**Precvičovanie  seriality a pravo-ľavej orientácie a orientácie v priestore**

**Serialita** znamená postupnosť, je to sled po sebe sa opakujúcich úkonov. Ak ich rešpektujeme a vykonávame,  podarí sa nám dosiahnuť cieľ a vyvarujeme sa chybám a chaosu.

Ak má dieťa ťažkosti so serialitou, môžu sa prejaviť problémy so správnym poradím písmen ( slabík) v slove pri písaní a čítaní, s poradím slov vo vete alebo číslic v počítaní, ďalej s vynechávaním písmen, číslic, interpunkčných znamienok. Výrazne ovplyvňuje aj správanie dieťaťa, ktoré s ťažkosťami zvláda základné pravidlá správania, vytvára si svoje vlastné, často nelogické a spoločensky neprijateľné postupy.

Serialita  sa dá trénovať :

* navliekajte koráliky rôznych farieb v nejakom poradí  napr. červená, modrá, zelená, žltá.  Dieťa má pokračovať (opakovať) rovnakým spôsobom.
* ukladajte kocky (farbičky, guľôčky)  rôznych farieb, veľkostí v nejakom poradí. Výborne sa dajú využiť aj obrázky - vlajky štátov, druhy dinosaurov, plemená psov, druhy stromov, húb, liečivých rastlín, kvetov, motýľov – vhodné je využiť napr. PEXESO, kde sú obr. v dvojitom prevedení ). Dieťa pokračuje, opakuje.
* ukladajte geometrické tvary v určitom poradí.
* ukladajte rôzne tvary cestovín (rôzne druhy cukríkov, ) v určitom poradí.
* veľmi dobré sú rôzne stavebnice, kde dieťa musí postupovať podľa za sebou zoradených inštrukcií – jednoduchšia verzia je, ak sú vo forme obrázkov, zložitejšia, ak si ich musí najskôr prečítať (napr. obr. veže nakreslený z farebných dielikov, alebo slovný návod napr.  do 1. radu postav 10 modrých kociek, na druhý rad použi 8 kociek, striedaj zelenú a modrú kocku,...)
* dieťaťu hovoríme rad čísel, ktorý má opakovať. Začíname so štyrmi  jednomiestnymi číslami, poradie čísel meníme a počet postupne zvyšujeme
* obmena predchádzajúceho cvičenia môže byť s písmenami, so slabikami, so slovami, s menami osôb, zvierat, značiek áut, názvami riek, pohorí, štátov, rozprávkových postáv,...
* pred dieťa položíme v rade predmety (dennej potreby – hrebeň, mydlo, zubná kefka, zubná pasta, hračky -  bábika, autíčko, kocka, medvedík, ovocie – jablko, hruška, citrón, banán, oblečenie – tričko, sukňa, nohavice, ponožky, písacie potreby – pero, ceruzka, štetec, fixka) -  meníme poradie, dieťa má vždy uložiť predmety v rovnakom slede, ako vidí od vás.
* dávajte dieťaťu inštrukcie, ktoré má splniť. Má ich nasledovať viac za sebou, napríklad: „Zlož papier, vlož ho do obálky, obálku  vlož do tašky a tašku zaves na vešiak na chodbe.“ Alebo: „Skáč na jednej nohe až k stolu, vezmi pohár, polož ho na stoličku a z kuchyne prines utierku.“
* postupne vymýšľať náročnejšie (aj nezmyselné) inštrukcie, kedy  dieťa musí vynaložiť väčšiu námahu na ich zapamätanie. Najprv začať jednoduchšími a len dvomi. Postupne inštrukcie sťažujte a povedzte ich viac. Nakoniec má dieťa zvládnuť šesť po sebe idúcich inštrukcií.
* vytlieskajte  rytmus, ktorý má dieťa zopakovať. Vymýšľajte sled rozličných  pohybov – nasledujúcich po sebe (napr. tlesknite do dlane, na kolená a potom znova do dlane, vyskočte , urobte drep, otočte sa, sadnite si,...)
* radenie obrázkov do logického sledu ( napr. obrázky ročných období, pracovné postupy, skladanie rozstrihaného  komiksového príbehu, fotografií  dieťaťa v určitom časovom rozpätí, ...)
* je dôležité čítať a potom tvoriť si jednoduché pracovné postupy – pri každom kroku s dieťaťom presne rozobrať, čo sa bude robiť a prečo, čo bude nasledovať. Dieťa musí prísť na to, že je dôležité dodržať určitý presný postup, aby sme dosiahli želateľný výsledok.

**Pravo – ľavá orientácia** : je mimoriadne dôležitá pre rozvoj schopnosti čítania (zámeny písmen stranovo obrátených  b-d, ľavo pravý pohyb očí pri čítaní), písania ( stranovo obrátené písanie , napr. otáznik, číslice 1,3, alebo tlačené písmená  S, N, B, C, E, L, J, má ťažkosti v geometrii), má vplyv na matematiku (zámeny poradia číslic v čísle, napr. 86 za 68, zhoršená orientácia na číselnej osi a v číselnom rade, ťažkosti s osovou súmernosťou), sú ťažkosti pri orientácii na mape, na telesnej výchove ( poradové cvičenia, gymnastické zostavy, ...). V praktickom živote má dopad pri šoférovaní, orientácii v meste, krajine,... Najskôr musí dieťa bezpečne vedieť rozoznávať pravú a ľavú stranu na sebe.  Až potom nacvičujeme umiestnenie predmetov z pohľadu dieťaťa ( tam sa postupne nabaľuje rozoznávanie spojenia dvoch polôh – napr. vpravo hore, vľavo dole, ...).

* 1. **na vlastnom tele** – rozoznávanie pravej a ľavej ruky :

Je vhodné začať s uvedomovaním si najskôr ľavej strany, pretože z ľavej strany u nás začíname čítať aj písať :

* pre lepšie uvedomenie - napr. na ľavú ruku navliecť farebný náramok, výrazný prstienok, malíček ľavej ruky zvýrazniť lakom na nechty, na ľavú ruku niečo nakresliť, al. nalepiť tetovačku, natiahnuť farebnú rukavicu, zdôrazniť, že na ľavej strane je srdce,...

Po zvládnutí sa zamerať na vnímanie ostatných častí tela na ľavej a pravej strane ( napr. ukáž pravé ucho, ľavé koleno,...- zakry si pravou rukou ľavé oko, polož si pravú ruku na ľavé koleno,...) – dobrá je hra TWISTER

* potom celkovo – napr. na ktorej strane nosíš sponku, na ktorej strane trička  máš  obrázok, na ktorej strane máš vrecko na nohaviciach, ...
* určovanie polohy predmetov na obrázku, na polici v miestnosti, manipulácia s predmetmi – premiestňovanie  podľa pokynov
* dokresľovanie alebo dopĺňanie obrázkov (podľa návodu dopĺňajú, čo kde chýba
* kreslenie obrázku podľa návodu (napr. nakresli čiaru z ľavého dolného rohu k pravému hornému, vľavo hore nakresli slnko, vpravo pri plote nakresli psiu búdu, ...)
* kreslenie bludiska  podľa pokynov – čiara zľava doprava, potom hore, doľava, dolu, ...
* kreslenie- obťahovanie čiar v štvorcovej sieti ( na štvorčekovom papieri) podľa návodu ( napr. 1 šípka = 1 strana štvorčeka – 1 šípka hore, 2 šípky doprava, 3 šípky hore, 1 doľava, ...)
* obrátené  kreslenie – dospelý kreslí a hovorí – ja kreslím kruh vpravo hore a trojuholník vľavo dole, ty to nakresli naopak, ...

* 1. pravá a ľavá - **na druhej osobe** tzv. krížové pravidlo :
* dieťa má oproti sebe človeka a tak trénujeme  pokyny (napr. ukáž, kde mám ja ľavé oko, ktorú ruku som zdvihol, ktorú nohu som pokrčil,  ...)
* dieťa má oproti sebe človeka , ktorý vykonáva nejaké pohyby, dieťa ich napodobňuje, ale zo svojej pozície – teda akoby v zrkadle
* obdoba je napodobňovanie pohybov oproti stojacej osoby formou pantomímy
* vhodné sú aj hry, kde deti napodobňujú pohyby podľa návodu (napr. Kubo velí ( 3x poskočiť na ľavej nohe, urobiť 2 kroky vpred, 3 doľava, ..., Remeselníci – pantomimické napodobňovanie pohybov)
* hra na komentátora, kde deti predvádzajú a zároveň popisujú svoje pohyby (napr. keď hrám hokej, držím hokejku pravou rukou hore, ľavou nižšie, nakláňam sa doľava, posúvam dopredu pravú nohu, otáčam sa doprava, ...)
* variantou môžu byť aj dychové relaxačné cvičenia, jogové cvičenia pre deti, rytmické cvičenia.

**Orientácia v priestore**- významne ovplyvňuje školskú úspešnosť. Zhoršená orientácia spôsobuje ťažkosti v MAT (radenie číslic v čísle, písomné sčítanie a odčítanie, orientácia na číselnej osi, zápisy slovných úloh, odhad vzdialeností, časov), GEG (orientácia na mapách, súradniciach), DEJ (orientácia na časovej osi, prehadzovanie číslic v letopočtoch), FYZ, CHEM (riešenie rovníc, zápisy vzorcov), telesná výchova (orientácia pri súťažiach, loptových hrách, kolektívnych športoch, cvičenie na náradiach).

1. orientácia v **makro**priestore – v miestnosti, potom v budove, v blízkom okolí. Precvičujeme pojmy  nad – pod, hneď pred, hneď za, uprostred, vedľa, medzi, oproti.
* čo je umiestnené na strope, na skrini, dolu na podlahe, na hornej polici ..., čo je vzadu v miestnosti, ak stojíme pri dverách,...) – obmena vonku na dvore, v záhrade, na našej ulici, ...
* pomáhame si nábytkom ( čo je pod stolom, vedľa sedačky, hneď pod oknom,...) – dieťa premiestňuje napr. stoličku podľa pokynov
* využívame figúrky, zvieratká, ovocie, skupinové fotografie – pre cvičenie uvedených pojmov (napr. kto stojí v rade hneď za levom, kto všetko stojí pre žirafou, kto je posledný,... napr. postav jablko a hrušku oproti sebe, daj banán hneď pred citrón,..., napr. zostav zasadací poriadok podľa pokynov – Julka a Vierka sedia oproti sebe, po ľavej strane Vierky sedí Juraj, Monika sedí medzi Dankou a Igorom,...)
* vhodné sú plániky pohybu v škole – ako sa dostanem z triedy do jedálne, ako sa dostanem zo šatne do riaditeľne,..., na ulici, v záhrade,...
* pohľad z okna – dieťa vymenováva čo najviac objektov, ktoré vidí z okna a ich polohu
* hra na nevidiaceho (dieťa – dospelý alebo dve deti – jeden nevidiaci, druhý ho vedie a zároveň mu presne popisuje cestu, prekážky, okolie)
* hra na stopárov – stopovanie (vhodné aj pre orientáciu v teréne, v prírode)
* práca s jednoduchými plánmi – bytu, hradu, múzea, obce, mesta, sveta
* zakresľovanie – vytváranie jednoduchých plánov bytov – zariaďovanie

1. orientácia v **mikro**priestore  - na malej ploche, na obrázku (vhodný je napr. detský „dopravný koberec“, nástenka, magnetická tabuľa) – využíva sa manipulácia s drobnými predmetmi. Môže sa prelínať cvičenie orientácie v makropriestore s orientáciou v mikropriestore ( napr. vytváranie plánu ulice, bytu – zariadenia - na papieri s drobnými predmetmi)
* orientácia na obrázku ( najskôr jednoduché obr. s výraznými predmetmi v malom počte, neskôr zložitejšie situačné obrázky)
* orientácia na obrázku ( najskôr obrázok na samostatnom papieri, potom obrázky v knihách, časopisoch)
* využívanie bludísk, hľadania cestičiek
* hra piškvorky, pozícia lodí

( Spracované podľa:

L. Krejčová, Z. Hladíková a kol. – Vývinové poruchy učenia Dyslexia, Dysgrafia, Dysortografia,

D. Jucovičová, H. Žáčková – Reedukace specifických poruch učení u dětí,

Kolektív autorov – Manuál k stimulačnému programu ...2018)