**Najważniejsze zasady postępowania z dzieckiem leworęcznym:**

**Prawidłowa postawa ciała dziecka leworęcznego podczas pisania**

* + - * Dziecko powinno mieć obie stopy oparte o podłogę, a przedramiona o stół, plecy zaś wyprostowane tak, aby centralna oś ciała (linia kręgosłupa) była pionowa. Głowa i górna część tułowia nie powinny odchylać się od tej osi.
      * Dziecko leworęczne siedząc w szkolnej ławce powinno mieć sąsiada po swojej prawej stronie, lewa ręka powinna mieć swobodę ruchów.
      * Światło powinno padać na zeszyt z przodu lub od strony prawej. W klasie najlepiej posadzić takie dziecko w środkowym rzędzie, gdzie światło jest najbardziej rozproszone i nie daje zbyt widocznego cienia.

**Właściwe położenie zeszytu**

* Zeszyt w czasie pisania powinien znajdować się w pewnej odległości od ciała piszącego dziecka, a tym samym od dolnego brzegu ławki. Umożliwia to oparcie całego przedramienia lewej ręki.
* Zeszyt powinien być ułożony na ławce ukośnie, nachylony w prawą stronę (odwrotnie niż u praworęcznych). Lewy górny róg zeszytu jest skierowany ku górze, prawy górny – ku dołowi. Dziecko powinno dowolnie regulować kąt nachylenia zeszytu, nawet tak dalece, że może on znajdować się w położeniu niemal pionowym do krawędzi ławki. Pozwala to śledzić w sposób ciągły zapis i nie zamazywać tekstu. Umożliwia również kontrolowanie wzrokiem czynności pisania.
* Zeszyt powinien znajdować się nieco na lewo od osi ciała leworęcznego dziecka. Zapewnia to swobodę ruchu piszącej lewej ręce, przesuwa się ona płynnym ruchem od strony lewej ku osi ciała.

**Prawidłowy sposób trzymania narzędzia pisarskiego**

* W początkowym okresie nauki pisania dziecko powinno posługiwać się ołówkiem.
* Najlepiej, gdy dziecko pisze piórem bardzo dobrej jakości ew. dobrym długopisem. Niektórym dzieciom z dużymi problemami można wydłużyć okres posługiwania się ołówkiem.
* Ważny jest poprawny uchwyt ołówka/pióra w dłoni, który polega na tym, że dziecko trzyma ołówek czy pióro w trzech palcach: pomiędzy kciukiem i lekko zgiętym palcem wskazującym, opierając go na palcu środkowym. Dość często spotykany niewłaściwy sposób trzymania pióra może wynikać stąd, że dziecku nikt nie pokazał, jak ma się nim posługiwać. Odstępstwa od prawidłowego modelu trzymania pióra mogą niekorzystnie wpływać na jakość graficzną pisma i jego szybkość.

**Prawidłowy układ dłoni, nadgarstka i przedramienia.**

* Brzeg dłoni, nadgarstek i przedramię opierają się cały czas o stół i zeszyt, na którym dziecko pisze i przesuwają się podczas pisania.
* Koniec ołówka powinien być skierowany ku lewemu ramieniu.
* Dłoń i palce, trzymając ołówek, powinny znajdować się poniżej liniatury zeszytu, gdyż wówczas nie zasłaniają zapisywanego tekstu i nie zamazują go.

**Kontrola i regulowanie napięcia mięśniowego**

* Leworęczności często towarzyszy zbyt silne lub zbyt słabe napięcie mięśniowe ręki. Zbyt słabe napięcie mięśniowe i słaby nacisk na ołówek powoduje, że rysunki i pismo są mało czytelne. Linie rysunku są niepewne, drżące, cienkie. Natomiast nadmierne napięcie mięśniowe może wyrażać się w całej sylwetce dziecka, które jest przygarbione, przywarte do ławki. Może też objawiać się kurczowym trzymaniem pióra w palcach albo w całej dłoni, zbyt silnym naciskiem na ołówek/pióro, co powoduje łamanie grafitu czy wyginanie stalówki. Wzmożone napięcie mięśniowe może prowadzić do bolesności nadgarstka i całej ręki.
* Należy dbać o to, aby dziecko potrafiło uświadomić sobie własne napięcie mięśniowe i umiało świadomie je kontrolować i regulować.

**Koordynacja ruchów obu rąk**

* Należy nauczyć dziecko współdziałania obu rąk w procesie pisania. Lewą ręką dziecko pisze, prawa (pomocnicza ręka) przytrzymuje zeszyt, aby nie poruszał się podczas pisania, jej zadaniem jest też przesuwanie zeszytu ku górze, w miarę jak dziecko pisze w kolejnych linijkach.

**Wyrabianie nawyków ruchowych związanych z automatyzacją ruchów (czyli kierunkiem pisania)**

* Kreślenie linii z zachowaniem kierunku ruchu: pionowo - od góry ku dołowi, poziomo - od lewej ku prawej,
* Rysowanie kół w kierunku przeciwnym do wskazówek zegara,
* Zachowanie kierunku ruchu od lewej do prawej strony.

**Ćwiczenia relaksacyjne**

* Powinny być wykonywane w okresach przerw w ćwiczeniach graficznych (zaciskanie pięści i rozwieranie dłoni na przemian wraz z uświadomieniem sobie napięcia mięśniowego i rozluźnienia, zabawy ruchowe takie jak pryskanie wodą, otrząsanie się z wody).

**Ćwiczenia rozwijające orientację w schemacie ciała i w przestrzeni**

* Wskazywanie przez dziecko prawej i lewej strony własnego ciała: ręka, noga, oko u dzieci 6 – letnich, w wieku 8 lat należy ćwiczyć dziecko we wskazywaniu prawej i lewej strony ciała osób stojących naprzeciwko dziecka, ponadto utrwalanie znajomości określeń dotyczących stosunków przestrzennych: góra – dół, na prawo – na lewo, w środku – na zewnątrz, pod – nad, za – przed itd.

**Usprawnianie kończyn górnych i dłoni**

* Krążenia ramionami „rysując” w powietrzu koła do przodu, do tyłu. Wymachy rąk z boku i z przodu z przyborami w obu rękach (najpierw obie ręce jednocześnie, potem naprzemiennie).
* Przerzucanie woreczka/maskotki z ręki do ręki, podrzucanie do góry z klaśnięciem.
* Nawijanie sznurka, wstążki bawełnianej na kłębki, rulony.
* Przypinanie klamerki prawą ręką do ubrań po lewej stronie ciała, potem zamiana rąk.
* Nawlekanie koralików, przewlekanie sznurków przez otwory w tekturkach – chwyt pęsetowy (kciuk i palec wskazujący).
* Modelowanie (plastelina, modelina, ciastolina, masa solna).
* Wydzieranki-naklejanki, wycinanki-naklejanki, orgiami.

**Ćwiczenia grafomotoryczne**

* Rysowanie obrazków przez łączenie kropek, cyfr bez odrywania ręki.
* Kolorowanie obrazków wg instrukcji.
* Kalkowanie rysunków.
* Odwzorowywanie rysunków – przerysowywanie przedmiotów zgodnie ze wzorem.
* Wzory literopodobne.
* Ćwiczenia kaligraficzne.

Opracowanie: mgr Jolanta Frołow-Sadowska