

Pravo-ľavá orientácia

K školskej zrelosti dieťaťa a úspešnému zvládnutiu školy **je nevyhnutná aj pravo-ľavá orientácia**. Dôležité nie je len to, aby dieťa vedelo ukázať, kde je vpravo a vľavo, ale najmä **vnútorné uvedomenie si priestoru**. Dieťa sa s tým stretne už na začiatku povinnej školskej dochádzky. Musí sa zorientovať nielen v priestore školy a triedy, ale aj v knihe a zošite, pri písaní aj čítaní. Preto **je nevyhnutné podporovať jej rozvoj už v predškolskom veku**.



Deti sa s ňou stretnú pri rozvíjaní schopnosti čítať (zámeny písmen - najčastejšie b-d, pohyby očí pri čítaní); pri rozvíjaní písania (stranovo obrátených písmen, otáznikov, zrkadlové písanie čísiel, problémy v geometrii). Pri orientácii na mape. Na telesnej výchove...

Dôležité je **najskôr precvičovať pravo – ľavú orientáciu na vlastnom tele**, až potom nacvičovať orientáciu a umiestňovanie predmetov z pohľadu dieťaťa.

Hry a cvičenia zamerané na precvičovanie pravo-ľavej orientácie

- 1. Napodobňuj po mne** – posadíme sa vedľa dieťaťa, tak aby nás dobre videlo, naše tváre sú otočené rovnakým smerom, inštrukcia: „teraz ti niečo predvediem a ty to zopakujes po mne“, dieťaťu predvedieme pohyb a počkáme kým ho po nás zopakuje, sledujeme, či dieťa dodržiava aj poradie pohybov

Položíme:

- Pravú ruku na pravé ucho a ľavú ruku na ľavé koleno
- Pravú ruku na ústa a ľavú ruku na ľavé koleno
- Pravú ruku na ústa a ľavú ruku na hlavu
- Pravú ruku na pravé koleno a ľavú ruku na hlavu
- Pravú ruku na pravé rameno a ľavú ruku a hlavu

- Pravú ruku na pravé rameno a ľavú ruku na ústa
- Pravú ruku na pravé rameno a ľavú ruku na ľavé oko
- Pravú ruku na hlavu a ľavú ruku na ľavé oko
- Pravú ruku na hlavu a ľavú ruku na ústa
- Pravú ruku na pravé koleno a ľavú ruku na ústa
- Dotkneme sa pravou rukou prstov na ľavej nohe (dieťaťu môžeme pomôcť prekrižiť stredovú os tela)

Ak dieťa zvládne napodobňovanie, môžeme cvičenie opakovať už len s použitím slovných inštrukcií v danom poradí. Toto cvičenie slúži na overenie toho, nakoľko si dieťa osvojilo vnímanie vlastnej telesnej schémy.

- 2. Odkiaľ fúka** – chápanie pojmov vpravo a vľavo môžeme deťom uľahčiť tak, že použijeme kúsok napr. farebného krepového papiera, ktorý pripevníme na ukazovák dieťaťa, na pravej ruke použijeme inú farbu ako na ľavej, dieťa vyzveme aby silno zafúkalo ako vetník na pravú stranu (napr. s modrým farebným papierom) a potom na ľavú stranu (tam kde je napr. červený papierik)
- 3. Stojím na mieste a predsa sa pohybujem** – úlohou dieťaťa je najskôr stáť na oboch nohách, potom ísť do podrepu, so zdvihnutými rukami, rozkročmo, na špičkách, stáť na jednej nohe a podobne, inštrukcie striedame
- 4. Hra Sochy** – s dieťaťom sa chytíme za ruky a spoločne sa točíme v kruhu (alebo sa pohybujeme po miestnosti), potom sa zastavíme a zaujmeme nejakú pozíciu, v ktorej zotrváme nehybne zopár sekúnd, úlohou dieťaťa je zopakovať po nás čo najpresnejšie pozíciu v akej sa nachádzame
- 5. Vpravo-vľavo, dopredu-dozadu** – dieťa sa pohybuje voľne po miestnosti, na základe slovných inštrukcií vykonáva rôzne pohyby napr. pravá ruka hore – zodvihne hore pravú ruku, obmenou tejto aktivity je ukazovanie podľa slovných pokynov na vlastnom tele napr. ukáž mi ľavé koleno, pravú ruku, ľavé oko..., alebo môže dieťa vykonávať pohyb vzhľadom na nejaký predmet v miestnosti napr. postav sa vľavo od stola, polož pravú ruku na poličku...

Zdroje

<https://eduworld.sk/cd/beata-tancsakova/7088/rozvoj-pravo-lavej-orientacie-u-deti-pomocou-hier>

Guziová, K., & Ďuríková, E. (2014). *STIMULAČNÝ PROGRAM PRE DETI VO VEKU OD PIATICH DO SIEDMICH ROKOV*. 83.