

## اگر کودکان گند نویس است...»

### گام اول تقویت هماهنگی چشم و دست میباشد

باید برای تقویت هماهنگی چشم و دست برنامه ریزی کنید . اما قبل از انجام برنامه ای که برای تقویت هماهنگی چشم و دست طراحی کرده اید ، بهتر است اول اطمینان یابید که چشم و دست برتر کودک هر دو در یک طرف قرار دارد . در غالب مردم طرف راست بدن نسبت به طرف چپ برتری دارد . بدین معنی که آنان بیشتر از چشم ، گوش ، دست و پای راست استفاده می کنند . و یا برعکس قسمت چپ بدن برتری داشته و چشم و گوش و دست و پای چپ را مورد استفاده قرار می دهند . بهتر است با انجام تستهایی برتری هر کدام از اندامها مشخص شود تا فرد راست دست همه ی فعالیتها را با راست بدن انجام دهد .

• فعالیت های زیر برای تقویت هماهنگی چشم و دست کودک تدارک دیده شده است :

- ۱ • - انداختن توپ در حلقه ی مینی بسکت .
- ۲ • - تیر اندازی با تفنگهای پلاستیکی به سوی هدف .
- ۳ • - انداختن توپ چسبانک به سوی هدف معین .
- ۴ • - انداختن حلقه های پلاستیکی دور چوبی که به صورت عمودی قرار گرفته است .
- ۵ • - بازی با توپ و راکت ، بهتر است از توپ ابری استفاده شود.
- ۶ • - پیچاندن نخ دور قرقره .
- ۷ • - حمل استکان پر از آب ، به شکلی که هنگام راه رفتن آب آن نریزد .
- ۸ • - بازی یک قل دو قل .
- ۹ • - گرفتن و پرتاب کردن توپ .
- ۱۰ • - دوختن

### گام بعدی

نوشتن تکالیف و ثبت فعالیت های آموزشگاهی یکی از راه های تثبیت یادگیری دانش آموزان می باشد . در پی اهمیت نوشتن و ثبت علوم و ادبیات حدیثی از ائمه اطهار نقل شد که فرمودند: «علم را با نوشتن بند کنید» یا «علم را با نوشتن ماندگار کنید» و امیرالمؤمنین (ع) در نهج البلاغه دستوراتی را پیرامون نگارش و نوشتن توصیه فرمودند: با توجه به حساسیت موضوع نگارش و نوشتن گاهی اتفاق می افتد که

کودکان فعالیت‌های نوشتاری مدرسه را خیلی کند انجام می‌دهند تا حدی که این کندنویسی باعث پیدایی بسیاری مشکلات در فرآیند یاددهی و یادگیری می‌گردد. برای رفع مشکل کندنویسی کودکان توجه و رعایت نکات زیر می‌تواند مفید باشد:

\* اولین اقدام به منظور کاهش یا دفع کندنویسی بررسی شرایط فیزیولوژیکی و جسمی و حالت انگشتان و ساعد و بازوی کودک می‌باشد تا مطمئن شویم از سلامت و شرایط طبیعی برخوردار است یا نه؟

\* هرگونه ترس و اضطراب را از کودک دور کنیم.

\* تکالیف مدرسه باید برای کودک شیرین و جذاب باشد.

\* از مدادها و خودکارهای خیلی بلند و خیلی کوتاه به هیچ وجه استفاده نشود.

\* سعی شود همواره کودک از یک نوع قلم استفاده کند تا استفاده از آن برایش عادت شود.

\* از کاغذ و برگ‌های سفید و مرغوب استفاده شود. کاغذها نباید کاهی، روغنی، موج‌دار باشد.

\* از کاغذهای بدون خط زمینه در ابتدای آموزش کودکان هیچ‌گاه استفاده نشود.

\* به مدارس توصیه می‌گردد از تخته سیاه دارای خط زمینه استفاده شود.

\* در مدارس ابتدایی چنانچه از تخته وایت برد استفاده می‌گردد قلم‌هایی با قطر کوچک به کار گرفته شود.

\* در دوره ابتدایی نوک قلم وایت برد باید از نوع گرد باشد نه مورب.

\* معلمان ابتدایی به خصوص مربیان پیش دبستانی و معلمان اول طرز قلم به دست گرفتن دانش‌آموزان را هر روز کنترل کنند. قلم باید میان سه انگشت شصت، اشاره و میانه قرار گیرد. انگشتان نباید زیاد به نوک قلم نزدیک باشد قسمت انتهایی قلم را هم نباید گرفت.

\* از میز تحریر مناسب استفاده شود.

\* به منظور تقویت عمل انبساط و انقباض ماهیچه‌های انگشتان کودکان بهتر است دانه‌های تسبیح را روی زمین ریخته و از کودک بخواهیم آنها را با سر انگشت شصت، اشاره و میانه جمع‌آوری کند.

\* هوا نویسی (نوشتن با قلم روی هوا و فضای اطراف) کمک قابل توجهی در تندنویسی می‌کند. چرا که این عمل به تسریع حرکات عضلات دست، بازو، ساعد و هماهنگی مغز با چشم و دست تأثیر به‌سزایی دارد.

\* فاصله و زاویه دید دانش‌آموزان تا دفتر همواره کنترل گردد.

\* بیشتر فعالیت‌های نوشتاری این‌گونه کودکان باید در مدرسه و میان هم کلاسی‌هایش انجام گیرد تا حس رقابت کودک تحریک و خودباوری او رشد کند.

\* هر چند مدت مسابقه تندنویسی در کلاس انجام شود تا این‌گونه کودکان به فعالیت واداشته شوند.

\* رنگ‌آمیزی نقاشی‌ها به صورت حرکت افقی، عمودی، مورب کمک شایانی در تندنویسی کودک دارد.

\* این‌گونه کودکان را وادارید روزی ۵ دقیقه سینه‌خیز بروند چون این عمل در هماهنگی اعضای بدن بسیار مؤثر است.

\* هر روز ۵ دقیقه انگشتان کودک را قبل از نوشتن، نرمش باز و بسته دهید.

\* هیچ‌گاه ترغیب و تشویق کودک را به خوش‌نویسی و تندنویسی از یاد نبرید.

\* به این گونه کودکان تکالیف در حجم کم سفارش شود.

\* به علت خستگی زودرس این گونه کودکان بهتر است فعالیت‌هایشان را در چند مرحله انجام دهند.

\* به تجربه ثابت شده است انجام بازیهای محلی که با حرکت سریع و زیاد همراه است در تندنویسی کودک مؤثر می‌باشد.

\* به کرّار مشاهده شده است که این گونه کودکان قلم را با فشار زیاد در دست می‌گیرند تا حدی که دست‌شان عرق می‌کند. معلمان و

اولیاء میزان فشار وارد کردن کودکان به قلم را کنترل می‌کنند. قابل یادآوری است کودکانی که قلم را با فشار میان انگشتان می‌گیرند

دچار ترس، استرس و دلهره می‌باشند.