

Izabela Mańkowska • Małgorzata Rożyńska

# Organizowanie otoczenia sprzyjającego uczeniu się dziecka z dysleksją

Organizowanie otoczenia sprzyjającego uczeniu się dziecka z dysleksją<sup>1</sup>

- Wdrażamy porządek i stały rozkład dnia (ta sama pora wstawania, spożywania posiłków, wykonywania obowiązków, kładzenia się spać). Dziecku daje to poczucie spokoju i ładu. Jego organizm, zwłaszcza układ nerwowy, ma czas na regenerację.
- Planujemy z wyprzedzeniem wszystkie sprawy dodatkowe (poza rozkładem dnia), w których dziecko będzie uczestniczyć.
- Dyskretnie przypominamy dziecku o jego obowiązkach.
- Dajemy dziecku czas na odpoczynek po szkole, lecz odrabianie lekcji powinno się odbywać po niezbyt długiej przerwie. Tuż przed rozpoczęciem pracy niech wykona kilka ćwiczeń ruchowych przy muzyce.
- Stwarzamy dziecku warunki do dobrej koncentracji uwagi podczas odrabiania lekcji. Trzeba ograniczyć silne bodźce, czyli unikać głośnej muzyki, włączonego telewizora, radia, głośnego rozmawiania itp. Wokół stołu do odrabiania lekcji nie eksponujemy obrazków, maskotek, zabawek, by nie rozpraszać dziecka.
- Ograniczamy dziecku oglądanie telewizji i granie w gry komputerowe. Zajęcia te powinny się odbywać we wcześniej zaplanowanym czasie i być traktowane jako nagroda (dozwolona w ścisłych granicach czasowych). W zamian bardzo wskazane jest wyjście z dzieckiem na spacer lub udział raz w tygodniu w zajęciach rozwijających zainteresowania.
- Dostosowujemy tempo nauki do możliwości psychofizycznych dziecka.
- Zapewniamy dziecku spokojne miejsce do odpoczynku i zabawy.
- Uczymy dziecko relaksacji.
- Pilnujemy, aby dziecko, przystępując do nauki, nie było głodne ani spragnione
- Dbamy o prawidłową dietę, bogatą w białko i witaminy.

<sup>1</sup> Na podstawie M. Bogdanowicz, A. Adryjanek, M. Rożyńska, *Uczeń z dysleksją w domu. Poradnik nie tylko dla rodziców*, Gdynia 2007