

A FAVÁGÓK – 45 PERCES MINTAMODUL AZ ALAPOZÓ SZAKASZHOZ



AKADÁLY NÉLKÜL

modul adaptációja
látássérült tanulók
együttneveléséhez

**SZÖVEGÉRTÉS-
SZÖVEGALKOTÁS**

Alap-V.–AdGY

A modult készítette:

Sósné Pintye Mária

Az adaptációt készítette:

Dr. Horváthné Mészáros Márta

SULINOVA
Köznevelési, Fejlesztési és Pedagógus-továbbképzési Központ

Magyarország célba ér



A modul célja	Testfogalom, testséma megerősítése, az alapmozgások koordinációjának javítása, a folyamatos szemmel követés kialakítása, fejlesztése, a megfelelő izomtónus-szabályozás kialakulásának segítése, a kéz és a láb finommotorikájának fejlesztése
Időkeret	45 perc
Ajánlott korosztály	6–9 évesek
Modulkapcsolódási pontok	<p><i>Tágabb környezetben</i> Énkép, önismeret Írás-olvasás előkészítése</p> <p><i>Szűkebb környezetben</i> Alapozó készségfejlesztés</p> <p><i>Ajánlott megelőző tevékenységek</i> 10 perces alapozó modulok</p>
A képességfejlesztés fókuszai	Mozgáskoordináció-fejlesztés, testtudatfejlesztés, sajátmozgás-érzékelés fejlesztése, egyensúly-érzékelés fejlesztése, tapintásérzék fejlesztése, vizuomotoros koordináció fejlesztése, izomtónus-szabályozás fejlesztése

AJÁNLÁS

Mindaz, ami az ajánlásban és a megfigyelési szempontok között szerepel – első látásra – gyakran komplikáltabb, mint maguk a gyakorlatok. Azt a munkamódszert ajánljuk, hogy mielőtt az ajánlást és a megfigyelési szempontokat elolvasná, és esetleg megijedne attól, mi mindenre fontos figyelnie, a gyakorlatokat próbálja ki gyerekek nélkül, otthon (ha van, a javasolt verssel együtt). Amikor már gördülékeny a mozgás és szöveg összhangja, valamint úgy érzi, hogy a gyerekeknek is be tudja mutatni, olvassa el a módszertani ajánlást. Nem kell törekednie arra, hogy annak minden részletét megjegyezze, csak egyszerűen próbálja ki a gyerekekkel. Az első kipróbálások után is csak arra keressen választ a megfigyelési szempontok között és az ajánlásban, amilyen problémával saját osztályában találkozott. Ezt szükség szerint megetheti minden gyakorlás után, így egy idő után a legtöbb javaslat „életre kel”, és világosan fogja látni, mikor mire fontos figyelnie tanítványai között.

Az alapozó szakaszban leírt rövid modulok akár egy egész évre is kínálnak gyakorolnivalót a készségfejlesztés különböző területeire. Fontos, hogy e tekintetben tevékenységünk legyen preventív jellegű. Egy, a teljes modulválasztékot felölelő gyakorlási szakasz sok, esetleg csak később, a tanulási folyamatban jelentkező problémát előz meg. Lehetséges, hogy egy gyermek egy-egy gyenge képességét viszonylag sokáig kompenzálni tudja más, jobb adottságaival, de ahogy a követelmények növekednek, úgy fogynak tartalékai, és előbb-utóbb tanulási, illetve magatartási gondot okoz a nem megfelelő szinten fejlett képesség. Ezek a gyermekek általában a 3-4. osztályban válnak tanulászavarossá. Utólag visszatekintve tehát fontos, hogy az alapozásra elég időt szánjunk! Bár így látszólag több időt veszünk el a tanulástól, később a ráfordított idő megtérül, mert a készségszintű begyakorlás miatt az írás, olvasás tanulása könnyebben, gyorsabban megy végbe. A modulokban szereplő gyakorlatok a figyelemkoncentrációra is jótékony hatást gyakorolnak, az év végére a gyerekek minden tanulási folyamatban összeszedettebbekké válnak.

Az ehhez hasonló képességfejlesztő-órákat legcélszerűbb a tornateremben tartani. Így elegendő hely és az eszközök nagy része is rendelkezésre áll. A gyermekek tornaruhában, vagy más kényelmes öltözékben legyenek.

A 45 perces modul előnye, hogy több idő jut egy-egy feladat kidolgozására, a gyakorlás elmélyítésére. Koncentrált képességfejlesztés jöhet létre. Azonban vegyük figyelembe, hogy a helyes mozgásforma elsajátításához többszöri gyakorlásra van szükség, függetlenül attól, hogy az egyes alkalmakon mennyi idő áll rendelkezésre. A folyamat tervezésénél vegyük számításba az egyes kis modulokban leírt javaslatokat, amelyek a gyakorlás ismétlésére vonatkoznak.

A 45 perces modul további előnye, hogy sokoldalú készségfejlesztést tesz lehetővé. Az egyes készségek fejlődése egymással is összefügg, ez is növeli a teljes óras gyakorlás hatékonyságát.

Fontos, hogy ha egy teljes tanórára tervezhetünk, változatos gyakorlási lehetőséget teremtsünk! Minden gyakorlatnak van kifáradási ideje, ezt túllépve a teljesítmények már csak romlanak, mert a szervezet (idegrendszeri irányítás) nem képes több ingert befogadni. Ilyenkor célszerű a következő, más készségeket megoldoztató gyakorlatra váltani. Így arra is van lehetőség, hogy egy órán belül minden készségfejlesztő-területet megmozdítsunk.

Természetesen nem muszáj a kiválasztott gyakorlatokat egy történetre felfűzni. Eredeti instrukcióikkal is megvalósíthatók. Mégis úgy tűnik, egy ilyen történetbe a gyermekek annyira beleélik magukat, el is felejtik, hogy közben kemény munkát végeznek, esetleg olyan dolgokat, amelyek számukra nehezek. Magát a modulban szereplő történetet is csak fantáziaindítónak szántuk, tág teret engedve a tanári találékonyságnak.

Az órán használt eszközök: gesztenyék (vagy golyók), kb. 60 cm-es farúd, illetve rézcső. A gördülékenyebb feladatváltás érdekében ilyenkor igénybe vehetjük pedagógiai asszisztens segítségét az órán.

TÁMOGATÓ RENDSZER

A feladat hatásmechanizmusának jobb megértéséhez a tanítói kézikönyv mozgásról és finommozgásokról, a testtudatról és térérzékelésről szóló fejezeteinek tanulmányozása nyújt segítséget.

A gyengélnélátó gyermekek optimális fejlesztéséhez elengedhetetlen a következő szakanyag megismerése: Dr. Horváthné Mészáros Márta: Ajánlások gyengélnélátó és aliglátó gyermekek, tanulók kompetencia alapú fejlesztéséhez. Szövegértés-szövegalkotás. suliNova Kht., Budapest, 2006.

MEGFIGYELÉSI SZEMPONTOK

Eleinte csak figyeljük a gyermekek mozgását, jegyezzük meg, hogy kik azok, akiknek mozgása több figyelmet érdemel, akár ügyességük, akár ügyetlenségük miatt. Csak később, néhány gyakorlóalkalom után segítsünk egyénileg is azoknak a nehezen mozgóknak, ahol nem tapasztalunk pozitív változást.

Figyelem! Az előbbi kijelentés csak akkor igaz, ha minden fejlesztési területet külön szemlélünk, mert a gyermekek képességprofilja egyénileg eltérő, kisebb-nagyobb egyenetlenségek tapasztalhatók benne. Ezért könnyen lehet, hogy az a gyermek, aki a nagymozgásgyakorlatokban ügyes, a finommotorika vagy a szemmel követés terén gyengébb teljesítményt nyújt.

A következőkben az egyes játékokhoz kapcsolódó megfigyelési szempontokat külön-külön írjuk le, ezzel szeretnénk segíteni a differenciáltabb gyermekmegfigyelést.

A látássérült gyermek értékelése különösen személyre szabott legyen, metakommunikatív jelek helyett inkább a szóbeli visszajelzés domináljon. Fontos az önmagához mért fejlődés és az erőfeszítés mértékének regisztrálása.

Saját adaptációs kiegészítem:

NAGYMOZGÁSFEJLESZTÉS

Fatörzsek gurulása (a rövid modulok során Bébifókának neveztük)

- Eleinte csak néhány fordulatot guruljanak a gyermekek, mert fontos megfigyelni, nem szédülnek-e. Aki szédül, annak fokozatosan emeljük a gurulások számát. **A szemüveg a mozgások végzése során is maradjon a gyengénlátó gyermekén!**
- Meg kell figyelni, honnan indul a mozgás – pl. a sarkától, és végiggördül az egész testen spirálszerűen (ilyenkor általában harmonikus a mozgás), vagy pl. a csípőjétől, esetleg a kezével, vagy a lábával „tornássza fel magát” a fordulásra, vagy egyenesen a kezével támasztja fel magát?
- Egy adott úton egyenesen végig tud-e gurulni, vagy oldalt kigurul a pályáról?
- Gördülékeny-e a mozgássorozat, vagy minden negyed-, esetleg fél fordulatnál megakad, esetleg tompa puffanással érkezik meg, mert nem a mozgásirányítás, hanem a nehézségi erő az út?
- Ritmusos-e a mozgásfolyamat, vagy ritmustalan a folyamatosság ellenére is?
- A test mellett tud-e maradni a kar, vagy mellkasa előtt összehúzza, esetleg arcához emeli? Ezek a bébikori reflexből fennmaradt reakciók csak lassan oldódnak, talán akkor, ha már az összes nagymozgásos feladatot kigyakoroltuk. Ha ekkor sem, forduljunk szakemberhez.
- Jelenik-e meg olyan többletfeszültség (pl. arcon, kezekben), amely nem szükséges a gyakorlat végrehajtásához?

Saját adaptációs kiegészítem:

Kúszás (a modulleírások során Gyíknak neveztük)

- Létrejön-e a karok és a lábak ellentétes mozgása? (Ugyanakkor, amikor a jobb kéz nyújt, a bal láb segít a mozgásban, és fordítva.)
- Segít-e a lábfejével, a nagyujjával a tovahaladásban? Ha nem, segítségül odatehetjük saját lábfejünket, párhuzamosan a gyermek lábfejével, ehhez támaszkodhat a lábfeje, ahonnan nagyobb erővel tud elrugaszkodni. Így egyszerre erősítettük a testéretet és a mozgáskoordináció fejlődését.
- Nyitott tenyérrel kúszik-e, vagy ökölbe szorított kézzel? (Ez korai mozgásminták fennmaradását sejteti.)
- Segít-e folyamatosan a karokkal, vagy időnként egy a teste alá beszorul?
- Mindkét lábát használja-e a kúzásnál, vagy az egyik tendenciaszerűen lemarad, a test után „vonszódik”?
- Tudja-e, bár vízszintesben, de úgy tartani a fejét, hogy nem ér a földre?
- Létrejön-e a folyamatos mozgásirányítás? Azaz kb. harmincszor egymás után tudja-e folyamatosan végezni a gyakorlatot? **A gyengénlátó tanulók (különösen a koraszülöttek) hamarabb elfáradhatnak társaiknál a megerőltetőbb koncentráció miatt.**
- Ritmusos-e a mozgásfolyamat, vagy ritmustalan a folyamatosság ellenére is?
- Van-e külön feszültség más testrészekben, amelyek eredetileg nem vesznek részt a mozgásban?

Saját adaptációs kiegészítem:

Fatörzsszámláló (korábban Kukacként szerepelt)

- Fel tudja-e külön emelni a fejét, vagy a törzse is minden esetben emelkedik vele?
- Meg tudja-e mozgatni a lábujjait úgy, hogy a fejét is egyidejűleg felemelve tartja. (Vagyis függetleníteni tudja-e egyes testrészei mozgását az egésztől?)
- A lábujjak „integetésével” egyidejűleg mozog-e más is a testen, pl. a kéz ujjai?
- Fognia kell-e a kezével a nadrágját, vagy szorítania a kezével a combját ahhoz, hogy fenn tudja tartani a fejét?
- A gyakorlat két fázisát ismételve létrejön-e a feszülés és a lazulás „játéka” a mozgásban? **Bizonyos szemészeti diagnózisok esetén nem megengedett az erős hasprés, a fordított testhelyzet stb. Minden esetben tájékozódni kell a tanuló szemészeti állapotáról!**

Saját adaptációs kiegészítem:

INDIREKT TESTTUDATFEJLESZTŐ GYAKORLATOK

Gesztenyekereső (korábban Golyókutató) csapatverseny

- Milyen a gyermek egyensúlyi helyzete, eldőlt-e, ha nem fogódzkodik a gesztenye felszedése közben?
- Tudja-e szabályozni az izomtónusát, nem válik-e merevvé a mozgása?
- Nincsenek-e együttmozgásai (kézzel, arccal) közben?
- Mennyire gördülékeny a mozgáskoordinációja?

Tönkvivő (korábban Testéret-erősítő) páros versenyek

- Sikerült-e az instrukciót végrehajtani?
- Mely testrészek mozgásbeli koordinációja a legnehezebb?
- Hogyan tudott az egyes gyermek a feladatok közben társával együttműködni?
- Melyek azok az instrukciók (testrészek), amelyek végrehajtásakor a legtöbb hibát észleli?

Saját adaptációs kiegészítem:

SZEMMEL KÖVETÉS FEJLESZTÉSE

Szekér (Göncölszekér)

- Az alátámasztás csökkenése (egyik kar a magasban van) megingatja-e a térdelőtámasz egyensúlyát?
- Képes-e a gyermek valóban a testével párhuzamosan a függőleges síkban egy kört rajzolni; ha nem, merre torzul a sík, illetve a kör?
- Képes-e a gyermek a szemével a kört rajzoló kezét követni? Ha nem, van-e tipikus hely illetve tipikus mozdulat, amikor keze és szeme elveszti a kapcsolatot? **A gyengénlátók számára a szemmel követés nagyobb távolságból nem kivitelezhető. Megkönnyíthető a követés élénk színű, nagyobb tárgy (pl. plüssállat) mozgásával. Bizonyos szembetegségek esetén a szemmel követés folytonossága nem valósítható meg.**

- Létrejön-e, illetve mennyi gyakorlás után, hogy a gyakorlat különböző mozzanatai egy folyamatos egésszé állnak össze, és ritmikusan ismétlődnek a feladatvégzés során?

Saját adaptációs kiegészítem:

A FINOMMOTORIKA FEJLESZTÉSE

A kesztyű öt ujj

- Vajon mennyire tudja a gyermek egyenként mozgatni az ujjait, vagy összecukott ökléből kiemelni egy ujját?

Harkály

- Tudja-e a gyermek a kinyitott araszt tetszés szerinti irányba mozgatni, vagy a mozgás folyamatossága, a mozzanatok helyes egymásutánisága sérül?
- Helyes izomtónussal működik-e az oppozíciós helyzet, amikor a hüvelykujj és a mutatóujj szembekerül egymással?
- Kialakul-e, hogy a három ujj, a középső, a gyűrűs- és a kisujj követni képes a mozgó, oppozícióban lévő hüvelyk- és mutatóujjat?
- Tudja-e mindeközben függőlegesen tartani a rudat?

Amennyiben bármely gyakorlat végzésében nem tapasztalunk számottevő javulást a 4-6. hét végére, akkor legalább ugyanennyi „pihenőre” tegyük el, majd később emeljük vissza a gyakorlás menetébe. Ha még a második gyakorlási fázis után sem tapasztalunk számottevő változást, koordinációnövekedést, és ez több gyakorlatnál is előfordul, akkor kérjük szakember segítségét!

Saját adaptációs kiegészítem:

A FELDOLGOZÁS MENETE

Az alábbi részletes leírás célja elsősorban egyféle minta bemutatása. Nem lehet és nem szabad kötelező jellegű előírásnak tekinteni. A pedagógus legjobb belátása szerint dönthet a részletek felhasználásáról, módosításáról vagy újabb variációk kidolgozásáról.

Az egyes gyakorlatokhoz tartozó pontos instrukciós leírás megtalálható a megfelelő tízperces modul leírásánál. A következőkben a modulnak csak a történetbe ágyazását írjuk le.

1. *Egyszer favágók indultak el a hegyekbe, hogy az ott kivágott fákat leúsztassák a folyón, s a városban pénzt kapjanak az eladott fáért. Ahogy mentek, az egyikőjük elhagyott egy kesztyűt. A kesztyűbe rögtön beköltözött néhány erdei állat.*

Most „A kesztyű öt ujj” nevű játékot csináljuk végig úgy, hogy az egyik kezüket a gyermekek a padlóra, vagy egy tornapadra helyezik szétterpesztett tenyérrel lefelé.

2. *Ahogy mentek-mendégéltek, szelídszesztyene-fákat találtak. Szedtek is gesztenyét, gondolták, majd megsütik vacsorára, úgy sincs estig elég élelmük. Gesztenyeszedés közben kopácsoló hangot hallottak. A fákon egy harkály ugrált, férgemet keresett a fa kérge alatt.*

Itt következik a „Harkály”-játék, amelyet ezúttal úgy végeznek a gyermekek, hogy egymás mellett állnak, jobb kezükben van a rúd. Ujjaikkal csak félig mennek fel a rúdon, majd a rudat, minthogy a mókus is átugrált egyik fáról a másikra, függőleges helyzetben átadják a mellettük álló társ bal kezébe, úgy, hogy azt középen fogja meg. Majd a társ a bal kezével lemegy a fa törzsén, és átadja a jobb kezébe, az pedig félig felmegy, majd ismét tovább adja a társ bal kezébe.

3. *Minél beljebb mentek az erdőben, annál meredekebb lett az út. A végén már csak kúszva tudtak felérni a hegytetőre, de itt voltak a legnagyobb fák, s ez minden fáradságért kárpótolta őket.*

Itt következik a „Gyík” néven leírt gyakorlat, amely egy szabályos kúszást jelent.

4. *A csúcsra érve sorra vágják ki a fákat, és legurították a fatörzseket a hegyoldalon a völgyben kanyargó folyóig.*

Most a „Bébifóka” nevű egyszerű gurulásgyakorlat következik.

5. *A folyónál hagyták egy társukat, hogy megsámolja a fatörzseket, s ha véletlenül nem esnek a folyóba, húzza bele őket. Ez a társuk annyira elfáradt az állva várakozásban, hogy végül hanyatt feküdt a folyóparton, s amikor hallotta a fatörzsek dübörgését, csak a fejét emelte fel, hogy megsámolja, egyszerre hány törzs esett a folyóba.*

Ekkor következik a modulok során „Kukac”-nak írt gyakorlat. Ezt most párosan végzik a gyermekek. Minden hanyatt fekvő gyermek lábánál ül egy másik, és amikor a fekvő felemeli a fejét és integet a lábujjaival, ő mutat a kezével egy számot 0 és 5 között (nagyobbknál 0 és 10 között). A mutatott számokat a fekvő összeadja.

6. *Mikor készen lettek a törzsek legördítésével, a kisebb fadarabokat összerakták egy kupacba, hogy majd kézzel lehordják a hegyről. Eközben rájuk esteledett. Veszélyes lett volna sötétben a meredek hegyről lemenni, ezért elhatározták, hogy ott alszanak. Tüzet gyújtottak, meg akarták sütni az útközben szedett gesztenyét. Amikor egyikük a zsák száját kinyitotta, az kiszakadt, és a gesztenye szétgurult a tisztáson. A sötétben nem látták összeszedni a gesztenyét, és a kezük is érzéketlenné vált a sok favágástól, ezért a lábukkal tapogatták ki a földön a gesztenyéket, és tették be egy kosárba.*

Következik a „Golyókutató csapatverseny”, amelyben párok vagy csoportok is összeállhatnak, így igazi versennyé is válhat a játék.

7. *Végül nem maradtak éhen, megsütötték a gesztenyéket. Másnap a maradék fadarabokat szerették volna levinni a hegyről, de több darab volt, mint ahány kéz. Ezért páronként még egy fadarabot kellett levinni. Volt, amelyik pár a homloka között, volt, amelyik az oldalával támasztotta a fadarabot.*

Ez a „Testéret-erősítő páros versenyek” játéka, ahol szintén lehetséges verseny is, attól függően, hogy milyen szabályokat érvényesítünk.

8. *Kalandos út után megérkeztek a folyóhoz, innen tutajjal ereszkedtek le a városuk sekély öbléhez, ahol társaik már szekérre rakták a leúsztatott fatörzseket. Így elindulhattak a megpakolt, lassú szekerekkel a heti vásárba, eladni a portékát.*

Végül a „Göncölszekér”-gyakorlat következik.