

Дислексия — это нарушение, при котором человек умеет читать и понимать буквы и числа, но испытывает трудности при их дифференцировании. Коэффициент интеллекта этих людей нормальный, и этим это нарушение отличается, например, от поражения головного мозга, при котором у людей коэффициент интеллекта низкий.

Дислексия обычно не диагностируется. Нарушение имеет разнообразные формы: от неспособности различать, например, числа 6 и 9 до более тяжелой формы, при которой путаются буквы и числа, например Е и З. Речь таких людей нормальна, но написанные слова или буквы могут быть переставлены.

Сама по себе дислексия не представляет проблемы, но ее социальные последствия могут быть довольно серьезны. Ребенок может оказаться под градом насмешек в классе, или у него может развиться ненависть к буквам и числам. Это не только влияет на успеваемость ребенка, но и может привести к социальному отчуждению и невозможности завести друзей. По этой причине ребенок может отказываться овладевать любыми физическими навыками, что еще больше развивает у него чувство неполноценности.

Родители, которые обнаружили, что их ребенок слишком застенчив, замкнут, не желает участвовать в групповых мероприятиях, боится школы или избегает читать и считать, должны немедленно поставить вопрос о возможной дислексии. Такие дети очень хорошо умеют приспосабливаться и часто находят защитные механизмы, например, становятся неуправляемыми в школе. По этой причине диагноз дислексии может быть поставлен, когда ребенок уже вырос. Я говорю об этом потому, что никогда не поздно использовать доступные методы лечения и иметь значительный успех в преодолении этой проблемы.

Недостаток определенных питательных веществ может вызывать или усугублять состояние дислексии. Используйте поливитамины, в которых есть больше цинка, лецитина и аминокислот, которые участвуют в передаче нервных импульсов, и больше всего остерегайтесь обезвоживания.

Любой ребенок, который неохотно обучается буквам и числам, очень стеснителен, необщителен, имеет плохую успеваемость в школе, должен быть обследован по поводу дислексии. Если все эти характерные особенности сочетаются с неловкостью — это еще одна причина, чтобы заподозрить диагноз дислексии.

Для лечения дислексии существуют специальные программы, корректирующие упражнения и обучающие методики. Родители также должны овладеть всеми этими методами и применять их в домашних условиях.

Дислексика достаточно легко опознать среди других школьников!  
Дислексик открыто проявляет себя в письме и чтении через наличие специфических ошибок и проблемы с почерком. Чтобы выявить дислексика или школьника с дисграфией, достаточно посмотреть школьную тетрадь ученика. А анализ ошибок, что допускает школьник в чтении и письме, позволит определить специфику проявления дислексии у школьника.

## Упражнения:

### 1. Работа с мячиком.

Купить резиновый мячик с шипами.

Чтение слов по слогам, при каждом слоге – сжимаем мяч всеми пальцами, следим за безымянным и мизинцем – это очень важно!!! Эти пальцы не развиты!!!

Усложнение – перекладываем с одной руки в другую.

### 2. Читать слова наоборот.

### 3. Артикуляционная гимнастика.

а) разминка

- вдох носом, выдох через рот;
- вдох, задержка дыхания, выдох;
- вдох, выдох по порциям.

б) упражнения для развития четкости произношения:

Самолеты взлетают: у-у-у.

Машины едут: ж-ж-ж.

Лошадки поскакали: цок-цок-цок.

Рядом ползет змея: ш-ш-ш.

Муха бьется в стекло: з-з-з-з.

в) чтение чистоговорок шепотом и медленно:

ра-ра-ра – начинается игра,

ры-ры-ры – у нас в руках шары,

ру-ру-ру – бью рукою по шару.

г) чтение тихо и умеренно:

арка арца

арта арда

арла арча

арса аржа

д) чтение громко и быстро:

гарь – парь – жарь

дверь – зверь – червь

е) чтение скороговорок, пословиц, поговорок

1. Водовоз вез воду из-под водопада.

2. Говори, говори, да не заговаривайся.

3. На гору гогочут гуси, под горой огонь горит.

4. Наш голова вашего голову головой переголовит, перевыголовит.

5. Наш дуда и туда и сюда.

6. Дерево скоро садыт, да не скоро плоды едыт.

7. На дворе трава, на траве дрова, не руби дрова на траве двора.
8. Возле горки на пригорке встали 33 Егорки: раз Егорка, два Егорка, три Егорка и т.д.
9. Летят три пичужки через три пусты избушки.
10. В один, Клим, клин колоти.
11. Каково волокно, таково и полотно
12. Клюет курка крупку, курит турка трубку.
13. Либретто “Риголетто”.
14. Полили ли лилию, видели ли Лидию?
15. Бежит лиса по шесточку, лизни, лиса, песочку.
16. Лавировали корабли, лавировали, да не вылавировали.

ж) чтение согласных

Учащийся делает глубокий вдох и на выдохе читает 15 согласных одного ряда:

КВМСПЛЬШГРДБЛСТ

БТМПВЧФКНШЛЖЗЦС

ПРЛГНТВСЧЦФБХНМ

ВМРГКТБДЗЦЗБЧВН

ФЩМЖДШХЧМКПБРВС

ПТКЗРМВДГБФКЗРЧ

Чтение согласной с какой-нибудь гласной, используя эту же таблицу.

После этого упражнения учащиеся тренируются в чтении ряда гласных с ударением на одном из них: а о у ы и э.

#### 4. Тренировочные упражнения для отработки навыка и техники чтения.

##### **“Буксир-1”**

Суть упражнения “Буксир” заключается в чтении в паре. Взрослый читает “про себя” и пальцем следит по книге. А ребенок читает вслух, но по пальцу взрослого. Таким образом, он должен попевать за его чтением.

##### **“Буксир-2”**

заключается в одновременном чтении взрослого и ребенка вслух. Взрослый читает в пределах скорости ребенка, который должен подстроиться под его темп. Затем взрослый замолкает и продолжает читать “про себя”, ребенок следует его примеру. Затем снова идет чтение вслух. И если ребенок правильно “уловил” темп чтения, то “встретится” с ним на одном слове.

##### **Многократное чтение.**

Школьнику предлагается начать чтение и продолжать его в течение одной минуты. После этого ученик отмечает, до какого места он дочитал. Затем следует повторное чтение этого же отрывка текста. После этого ученик снова замечает, до какого слова он дочитал, и сравнивает с результатами первого прочтения. Естественно, что во второй раз он прочитал на несколько слов больше /кто-то на 2 слова, кто-то на 5, а кто-то на 15/. Увеличение

темпа чтения вызывает положительные эмоции у ребенка, ему хочется читать еще раз. Однако более трех раз не следует этого делать! Избегайте утомления. Закрепите ситуацию успеха. Похвалите ребенка.

### ***Чтение в темпе скороговорки.***

Дети отрабатывают четкое и правильное, а главное – быстрое чтение текста. Окончания слов не должны “проглатываться” ребенком, а должны четко проговариваться.

Упражнение длится не более 30 секунд.

Выразительное чтение с переходом на незнакомую часть текста

Школьник читает отрывок текста, затем ребенку объясняем так: “Теперь, снова читай текст, но чуть-чуть медленнее, зато красиво, выразительно”. Ваш ученик прочитывает отрывок до конца, но взрослый не останавливает его. Ребенок переходит на незнакомую часть текста. И вот здесь происходит маленькое чудо. Оно состоит в том, что ребенок, несколько раз прочитавший один и тот же отрывок текста, выработавший уже здесь повышенный темп чтения, при переходе на незнакомую часть текста продолжает читать ее в том же повышенном темпе. Его возможностей надолго не хватает, но если ежедневно проводить такие упражнения длительность чтения в повышенном темпе будет увеличиваться. Через две-три недели чтение ребенка заметно улучшится.

### ***“Бросок – засечка”.***

Его цель – развитие зрительного умения ориентироваться в тексте. Заключается оно в следующем:

Ребенок кладет руки на колени и начинает читать текст вслух по команде “Бросок”. Когда раздается команда “Засечка” читатель отрывает голову от книги, закрывает глаза и несколько секунд отдыхает, руки при этом остаются на коленях. По команде “Бросок” ребенок должен отыскать глазами то место в книге, на котором он остановился и продолжить чтение вслух. Это упражнение может длиться около 5 минут.

Для повышения верхней границы индивидуального диапазона скорости чтения применяется упражнение ***“Молния”***.

Его смысл - в чередовании чтения в комфортном режиме с чтением на максимально доступной ребенку скорости чтения молча с чтением вслух. Переход на чтение в максимально ускоренном режиме осуществляется по команде учителя “Молния!” и продолжается от 20 секунд /вначале/ до 2 минут /после освоения упражнения/.

Тренировки могут проводиться по несколько раз на каждом занятии чтением, при этом в качестве дополнительного стимулятора можно использовать метроном.

Детям всегда хочется посоревноваться – кто быстрее читает. В этом случае полезно упражнение ***“Спринт”***.

Если к ребенку пришли одноклассники, предложите им отыскать в книге одинаковый отрывок и по команде начать читать одновременно вслух, кто быстрее, правильно проговаривая окончания слов. По сигналу - «Стоп», дети пальчиком показывают, кто где остановился.

При этом упражнении маленькие читатели учатся еще вниманию и сосредоточенности. Ведь рядом другие дети читают вслух и мешают сосредоточиться. Ребенку нужно быть внимательным и не отвлекаться на посторонний шум. А это умение нужно развивать.

Любимый у учащихся вид чтения – ролевое чтение, вызывает массу чувств, эмоций. Устройте ***«Радиоспектакль»***.

### ***Чтение текста с прикрытой верхней частью строчки:***

В этом упражнении есть секрет – упражнение с хитринкой. Дело в том, что любой сколько-нибудь смысленный ребенок заметит, что когда читается верхняя строчка по половинкам букв, в это время нижняя полностью открыта, и сообразит, что гораздо выгоднее успеть быстро прочитать ее, пока она открыта, чтобы потом, когда ее закроют быстро выдать готовый результат. Многие дети быстро переходят на эту стратегию, а это именно то, что нужно для увеличения скорости чтения!

*Это упражнение формируют сразу несколько значимых учебных качеств:*

- \* Чтение про себя (т.к. это надо скрыть);
- \* Словесно-логическую память (т.к. необходимо удержать в памяти сразу несколько слов и сохранять их несколько секунд).
- \* Распределение внимания и умение выполнять одновременно как минимум 2 задачи (чтение заданной строчки вслух и чтение нижележащей строчки про себя). Большую часть времени школьник должен читать «про себя», молча. Это и понятно. Вслух читать трудно, усталость приходит раньше.

### ***“Губы”.***

При команде - “Губы” к плотно сжатым губам ребенок прикладывает палец левой руки, чем подкреплялась психологическая установка на беззвучное чтение. При команде - “Вслух” убирает палец и читает вслух текст.

По мере привыкания школьника к чтению без внешних признаков проговаривания, команда “Губы” подается все реже и, наконец, отменяется совсем.

Таким образом, чем меньше проговаривание, тем выше скорость!

Основная цель следующей группы упражнений - совершенствование навыка чтения, т. к. слабая техника чтения неизменно сказывается на понимании прочитанного. У начинающего читателя понимание прочитанного слова часто идёт не вместе с чтением, а после него, когда он проследит весь буквенный ряд.

Постепенно глаз получает возможность забегать вперёд и понимание осуществляется вместе с чтением. Перечислим наиболее значимые упражнения этого набора:

### ***1. Исправь ошибки.***

Бьётся как рыба о мёд.

Лентяй да шалопай - два родных врата.

Рог до ушей - хоть завязки пришей.

На безрыбье и бак - рыба.

Под лежащий камень мода не течёт.

Купить кита в мешке.

### **2. Найди и напиши по пять слов, которые спрятались в этих слогах:**

Ли-са-ды-ра-ки-ты

ла-па-ра-но-ша-лун.

### ***3. Найди в каждой строчке имя и напиши рядом.***

ФЫВАИВАНГОР \_\_\_\_\_  
САШАИТЮБЛТ \_\_\_\_\_

ОНМАКНГТАНЯ \_\_\_\_\_

Среди букв спрятались названия зверей. Найди и подчеркни.

ФЫВАПРЕНОТМ

ЯЧСМЕДВЕДЬ

ЭЖДВОРОНАПА

КЕНРОМЫШИ

**3. Прочитай слова и найди среди них такие, которые можно читать наоборот.**

РЕКА,           КАЗАК,           СУМКА,  
РЮКЗАК,       ШАЛАШ,           БЕРЁЗА.

**4. Вычеркни буквы, которые повторяются дважды. Что написано?**

ТЮИГЮФРЖЯДЫШЧМЫКБЭМЗ ВЯЗЛЧАЭДСОПКАЖЭБОУШП