jejich obtahování a obkreslování nedělá plynulé, ale trhavé pohyby. Jednotážky mohou sloužit pouze k rozvoji *grafických dovedností dítěte, ale neplní funkci uvolňovacích cviků* (dítě se příliš soustředí na daný tvar a nemůže sledovat uvolnění ruky).

Cvičení jemné motoriky – modelování, navlékání korálků, korálková mozaika, stavebnice. Stříhání, vytrhávání tvarů papíru. Obtahování jednotážných vzorů 8-10x pro zvýšení rychlosti, hbitosti ruky při psaní.

## METODIKA PSANÍ LEVOU RUKOU

Dítě sedí rovně, obě předloktí se opírají zčásti o lavici, nohy jsou pevně opřené o podlahu. Papír či sešit jsou na stole (lavici) mírně vlevo od osy těla. Levý horní roh papíru či sešitu směřuje mírně nahoru. Pravá ruka pomáhá posunovat papír doleva a nahoru (při psaní na dolní linky). Doporučovaný způsob psaní je zdola - šikmo zdola (dlaň je pod linkou).

Jako psací náčiní lze doporučit pero s tenkým hrotem, které zanechává úzkou a plynulou stopu. Všeobecně by se však mělo vycházet z individuálních potřeb a možností dítěte.

Zpočátku tolerujeme individuální potřebu psát větří písmena. Vhodné je psát na tabuli, do vzduchu, cvičně i do sešitu přes dva řádky.

U levorukých dětí se doporučuje psát znaménka bezprostředně nad každým písmenem.

Sklon písma se doporučuje 70-75 stupňů doprava, lze tolerovat i stojaté písmo, které je pro levoruké psaní snadnější. Doporučujeme výraznou toleranci v otázce sklonu písma u leváků.

Lze očekávat pomalejší či kolísavé tempo při psaní.

## PŘECHOD DÍTĚTE Z 1. NA 2. STUPEŇ ZŠ, PŘECHOD NA SŠ

Při těchto přechodech narážejí děti (především ty s SPU) na problém zvládnutí velkého množství naukových předmětů. Obzvláště v případě, že u nich přetrvávají výrazné obtíže ve čtení, nejsou schopny číst s porozuměním, tzn. že se nedokážou pomocí čtení učit. Při nástupu na střední školu se děti s obtížemi s SPU dostávají zprvu také do nesnází. Zásluhu na tom má pravděpodobně fakt, že na tomto typu školy již není tolik času na procvičování osvojované látky v běžných hodinách, preferuje se spíše schopnost rychlého zpracování zadaných úkolů, osvojení učiva a jeho další bezchybná prezentace.