

PÓCS ZSUZSA

szegmense a grammatika és a jelentés (Adamikné, 2003, 42–58).

Az olvasás egy komplex folyamat. A nyelvészeti és módszertani kutatások szerint az olvasástanítás szoros kapcsolatban áll az anyanyelvvvel, annak struktúráival, grammatikai jellemzőivel, nyelvi hasonlóságokkal és különbözőségekkel (vö. Józsa, 2006). A tanulási folyamatok alapját az olvasás képezi. Ez a mechanizmus nem korlátozódik az alapiskolára, hanem középiskolai osztályokban is folytatni kell, mégpedig az értő olvasás gyakorlásával. A gyakorlott olvasó képes a beszéd folyamat során a tudatos javításra, önmegfigyelésre és reflektálásra, sőt tudja választani a fontos és a nem fontos információkat. Éppen ezért tudnunk kell, hogy tanulóink milyen szinten ismerik a leggyakoribb 5000 szót, melyet az olvasáskészség kritikus szókészletének nevezünk (vö. Adamikné, 1990).

A szövegértés éve van. Minden pedagógus feladata, hogy felmérje diákjai olvasási technikáját, javítson azon akár szövegértő feladatok kreatív alkalmazásával. A szöveg felismerése, megértése és átélése, a szavak jelentéssel való párosítása pozitívan hozzájárul a tanulás technikájának javításához. Olvasással nemcsak a szó-készletünk, ismereteink bővülnek, hanem személyiségünk is fejlődik.

FELHASZNÁLT SZAKIRODALOM:

- ADAMIKNÉ JÁSZÓ A.: *A magyar olvasástanítás története*. Tankönyvkiadó, Budapest, 1990.
- ADAMIKNÉ JÁSZÓ A.: *Csak az ember olvas*. Tinta Kiadó, Budapest, 2003.
- CSÍKOS CS.: *Nemzetközi rendszerszintű felmérések tanulságai az olvasástanítás számára*. Dinasztia Tankönyvkiadó, Budapest, 2006.
- GÓSY M.: „Az olvasásértéte függősége a vizuális információ sajátosságaitól”. In: Zoltán András (szerk.): *Köszöntő könyv Péter Mihály 70. születésnapjára*. ELTE, Budapest, 1998.
- GÓSY M.: „A szövegértő olvasás”. *Anyanyelv-pedagógia*, 2008/1. <http://www.anyanyelv-pedagógia.hu/cikkek.php?id=25> (letöltve: 2016. szeptember 15.)
- JÓZSA K. (szerk.): *Az olvasási képesség fejlődése és fejlesztése*. Dinasztia Tankönyvkiadó, Budapest, 2006.
- Národná správa OECD PISA SK 2009: http://www.nucem.sk/documents//27/medzinarodne_merania/pisa/publikacie_a_diseminacia/1_narodne_spravy/N%3%A1rodn%C3%A1_spr%C3%A1va_PISA_2009.pdf
- www.minedu.sk (letöltve: 2016. szeptember 18.)

SZAKMAILAG ELISMERT, IDEGRENDSZERT FEJLESZTŐ MOZGÁSTERÁPIÁK: ALAPOZÓ TERÁPIA

Létezik egy emberre jellemző mozgáslépcső, amin a normális fejlődési ütemben haladó gyerekek a fejlődésük során keresztülmennek. Minden mozgásfajtahoz, mozgáslépcsőhöz egy vagy több agyi terület érése, beérlelése kapcsolódik. A mozgás által jutnak el azok az ingerületek az agyba, melyek kiépítik azt az idegrendszeri hálózatot, amely szükséges egy konstruktív, sikeres élet leéléséhez. Ha a mozgásfejlődés során ebből a mozgássorból kimaradnak elemek, vagy nem az egymásra épülés sorrendjében történik a továbblépés, akkor a gyermekeknél fennáll a veszélye annak, hogy a későbbiek során idegrendszeri éretlenségből fakadó tanulási és életvezetési problémáik lesznek. Az idegrendszer érettségének/éretlenségének az állapota szerencsére nem állandó. Az esetleges éretlenségeket, deficiteket bizonyos fejlesztő, terápiás eljárásokkal a megfelelő életkorban (minél korábban) igen hatásosan lehet korrigálni. Erre a korrekcióra, felzárkóztatásra az egyik legmegfelelőbb módszer az Alapozó Terápia.

Az **Alapozó Terápia** elméleti hátterének alapjait Carl Henry Delecató ideggyógyász és kaliforniai idegsebész kollegája dolgozta ki. Kutatásokkal igazolták, hogy az anyanyelvi készséghiányos gyermekek idegrendszerének fejlettsége elmaradott, éretlen, rosszul szervezett. Ennek okaként a mozgásbeli elmaradást feltételezték. A Delecató-módszert Magyarországon először Kulcsár Mihályné fejlesztő pedagógus használta óvodás korú gyerek fejlesztésére. Dr. Marton Dévényi Éva ideggyógyász és munkatársai ezt a módszert tovább elemezve, továbbfejlesztve kidolgozta az Alapozó Terápiát. A terápia eredetileg az anyanyelvi készséghiány kezelésére irányult. Majd a terápia továbbfej-

lesztése, kibővítése több területen használható, idegrendszeri érést megalapozó módszert hozott létre.

AZ ALAPOZÓ TERÁPIA EGY KOMPLEX FEJLŐDÉSTANI SZEMLELETŰ FEJLESZTŐ TERÁPIA (MARTON-DÉVENYI, 2009)

Ez a terápiamódszer egy komplex, mozgásfejlesztésen alapuló motoszenzoros típusú idegrendszeri fejlesztő terápiát foglal magába, amely során a gyermeknél újraindítják az emberi fejlődéstani mozgássorozatot, mintegy még egyszer „belökvé” az agy fejlődésbeli lehetőségét. A gyermeket a terápia során igen magas fokú mozgásügyességig juttatja el.

Az alapozó terápia lényege az idegrendszeri érés elősegítése. Az emberi idegrendszer egymásra épülő érési szakaszainak mozgásos megjelenései a kúszás, mászás, felülés, járás stb., ám ezekkel párhuzamosan és ezektől el nem választhatóan (mondhatni, az idegpályák bejárásával) fejlődnek ki az úgynevezett kognitív képességek és készségek: a figyelem, felfogás és emlékezet, azaz a tanulás alapvető készségei.

Gyakran előfordul, hogy a mozgásos érés valamelyik szakasza túl gyorsan vagy túl lassan zajlik le, vagy akár teljes egészében kimarad. Ez az adott pillanatban ugyan nem tűnik nagy problémának, sőt a szülő talán észre sem veszi, ám pár évvel később, általában az iskolába kerülés környékén a mozgásfejlődés korábbi zavara iskolai rész-képesség-zavar formájában jelentkezhet: a gyerek nem tud az elvárt ideig és intenzitással figyelni; nem sikerülnek a betűk megformálásához szükséges finommotoros mozgások; nem megy a szám- és mennyiségfogalmak megértése; problémát okoz a tábláról másolás (másik síkban gondolkodás), stb.

Az Alapozó Terápiában az előbbieket mellett a beszédtechnika is fejlődik, hiszen maga a beszéd is az előbb leírt mozgásfejlődési sor része. Gyakori, hogy az óvodás korú gyerekek kiejtésén, beszédhangjainak megformálásán jól kivehető egyfajta éretlenség (pöszesség, selypítés) jelentkezik. Mivel a terápia az arcizmok „edzésére”, fejlesztésére is hangsúlyt fektet, az Alapozó Terápia az esetleg szükséges logopédiai munkát is segíti.

Az Alapozó Terápia tehát a beszéd- és mozgásproblémás gyerekeken, valamint az olvasásproblémásokon és az írás alaki részével küszködőkön segít elsősorban, illetve a figyelemzavarral, szám- és mennyiségfogalmak megértésével küzdő gyerekeknek nyújt segítséget (5-16 éves korig). Segít még az organikus eredetű hiperaktivitásra diagnosztizált és az autisztikus tünetekkel bíró gyermekeknek is, de nem vált be a helyesírási problémákkal küzdőkön, illetve a jó olvasás technikával rendelkező, kizárólag szövegértés-gyenge gyermekeknek.

MELY ESETBEN AJÁNLOTT AZ ALAPOZÓ TERÁPIA?

A fejlődés nehézségét vagy elakadását, ennél fogva a terápia szükségességét jelezheti, ha az alább felsorolt „tünetek” közül huzamosabb időn át és egyszerre minimum 3 megfigyelhető:

Óvodás korban a gyerek:

- beszéde nehezen érthető, nem tudja kifejezni magát;

- nehezen érti a kérdéseket, utasításokat;
- nehezen mond el verseket, nem szívesen hallgat mesét;
- végig sem hallgatja a kéréseket;
- folyton elfelejti, mit kérnek tőle;
- hol az egyik, hol a másik kezében fogja a ceruzát;
- összetéveszti a bal és a jobb kezét;
- nem tud ollóval vágni, ügyetlen a keze;
- nem szívesen rajzol;
- beszédében hiányos, bizonytalan vagy zavaros az irányok, névutók (jobb-bal, föl-le, előtt-között, stb.) használata;
- öltözködési gondokkal küzd, például a cipő felhúzása, a fűzés, a kötés, a gombolás súlyos nehézséget okoz neki;
- mozgásában ritmustalanság figyelhető meg (pl. az egyenletes ritmustaps is nehézséget okozhat);
- nagymozgásaiban koordinálatlan: ügyetlenség, felesleges kapkodások, labilitás;
- rajzaiban feltűnő a testséma zavara vagy hiánya;
- nyugtalanul és/vagy keveset alszik;
- folyton izog-mozog, nem tud egy helyben megülni, esetleg állandóan beszél;
- túl nyugodt, alig szólal meg;
- az óvodában vagy a játszótéren egyedül szeret játszani;
- csak a saját szabályai szerint hajlandó játszani, nem tud veszíteni;
- gyakran kap dührohamot, kiabál, földhöz vágja magát.

Az iskolás korban a tünetek sokkal nyilvánvalóbbak:

- nem képes tartós figyelemre, figyelem könnyen elterelhető;
- lemarad, lassú a feladatok elvégzésében;
- nehezen vagy egyáltalán nem képes a tanítási órát végigülni;
- térben és időben nem tud tájékozódni;
- olvasás- és írásproblémával küzd (diszlexia, diszgráfia);
- számolási nehézségei vannak (diszkalkúlia);
- a dolgozatokban átugrik, kihagy feladatokat;
- mozgáskoordinációja nem az életkorának megfelelő;
- gyakran elfelejti, hogy az előbb mit kértek tőle;
- nyugtalanul, dekoncentráltul, változó teljesítmény, fáradékonyság, önbizalomhiány, befelé fordulás, agresszió, stb. figyelhető meg rajta.

Bővebb információ a terápiáról, illetve a terapeuták működéséről, elérhetőségéről (Magyarország, Szlovákia, Erdély stb.) az Alapozó Terápia Alapítvány honlapján található: www.alapozoterapiak.com.

A magyarországi egyetemeken oktatott további mozgásterápiák: Ayres-szenzomotoros integrációs mozgásterápia, TSMT – Tervezett Szenzomotoros Tréning, HRG – Hidroterápiás Rehabilitációs Gimnasztika.

