

**PROPOZYCJA DOTYCZĄCA TYGODNIOWYCH ĆWICZEŃ  
POPRAWNEJ PISOWNI  
DO SAMODZIELNEJ PRACY W DOMU**  
(wg Marty Bogdanowicz)

**I. Przygotowanie**

1. Załóż zeszyt do ćwiczeń ortograficznych.
2. Powtórz i utwral zasady pisowni.
3. Na końcu zeszytu załóż "Słowniczek Trudnych Wyrazów".

**II. Pisanie z pamięci - co dzień**

1. Przeczytaj uważnie wybrany przez siebie, lub wskazany przez nauczyciela, fragment tekstu (ok. 5 zdań niezbyt długich, po ok. 5 wyrazów w zdaniu).
2. Przeczytaj pierwsze zdanie zapamiętując tekst i pisownię wyrazów; uzasadnij pisownię trudnych wyrazów.
3. Powiedz tekst z pamięci.
4. Przeczytaj powtórnie zdanie sprawdzając, czy dobrze zapamiętałeś.
5. Napisz tekst z pamięci.
6. Sprawdź zapis i nanieś poprawki.
7. Porównaj zapis ze zdaniem wzorcowym i nanieś poprawki.
8. Zakryj zdanie wzorcowe i napisane.
9. Napisz powtórnie to samo zdanie.
10. Sprawdź zapis.

**III. Poprawa błędów**

1. Wypisz wyrazy, w których popełniłeś błędy i uzasadnij poprawną pisownię.
2. Wyrazy te zastosuj w krzyżówce, ułóż z nimi zdania, utwórz rodzinę wyrazów pokrewnych, wykonaj ćwiczenie utrwalaające pisownię (bibliografia).
3. Wpisz je do "Słownika Trudnych Wyrazów" (na końcu zeszytu).

**IV. Sprawdzian - co tydzień**

1. Pracuj codziennie, zapisując datę przy wykonywanych ćwiczeniach.
2. Po tygodniu ćwiczeń poproś kogoś, aby podyktował ci zdania, które codziennie pisałeś.
3. Sprawdź, o ile błędów mniej zrobiłeś niż poprzednio, i popraw je (wg wzoru). Po każdym tygodniu ćwiczeń pokaż zeszyt nauczycielowi.

**PRZYKŁADY ĆWICZEŃ USPRAWNIAJĄCYCH  
GRAFOMOTORYKĘ I KOORDYNACJĘ WZROKOWO-RUCHOWĄ**

1. Kreślenie dużych, płynnych linii.
2. Kolorowanie dużych powierzchni.

3. Obwodzenie konturów (palcem, ołówkiem).
4. Obrysowywanie figur geometrycznych (z zachowaniem kierunku przeciwnego do ruchu wskazówek zegara).
5. Zarysowywanie figur geometrycznych.
6. Wydzieranki, wycinanki, naklejanki.
7. Modelowanie (plastelina, modelina, glina, ugniatanie z miękkiego drutu).
8. Rysowanie szlaczków, form kolistych, kwadratowych, trójkątnych, falistych, motywów dekoracyjnych.
9. Malowanki.
10. Kalkowanie.
11. Układanie klocków.
12. Nawlekanie koralików.
13. Wykonywanie różnych ozdób np. choinkowych.
14. Stemplowanie.
15. Kolorowanie wydzielonej części w figurach geometrycznych, ukrytego obrazka.
16. Uzupełnianie brakujących elementów w układach graficznych, na rysunkach.
17. Odwzorowywanie układów graficznych.
18. Uzupełnianie brakujących obrazków w historyjce obrazkowej.
19. Ilustrowanie wyrazów z trudnością ortograficzną tak, aby z obrazka wynikało, jak się go pisze.
20. Dorysowywanie rysunku do pewnych danych elementów.
21. Szachownica: układanie wyrazów z sylab zapisanych na szachownicy.
22. Labirynty.
23. Łączenie punktów (Zagadki rysunkowe).
24. Rysowanie pod dyktando, wg. Instrukcji, dyktanda graficzne Z. Handzel, przerysowywanie wzorów na papierze w kratkę.
25. Rysowanie rysunku w powiększonej skali, dbając o zachowanie proporcji, szczegółów.
26. Rysowanie oburącz.
27. Płataninka (odczytywanie wyrazów z poplątanych liter).
28. Eliminantka (wykreślanie liter tak, aby powstał wyraz).
29. Rozwiązywanie i układanie krzyżówek.

### **Przykładowe zabawy rozluźniające napięcie mięśniowe:**

1. Malowanie w powietrzu ruchem ręki form kolistych, kwadratowych, trójkątnych itp.
2. Lot ptaka.
3. Nauka pływania.
4. Drzewa na wietrze.
5. Skoki żabki i zająca.
6. Owijanie skakanki wokół dłoni.
7. Przesuwanie skakanki w palcach.

### **Usprawniające staw nadgarstkowy:**

1. Wkręcanie śruby.
2. Malowanie ścian.
3. Kreślenie różnych form np. kolistych. falistych.

### **Usprawniające palce rąk:**

1. Stukanie palcami po stole.
2. Marsz palców po stole w określonym kierunku.
3. Naśladowanie ruchów gry na pianinie, skrzypcach, flecie.
4. Ugniatanie, darcie papieru.

### **PRZYKŁADY ĆWICZEŃ USPRAWNIAJĄCYCH PERCEPCJĘ WZROKOWĄ**

1. Odtwarzanie z pamięci eksponowanej na krótko figury geometrycznej, ilustracji, reprodukcji, ciągu zapisanych cyfr, liter, wyrazów.
2. Odtwarzanie sekwencji ruchów, sekwencji eksponowanych obrazków.
3. Układanie historyjek obrazkowych.
4. Rozpoznawanie przebiegu zdarzeń na kolejnych obrazkach (Co było na 1, 2, 3.obrazku?)
5. Rozpoznawanie treści obrazków ukazywanych w krótkich ekspozycjach.
6. Zapamiętywanie jak największej ilości przedmiotów na obrazkach.
7. Wyodrębnianie różnic między obrazkami.
8. Wyszukiwanie jednakowych przedmiotów na dwóch obrazkach.
9. Różnicowanie figur - sortowanie wg. wielkości, koloru, kształtu itp.
10. Dobieranie par jednakowych obrazków, figur.
11. Wyszukiwanie i skreślanie liter.
12. Wyszukiwanie wyrazów z jednakową literą - odczytywanie tylko tych, w których występuje poszukiwana litera.
13. Rozpoznawanie odmiennej litery w szeregu liter identycznych.
14. Rozpoznawanie liter w różnym położeniu w przestrzeni.
15. Rozpoznawanie przedmiotu dotykiem.
16. Wyszukiwanie cienia, odbicia lustrzanego, negatywu danego obrazka.
17. Wyszukiwanie danego przedmiotu na rysunku bardzo bogatym w szczegóły.
18. Wyszukiwanie ukrytych wyrazów: w innych wyrazach, między wyrazami, w układach graficznych - pionowo, poziomo, na ukos, zaszyfrowanych pionowo, poziomo, na ukos układów cyfr.
19. Dokładne obserwowanie pomieszczenia - odpowiadanie przy zamkniętych oczach na pytanie czy zdanie dotyczące otoczenia jest prawdziwe czy fałszywe? Po dokonaniu zmiany w otoczeniu, zgadywanie co się zmieniło?
20. Domino literowe, obrazkowe, figurowe.
21. Uzupełnianie brakujących elementów w literach, rysunkach, brakujących detali w tekście (ogonki, dwukropek, cudzysłów).
22. Odszukiwanie danego, wyszczególnionego elementu na obrazku.

23. Składanie obrazka z jego części.
24. Układanie figur geometrycznych z części (mozaiki), według wzoru np. klocków, figur.
25. Wykreślanie z tekstu niepotrzebnych, bezsensownych wyrazów, nie pasujących do treści.
26. Składanie fragmentów tekstu, wiersza w całość.
27. Rozsypanki literowe, sylabowe, wyrazowe.
28. Eliminanka - wykreślanie liter tak, aby powstał wyraz.
29. Rebusy.
30. Pisanie z pamięci.
31. Uzupełnianie luk literowych w wyrazach, wyrazowych w zdaniach.
32. Przekształcanie wyrazów przez wymianę jednej litery.
33. Rozszyfrowywanie, kodowanie haseł.
34. Układanie wyrazów w kolejności alfabetycznej.
35. Zapisywanie rodziny wyrazów.
36. Redagowanie zdań, opowiadania z danymi wyrazami.
37. Przekształcanie tekstu z formy czasu teraźniejszego na czas przeszły.
38. Dzielenie podanych wyrazów wg. części mowy.
39. Odmiana przez przypadki, liczby, rodzaje lub czasy, osoby itp.

### **PRZYKŁADY ĆWICZEŃ USPRAWNIAJĄCYCH PERCEPCJĘ SŁUCHOWĄ**

1. Tworzenie wyrazów z podanych liter, przestawianie cząstek wyrazów np. a, p, ł, i, k - piłka, ka, tów, zło - złotówka
2. Tworzenie w myślach słów z wypowiedzianych głosek np. s,s,o, o,s,l,
3. Odtwarzanie podanych układów rytmicznych poprzez wystukiwanie sekwencji.
4. Tworzenie słów poprzez syntezę pierwszych głosek wymawianych słów np. **teczka, auto, koń - tak, śnieg, puszek, idzie - śpi, mucha, oko, cały, nos, okno - mocno**  
**a.** Słuchowe rozpoznawanie określonych słów w innych słowach np. Jakie słowo powtarza się w każdym słowie? **ulica, Ulka, kula, wulkan, tulipan, mulina - ul**
5. Wyszukiwanie wyrazów o 2,3,4 spółgłoskach. Wyrazy dyktuje się powoli, aby był czas na przeanalizowanie każdego z nich i zapisanie w odpowiednich kolumnach.
6. Tworzenie, jak największej ilości nowych wyrazów z liter podanego wyrazu (najlepiej o dłuższej strukturze).
7. Rebusy
8. Zabawy słowami: 1. Układanie opowiadania poprzez dodawanie do poprzedniego słowa, słowa nowego, logicznie powiązanego, za każdym razem powtarzając całość np. Drzewo-drzewo rosło-drzewo rosło na- drzewo rosło na wzgórzu- itd.
9. Tworzenie ciągu wyrazów - koniec jednego jest początkiem następnego np. czekoladamaskotkalarepa
10. Tworzenie nowych wyrazów z podanego, poprzez zmianę jednej litery.
11. Tworzenie wyrazów do podanych sylab np. ....ra.....ki - koraliki
12. Rymowanki.