

## POMOČ UČENCU Z RAZVOJNO MOTNJO KOORDINACIJE V ŠOLI

TJAŠA FILIPIČIČ\*, JERNEJA TERČON\*\* IN MIHA STELE\*\*\*

*\*Pedagoška fakulteta Univerze v Ljubljani*

*\*\*Pedagoška fakulteta Univerze v Ljubljani in Zdravstveni dom Ljubljana*

*\*\*\*študent Socialne pedagogike, Pedagoška fakulteta Univerze v Ljubljani*

### **Povzetek**

Razvojna motnja koordinacije (RMK) je specifična učna težava, zaradi katere ima učenec lahko težave pri številnih predmetih v šoli. Temelji na motnji možganskega delovanja, kar ovira urjenje občutenj dotika, ravnotežja in globinskega občutenja ter s tem moti sposobnost gibalnega načrtovanja. Je skriti primanjkljaj, ki povzroča težave z gibanjem, s koordinacijo, z organizacijo ter s predelovanjem senzornih informacij. Najbolj so težave očitne pri predmetih šport, tehnika, likovna umetnost in matematika (geometrija, priprava grafov in tabel). Težave se kažejo tudi pri drugih predmetih, pri katerih je večji poudarek na zapisovanju, torej pri vseh predmetih. RMK je med specialnimi in rehabilitacijskimi pedagogi prepoznana tudi pod terminom dispraksija. Precej manj pa RMK poznajo vzgojitelji, učitelji razrednega pouka in še posebej učitelji predmeta šport, zato je namen tega prispevka podati osnovne značilnosti te specifične učne težave, predstaviti osnovne strategije pomoči pri pouku, prilagoditve, ki so jih učenci pri pouku lahko deležni, in posebnosti pri predmetu šport. Dotaknemo se tudi sodelovanja s starši teh otrok, saj bo z njihovo pomočjo učencem s to skrito motnjo v šoli lažje in lepše.

**Ključne besede:** razvojna motnja koordinacije, pomoč v šoli, predmet šport

### **Uvod**

Vsak pedagog se je (ali pa se še bo) v svoji karieri kdaj srečal z učenci, ki so izjemno nerodni, nekoordinirani, njihova pisava je težje berljiva, delovni prostor in šolske potrebščine neurejene itn. Termin razvojna motnja koordinacije (v nadaljevanju: RMK) žal še vedno ostaja precej neprepoznan med starši ter strokovnimi delavci šol in vrtcev.

Gibalno nespretnost kot glavno značilnost RMK lahko prepoznajo starši in vzgojitelji že v predšolskem obdobju. Starši v tem obdobju problemu še ne posvečajo toliko pozornosti, ker ne vedo, da je gibalna sposobnost zelo pomembna tudi za uspešnost na drugih področjih učenja. Kljub opozorilom velikokrat dobimo odgovore: »Saj moj otrok ne bo vrhunski športnik.«. Resneje postane, ko se ti otroci vključujejo v obvezno šolanje.

### **Razvojna motnja koordinacije**

RMK oziroma dispraksija je specifična učna težava in predstavlja motnjo v senzorični obdelavi prispelih dražljajev, ki otežuje k cilju usmerjeno in smotrno delovanje. Temelji na motnji možganskega delovanja, kar ovira urjenje občutenj dotika, ravnotežja in globinskega občutenja ter s tem moti sposobnost gibalnega načrtovanja. Je skriti primanjkljaj, ki povzroča težave z gibanjem, s koordinacijo, z organizacijo in s predelovanjem senzornih informacij. Osebo, ki ima ta sindrom, lahko vodi v številne učne in socializacijske težave (Kremžar in Petelin, 2001).

Izraža se kot izrazita okornost, nerodnost, saj takšni otroci težje usvajajo gibalne veščine kot drugi. Pri vsakem posamezniku se pokaže v drugačni obliki. Zavedati se moramo tudi, da je RMK sindrom in kot tak predstavlja primanjkljaje na različnih področjih. A. Kirby in S. Drew (2003) izpostavljata predvsem naslednja težavna področja: telesna shema, bilateralna koordinacija, motorično načrtovanje, zaznavanje gibanja, finomotorična kontrola, jezikovno procesiranje, taktilno procesiranje in vidno

zaznavanje. Vpliva na vse ravni delovanja učenca, saj se »prepleta z vsemi veščinami osebne avtonomije, vsakodnevnimi dejavnostmi, z igranjem in gibanjem, s komuniciranjem z okolico, socializacijo, pozneje pa še z vsemi šolskimi vsebinami, ne nazadnje pa z vsemi veščinami, ki vplivajo na uspeh v šolskem obdobju« (Ozbič, 2006, str. 96).

M. Kavkler (2003) pravi, da okolje gibalno manj spretno učence označuje za nerodne, saj pogosto opazi le njihovo motorično nespretnost, ki se kaže na področju fine motorike (težave pri risanju, pisanju), grobe motorike (težave pri skakanju s kolenico, igrah z žogo, vožnji s kolesom, pri teku) in/ali motorike govornega aparata (nerazločen govor). Pri tem pa opozarja, da je okolje redko pozorno na njihova močna področja: komunikacijske sposobnosti, računalništvo, obvladovanje bralnih veščin pri štirih, petih letih, zanimanje za zgodovino, zanimanje za zemljepis, zanimanje za naravoslovje, dobro logično sklepanje pri matematiki in likovno izražanje.

Razlikovati moramo med pojmom gibalna zanemarjenost in gibalna nespretnost. Gibalna zanemarjenost namreč pomeni, da otrok v svojem otroštvu ni izkusil vseh radosti, ki jih gibanje ponuja. Starši se niso gibalno ukvarjali z njim zaradi pomanjkanja prostega časa, neznanja in lastne neaktivnosti ter zaradi pomanjkanja finančnih sredstev. Nekateri starši zaradi pretiranega strahu pred poškodbami ali nečistočo ne dovolijo otrokom določenih aktivnosti. S tem naredijo otroku več škode kot koristi, saj otrok tako ne dobi pozitivnega odnosa do gibalnih/športnih dejavnosti. A gibalne sposobnosti pri otrocih se bodo kljub temu razvile, vendar pa je vprašanje, do katere stopnje in kako bo to vplivalo na njihov nadaljnji razvoj (Tušak, Tušak in Tušak, 2003).

Ameriška psihiatrična zveza je v DSM 5 podala štiri merila, na podlagi katerih najpogosteje opredelimo RMK pri otroku (APA, 2013):

- *Merilo A*: Učenje in izvajanje koordiniranih motoričnih spretnosti sta izrazito pod pričakovanim glede na starost posameznika in priložnosti, ki so mu bile omogočene za pridobivanje in uporabo dane spretnosti. Težave se odražajo kot nerodnost (npr. padanje iz rok, zaletavanje v predmete) oziroma kot upočasnjenost in nenatančnost pri izvajanju motoričnih aktivnosti (npr. pri lovljenju predmetov, uporabi škarij in pribora, pri zapisovanju, pri učenju vožnje s kolesom ali udeležbi pri športu).
- *Merilo B*: Motoričen primanjkljaj iz merila A pomembno in vztrajno vpliva na aktivnosti v vsakdanjem življenju, ki so značilne za določeno kronološko starost (npr. skrb zase), ter vpliva na akademsko oziroma šolsko produktivnost, predzaposlitvene in zaposlitvene aktivnosti, prosti čas in igro.
- *Merilo C*: Simptomi RMK se pojavljajo že v zgodnjem razvojnem obdobju.
- *Merilo D*: Primanjkljaji z vidika motoričnih spretnosti niso bolje pojasnjeni prek motnje v duševnem razvoju ali motnje vida in ne pripadajo nevrološkim stanju, ki vpliva na gibanje (npr. cerebralna paraliza, mišična distrofija ali degenerativna motnja).

A. Kirby in S. Drew (2003) navajata, da je pri otrocih, starih od 5 do 11 let, pojavnost RMK ocenjena nekje do 6 %. Do podobnih zaključkov sta prišla tudi Kadesjö in Gillberg (1998), ki sta ugotovila 7,3-odstotno pojavnost od zmerne do težke oblike RMK pri sedemletnih otrocih. Blank, B. Smits - Engelsman, H. Polatajko in Wilson (2012) so povzeli raziskave različnih avtorjev in ugotovili, da se razmerje navadno giblje nekje od 2 : 1 do kar 7 : 1 v prid dečkov. Zanimive so ugotovitve J. Terčon (2013), ki je izpostavila, da je lahko pojavnost RMK pri deklicah precej večja od pričakovanega (njena raziskava je namreč pokazala razmerje 1,6 : 1), in sicer ravno zaradi premalo občutljivega mehanizma za odkrivanje tovrstnih težav pri deklicah na račun kulturnih pričakovanj glede udejstvovanja pri gibalnih/športnih aktivnostih.

## Učenec z RMK pri pouku

Učenci z RMK spadajo v skupino učencev s skritimi primanjkljaji. Govorimo o povprečno in nadpovprečno inteligentnih otrocih, ki imajo težave na področju predelave senzornih informacij, načrtovanja, organizacije in koordiniranega izvajanja nekaterih gibov. Njihov uspeh v šoli je odvisen

od razumevanja okolja, prilagoditev v procesu izobraževanja, individualnih oblik pomoči in tehničnih pripomočkov. Kljub primernim tehnikam učenja, spodbudnemu okolju in povprečnim intelektualnim sposobnostim imajo otroci z RMK težave pri gibanju in učenju (Kavkler, 2002).

Pri otrocih z RMK je tako kot pri vseh drugih otrocih s specifičnimi učnimi težavami prisoten neharmoničen razvoj. V šoli lahko blestijo pri nekaterih predmetih, šibka področja pa po navadi predstavljajo področje pisanja, šport, tehnični pouk, likovna umetnost in geometrija.

### **Prilagoditve za učence z RMK v razredu**

Učitelji, ki dobijo v razred učenca z RMK, so gotovo bolj obremenjeni, saj je učenec v razredu moteč – stvari mu padajo po tleh, njegova miza je razmetana in neurejena, lahko je brez učnih pripomočkov in nalog, njegova pisava je neberljiva, vedno potrebuje pomoč, saj napačno razume navodila, počasneje se pripravi na delo. Ključno je, da učitelji tovrstnega učenca prepoznajo in težav ne pripisuje lenobi ali površnosti. V prvi vrsti morajo poskrbeti za to, da skupaj z učencem izdelajo program dela za vsak dan sproti, saj bodo le tako učenci imeli neko sistematičnost v delovnih navadah.

Učitelji se pri pouku najbolje prilagodijo tako, da dobro poznajo posebnosti učenca in da jih skušajo razumeti, da mu pustijo več časa za reševanje določenih nalog, prilagodijo (zmanjšajo) količino nalog, ga konstruktivno opominjajo, sodelujejo s starši, ker ti najbolje poznajo svojega otroka, razdelijo nalogo na več manjših enot, dajejo posamezna navodila in preverjajo razumevanje učenca. Sošolci mu lahko pomagajo tako, da z njim sodelujejo pri nekaterih dejavnostih in nalogah, preverjajo, ali si je zapisal domačo nalogo, posojajo popolne zapiske in poskušajo biti strpni do njegove drugačnosti.

Učitelji morajo odkriti način, ki bo učencu omogočal najboljše učenje – vidno, slušno ali kinestetično, pri čemer ne smejo pozabiti, da bi učenec rad naredil vse, da bi bil uspešen, vendar pogosto zaradi svojih primanjkljajev, ki mu onemogočajo priklic načrta ali aktivnosti iz spomina, tega preprosto ne more storiti. Gibalno nespretno učence je treba za njihov trud pri šolskem delu pohvaliti, saj bodo le tako vztrajali in se bodo poskušali izboljšati. »Čeprav je njihov napredek sprva počasen, lahko sčasoma z učinkovitimi strategijami poučevanja dosežejo boljši uspeh v šoli in vzpostavijo pozitivne socialne odnose z vrstniki in odraslimi ter se tako dobro vključijo v svoje okolje« (Košak Babuder, 2007, str. 165).

V. Đorđić in T. Tubić (2010) navajata, da je v tuji literaturi strategija prilagajanja šolskih zahtev potrebam otroka z RMK znana pod nazivom MATCH (orig. Modify the task, Alter your expectations, Teach strategies, Change the environment, Help by understanding). V tem je povzeto celotno bistvo pomoči otroku: prilagajanje nalog, spreminjanje pričakovanj, učenje strategij, spreminjanje okolja in razumevanje otroka.

Da bo učenec z RMK lahko ustrezno izkazoval svoje potenciale, mu pri pouku učitelji omogočajo različne prilagoditve, ki so odvisne od njegovih individualnih sposobnosti in spretnosti ter intenzitete RMK. V nadaljevanju je predstavljen nabor najpogosteje predlaganih prilagoditev pri pouku za učence z RMK.

#### *Didaktično gradivo in tehnični pripomočki:*

- prilagojeno didaktično gradivo (debelejša pisala, svinčniki z mehkejšim grafitom, svinčniki trirobne oblike, nastavki, kakovostne, dovolj velike radirke, nedrseče podloge, prilagojeno geometrijsko orodje);
- prilagojeni zvezki (povečano črtovje, večji kvadrati – karo, 1 cm);
- možnost uporabe prenosnega računalnika.

#### *Učna gradiva:*

- fotokopiranje obsežnejše učne snovi, ki je učenec ne zmore zapisati med poukom;
- priprava povzetkov učnih vsebin;
- označevanje (barvno) pomembnih pojmov, podatkov, dejstev.

*Prilagojen sedežni red:*

- sedi naj na mestu, ki mu omogoča boljšo osredinjenost na šolsko delo.

*Prostor in oprema:*

- prilagoditev delovnega prostora – dovolj prostora za odlaganje pripomočkov;
- orientacijske linije in poti v šolskih prostorih in njeni okolici;
- prostor za učne in tehnične pripomočke, ki naj bodo na stalnem mestu v učilnici.

*Preverjanje in ocenjevanje znanja:*

- možnost podaljšanega časa pri pisnem in ustnem preverjanju in ocenjevanju znanja (npr. pri nareku, če ne zmore vsega zapisati);
- prilagojena oblika pisnih gradiv za preverjanje in ocenjevanje znanja, npr. več prostora za odgovore itn.;
- pri preverjanju in ocenjevanju naj učitelj ne upošteva napak, ki so posledica učenčevih primanjkljajev (npr. na senzomotoričnem področju);
- pri preverjanju in ocenjevanju znanja preverjanje razumevanja nalog oz. vprašanj, pisni odgovori, ki jih učitelj ne zna razbrati, naj se vrednotijo šele, ko jih učitelj preveri tudi ustno;
- prilagojeno ocenjevanje natančnosti, npr. pri merjenju;
- prilagojeno ocenjevanje likovnih izdelkov;
- prilagojeno izvajanje in ocenjevanje športa.

**Strategije dela z učenci z RMK pri pouku**

V nadaljevanju so predstavljene strategije dela z učenci z RMK na različnih področjih pri pouku.

***Strategije dela za razvoj finomotoričnih in grafomotoričnih spretnosti***

Eden najbolj značilnih znakov RMK so težave pri pisanju in pisnem izražanju (Kavkler, 2002). Te so največkrat prisotne skozi celotno obdobje šolanja, vendar se z ustreznimi strategijami dela lahko vidno omilijo. Nekatere strategije dela, ki se uporabljajo za razvoj finomotoričnih in grafomotoričnih spretnosti:

- vaje za izboljšanje gibanja oči in vidnega sledenja: kroženje glave, premikanje glave gor in dol, dvigovanje in spuščanje ramen, mežikanje, kroženje z očmi, usmerjanje pogleda levo in desno, gor in dol, sledenje svinčnika (Gamser, 2011);
- vaje za izboljšanje mišičnega tonusa in finih gibov prstov in rok: igre s prstnimi lutkami, masaža prstov, raztegovanje elastike, potrkavanje po mizi, kopiranje gibov prstov, prediranje mehurčkov na foliji, stiskanje žogice, prekrivanje prstov (Gamser, 2011);
- vaje za izboljšanje vizualno-motorične koordinacije: sestavljanke, natikanje, zavezovanje pentelj, zapenjanje gumbov, zapiranje plastenk (Gamser, 2011);
- vaje za spodbujanje grafomotorike: nizanje različnih materialov na vrvice, trganje papirja na koščke, mečkanje papirja, rezanje s škarjami, rokovanje s tehničnimi pripomočki, gnetenje različnih materialov (Terčon, Lindav in Obreza, 2013);
- risanje na različne površine, z različnimi pisali, risanje različnih vzorcev (Terčon, Lindav in Obreza, 2013);
- učenje črk s pomočjo verbalizacije po označenem modelu;
- učenje črk začnemo na večji površini in jo postopno zmanjšujemo: začnemo pisanje črk po mivki na igrišču, sledi pisanje po zraku, pisanje po pladnju z mivko oz. s polento, pisanje na velikem listu papirja, pisanje na manjšem listu papirja;
- pri pisanju pisanih črk začnemo učenje kombinacij posameznih črk;
- oblikovanje črk iz različnih materialov: iz plastelina, gline, iz kartona;
- uporaba različnih nastavkov za pisala in prilagojenih pisal, ki omogočajo pravi prijem pisala;
- uporaba trikotnih pisal, debelejših pisal in pisal z neravnim ogrodjem;
- kontrola pritiska na papir s pomočjo valovite lepenke, ki jo postavimo pod list papirja;

- opore za lažjo orientacijo pri pisanju, ki nakažejo smer pisanja: puščica, ki označuje smer pisanja, pika zelene barve na začetku, rdeče na koncu;
- opore, ki omejijo prostor za pisanje: omejevanje prostora za pisanje z lesenimi paličicami;
- uporaba računalnika pri šolskem delu: učenec namesto da piše v zvezek, pri pouku uporablja računalnik;
- uporaba računalniških programov za učenje hitrega tipkanja, kot je »Stamina«;
- nadomestna oblika zapisa: snemanje, fotokopiranje, računalnik;
- Trening Kellerjeve za izboljšanje pisave (Keller, 2001, v Kavkler, 2002). Ta trening traja 8 mesecev in se izvaja dvakrat tedensko po 45 minut. Vključuje naslednje vaje:
  - *grobomotorične vaje* za ogrevanje, ki trajajo 5 minut (poskoki, hoja po prstih, po petah, prikloni, porivanje, vaje pravilnega sedenja na stolu idr.);
  - *finomotorične vaje* za ogrevanje, ki trajajo 5–10 minut (drgnjenje dlani drugo ob drugo, kotaljenje žogice za tenis, kroženje z rokama po zraku, po tepihu, sestavljanje drobnih kock, stiskanje pene, oblikovanje plastelina, vaje s prsti idr.);
  - *predstavitev kritičnih črk*: učitelj kot model piše črko na tablo in opisuje korake zapisa, otrok najprej ponazarja zapis črke s pisanjem po zraku z velikimi gibi; otrok nato opisuje korake zapisa črke in piše s prstnimi barvami, kar traja 2–3 minute;
  - *praktične vaje pisanja*, ki trajajo 10 minut in vključujejo:
    - vodene vaje pisanja (otroku vodimo zapestje, ko piše, pisanje na hrbet sošolca in ugibanje zapisane črke itn.),
    - pisanje z različnimi materiali, kot so: pisanje po mivki, soli, rižu ali po polenti na pladnju, pisanje s kremo za britje po steklu itn.
    - oblikovanje črk iz semen, plastelina, iz testa itn.;
  - *delno vodeno pisanje, ki traja 5 minut*: otrok piše v zvezek pod vodstvom učitelja, ki ga spodbuja in mu pomaga, če je to potrebno;
  - *samostojno pisanje domačih nalog, pisanje z namenom* (npr. razglednice, zahvale idr.) – 5 minut.
  - Vaje vključujejo tudi:
    - *razvoj socialnih veščin*: vaje za prepoznavanje nebesednih znakov in govornice telesa, učenje specifičnih sposobnosti in spretnosti, spodbujanje stika z vrstniki – 5 minut,
    - *uporaba zunanjih opor*, kot so glasbena spremljava, verbalizacija zapisovanja, barvne opore v zvezku za označitev začetka, vmesne črte idr.

### **Strategije dela za izboljšanje organizacijskih spretnosti**

Večina učencev z RMK ima težave na področju organizacije in načrtovanja dejavnosti. Zato pri pouku uporabljamo določene strategije, ki jim lahko olajšajo delo (Gamser, 2011):

- uporaba dnevnega in tedenskega seznama za šolske in domače aktivnosti;
- koledar za označevanje preizkusov znanja in drugih pomembnih dogodkov;
- uporaba urnika s slikovnim prikazom vrstnega reda učnih ur in pripomočkov;
- uporaba pisal različnih barv, s katerimi ima učenec na urniku označene različne predmete;
- uporaba kartončka s seznamom potrebščin, ki jih ima v torbi oziroma puščici;
- kartonček z napisanimi koraki za opravljanje kompleksnejših nalog (npr. reševanje besedilnih nalog);
- beležka s seznamom nalog, ki jih mora opraviti;
- uporaba načrta za pisanje domačih nalog in načrta za učenje;
- tablica »zdaj – nato – potem« za lažjo strukturo;
- strategija »struktura dlani« za pisanje spisov in esejev: palec – uvod, kazalec, sredinec, prstanec – jedro (tri ključne stvari), mezinec – zaključek;
- sponke za označevanje snovi, ki se jo je treba naučiti;
- izbira sošolca, ki učencu nudi pomoč pri zamenjavi razredov in pri pripravi na pouk;
- uporaba računalniških pripomočkov za lažjo organizacijo.

### **Strategije dela za razvoj socialnih veščin**

Učenci z RMK imajo pogosto težave na področju socialnih veščin in se posledično težje vključujejo v razredno skupino. Sistematično učenje socialnih veščin je treba začeti čim prej, še preden otrok razvije negativno samopodobo in odpor do šole (Gamser, 2011).

A. Gamser (2011) predlaga nekaj strategij za razvoj socialnih veščin:

- učenje socialnih veščin skozi domišljjsko igro s prikazom za učenca težavnih socialnih situacij;
- pri šolskem delu ali igri spodbujamo otroka z RMK, da se pridruži sošolcu in dela v paru, postopoma ga navajamo tudi na delo v manjši skupini;
- učencu z RMK lahko starejši učenci z dobrim zgledom pomagajo pri usvajanju primernih vedenjskih vzorcev;
- učitelj pripravi socialno zgodbo, ki lahko učenca pripravi na določeno situacijo in mu pomaga razumeti pričakovano vedenje.

### **Učenec z RMK pri pouku športa**

Pri pouku športa učenca z RMK hitro opazimo, ker močno odstopa od drugih učencev. Še preden pride do telovadnice, lahko opazimo, da ima težave s športno obutvijo in z oblačili, saj ima lahko odvezane vezalke ali pa odpete hlače ali narobe obrnjeno majico, telovadni copati so narobe obuti. Pri oblačenju je lahko tudi zelo počasen. Pri vadbi se opazi, da je zelo nespreten pri vseh nalogah, igre z žogo mu predstavljajo velike težave, včasih ne razume navodil, v telovadnici se ne znajde, ravnotežje in koordinacija sta zelo omejena, včasih se kar spotakne ob blazino, ne nadzoruje svojega telesa, je neroden in se hitro utruji. Na splošno je gibalno in motorično manj spreten od svojih vrstnikov, je nesproščen, strah ga je morebitnih poškodb pa tudi vrstniki ga zaradi njegovega neuspeha pri športu zanemarjajo – socialna izključenost, posmehovanje pri skupinskih igrah, zadnji je izbran pri štafetnih igrah.

### **Didaktična priporočila pri športu**

Nekaj priporočil učiteljem, ki imajo pri pouku športa vključenega učenca z RMK:

- učitelj naj pozna vzroke in posledice gibalne nespretnosti, vedeti mora, da učenec ni len, ampak da se boji neuspeha ali poškodb in da se zato izogiba gibalne aktivnosti in športa;
- učitelj naj se pogovori z učencem; pomaga naj mu razvijati pozitiven odnos do poraza in zmage; učenec naj tekmuje sam s seboj in ne z drugimi;
- treba se je pogovoriti tudi z drugimi učitelji, kjer dobimo informacije o morebitnih drugih specifičnih težavah učenca;
- sošolcem razložimo, da ima učenec težave z gibanjem in da ne dovolimo posmehovanja, ampak pomoč in sodelovanje;
- praktični prikaz gibalne aktivnosti naj bo preprost, opremljen s preprostimi navodili;
- za boljšo orientacijo v prostoru lahko uporabimo blazine, na katerih se otroci zberejo in pozorno poslušajo navodila za vadbo ter se po opravljeni nalogi spet vračajo na blazino po nove napotke;
- za določitev poti lahko uporabljamo talne oznake, črte ali pa stožce;
- učitelj naj skupaj z učencem na začetku ure določi cilj, ki ga ob koncu ure skupaj preverita in pregledata, ali je bil dosežen;
- na začetku vsake učne ure skupaj z učenci ponovimo, kaj vse smo se novega naučili pri zadnji šolski uri, saj jim tako pomagamo zmanjšati strah ali ga celo preprečiti;
- pri vadbi večkrat vključimo glasbo, ker vsi gibi zahtevajo občutek za ritem;
- poslužujmo se tudi uporabe slikovnega gradiva in učnih listov ter organizacijskega kartona;
- učencu omogočimo dodaten čas, da pride na dogovorjeni kraj (igrišče, telovadnica), in mu za usmerjanje po prostoru posredujmo besedna navodila; ves čas jih tudi preverjamo, ali jih je pravilno razumel;
- učencu ponudimo, da naj bo včasih tudi vodja ali tisti, ki izbira svoje vrstnike za igro;

- načrtujemo in organiziramo take gibalne aktivnosti, pri katerih se učenec počuti varnega ter pri katerih sam išče gibalne rešitve in zadovoljstvo v gibanju;
- učenca vključimo v dopolnilni pouk pri predmetu šport, ker z njim delamo individualno;
- pri preverjanju in ocenjevanju znanja pri športu upoštevamo težave, ki so posledica primanjkljajev na senzomotoričnem področju.

### **Strategije dela za razvoj grobe motorike**

Zelo je pomembno, da pri usvajanju gibalnih vzorcev začnemo pri usvajanju naravnih oblik gibanja. Te aktivnosti izvajamo že v zgodnjem otroštvu, ker so osnova za usvajanje kompleksnejših vzorcev gibanja. J. Terčon, K. Lindav in U. Obreza (2013) navajajo različne igre, s katerimi otroci usvajajo elementarne gibalne vzorce:

- lazenje, plazenje: v predoru, pod mizami, po trebuhu, hrbtu idr.;
- plezanje: na klop, posteljo, na drevo;
- hoja, tek: po različnih površinah, vzvratno, bočno, po prstih, petah;
- skoki: sonožni, v višino, v daljavo, na eni nogi, čez kolebnico, trampolin;
- metanje, lovljenje: metanje predmetov z eno roko ali obema rokama, kotaljenje predmetov, ujemanje predmetov, vodenje žoge, metanje v tarčo, podajanje predmetov.

B. Kremžar (1978) za pravilni gibalni razvoj navaja naslednje strategije in oblike pomoči:

- vaje za koordinacijo: igre z žogo, osnovni ritmični elementi, vaje z drobnim orodjem;
- enonožni poskoki z levo oz. desno nogo;
- sonožni poskoki;
- hoja po vseh štirih;
- učenje tihega postavljanja stola na tla, različnega prenašanja in potiskanja, kar spodbuja učence k razmišljanju in iskanju novih gibalnih možnosti;
- vrtenje obroča v roki, v pasu, na vratu – učenje krožnega gibanja;
- igre z balonom: sledenje z očmi, odbijanje;
- metanje žogice v cilj;
- zadevanje cilja s kotaljenjem žoge po tleh;
- igra zaletavanja brez dotika;
- nošenje predmetov na glavi, kar omogoča tudi osredinjanje na predmet, umirjanje.

Otrok z RMK potrebuje največ pomoči, prilagajanja in učenja strategij dela ravno pri predmetu šport. Osnovni pravili pri učenju posameznih dejavnosti pri predmetu šport sta postopnost učenja aktivnosti in učenje po korakih. B. Kremžar (1978) navaja, da so za usvajanje gibalnih dejavnosti ključnega pomena vsakodnevne krajše obravnave.

Nemalokrat so igre z žogo največja težava otrok z RMK. Strategije, ki jih lahko uporablja učitelj pri učenju lovljenja žoge, je trening po stopnjah:

- lovljenje balona;
- lovljenje žoge z repkom (žoga ima luknjo, skozi katero je napeljan šop trakov);
- lovljenje t. i. vrečk s fižolom, ki jih lahko izdelamo skupaj z učencem;
- lovljenje velikih, mehkih žog;
- lovljenje običajnih žog.

### **Uporaba sodobne tehnologije za razvijanje motoričnih spretnosti**

Pri razvoju grobe motorike učencev z RMK so v veliko pomoč tudi različne računalniške igrice, s pomočjo katerih razvijamo in utrjujemo koordinacijo oko – roka, oko – noga, zavedanje telesa, propriocepcijo idr. Raziskave v tujini (Campello, Rocha in Pellegrini, 2013; Hill, 2013) so pokazale, da so izjemno uporaben didaktični pripomoček igrice na igralnih konzolah, kot je npr. Nintendo Wii/Fit ali Sony Xbox/Kinect. Tovrstno tehnologijo lahko učenci uporabljajo doma, pri pouku ali na specialnih

obravnavah pri specialnem pedagogu, delovnem terapevtu in pri drugih izvajalcih pomoči na senzomotoričnem področju.

### **Sodelovanje s starši učenca z RMK pri pouku športa**

Učenci z RMK se velikokrat izogibajo pouku športa, pogosto tudi od zdravnika prinesejo opravičilo. Še preden pa gibalno nespreten učenec prinese opravičilo od zdravnika, lahko poskrbimo, da se s starši in z učencem pogovorimo. Če bomo prepričali starše, da je gibanje zdravo in da pozitivno vpliva na otrokovo samopodobo ter na vsa področja v njegovem življenju, smo gotovo na pravi poti, da se učenec pouka športa ne bo izogibal. Nekateri starši kljub številnim raziskavam in priporočilom različnih strokovnjakov pogosto ne vidijo pozitivnih učinkov, ki jih gibalna dejavnost/šport prinese. Svojega otroka skušajo zaščititi pred neuspehom in zasmehovanjem vrstnikov, vendar pa s tem otroku ne naredijo nobene usluge, ampak ravno nasprotno. Učenec se kljub svojim težavam mora gibati, saj bo le tako kljuboval boleznim našega časa – debelosti, zdravstvenim težavam in drugim negativnim dejavnikom, ki jim prinaša sodobno življenje. Starše opogumimo, da naj se njihov otrok v polni meri udeležuje procesa športa, ker je gibanje pomembna sestavina vsakega posameznika, družine, družbe. Pomembno je, da je učenec vključen v proces, ne glede na njegov rezultat, saj je bistvo to, da učenci naredijo nekaj zase, za svoje telo in dušo ter se družijo z vrstniki. Nazorno jim moramo razložiti, da nobenemu učencu, pa naj bo še tako oviran, ne smemo prikrajšati gibalnega udejstvovanja in užitka ter sprostitve, ki jo gibanje ponuja, saj ne samo da s športom in skozi šport vplivamo na boljše gibalne sposobnosti in spretnosti, ampak z njim dosežemo tudi to, da se učenec skladno in celostno razvija. Tako vplivamo tudi na njegovo zdravje in biopsihosocialno počutje. Staršem moramo predstaviti prilagojen program dela za njihovega otroka, ki ga moramo sestaviti skupaj z njimi, da bodo lahko potem te vsebine v njihovem prostem času izvajali skupaj.

### **Sklep**

RMK je specifična učna težava in predstavlja motnjo v senzorični obdelavi prispelih dražljajev, ki otežuje k cilju usmerjeno in smotrno delovanje. Kljub težavam v šoli in še posebej pri športu imajo močna področja: komunikacijske sposobnosti, obvladovanje bralnih veščin, dobro logično sklepanje pri matematiki idr. V prispevku ponujamo nekaj strategij pomoči za starše in učitelje različnih strok z upanjem, da bo učencem s to skrito motnjo v šoli lažje in lepše.

Kot pedagogi moramo učencu nuditi sistematično pomoč, ki po eni strani vključuje prilagajanje šolskega dela in okolja, po drugi strani pa tudi različne strategije pomoči, pripomočke in vaje. Iz dneva v dan naj se strategije in načini prilagoditev učencem vse bolj izboljšujejo, spodbujajmo jih v območju bližnjega razvoja. Na tem mestu pa je treba dati velik poudarek tudi tehniki, ki s svojim hitrim razvojem daje možnost, da je otrokom z RMK bistveno lažje.

### **Literatura**

American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*, 5<sup>th</sup> Edition. Washington, D. C.: American Psychiatric Publishing.

Blank, R., Smits - Engelsman, B., Polatajko, H., & Wilson, P. H. (2012). European Academy for Childhood Disability (EACD): Recommendations on the definition, diagnosis and intervention of developmental coordination disorder (long version). *Developmental Medicine & Child Neurology*, 54, 54–93.

Campello, A. M., Rocha, P. R. H., & Pellegrini, A. M. (2013). Virtual reality in an intervention program for children with developmental coordination disorder. *Brazilian Journal of Motor Behavior*, 7(Suppl.), 44.

Đorđić, V., & Tubić, T. (2010). Razvojni poremečaj koordinacije: više od nespretnosti. *Engrami*, 32(1–2), 67–79.

Gamser, A. (2011). Strategije in oblike pomoči učencem z dispraksijo. V M. Košak Babuder & M. Velikonja (ur.), *Učenci z učnimi težavami. Pomoč in podpora* (str. 211–224). Ljubljana: Pedagoška fakulteta.



- Hill, E. L. (2013). *Nintendo Wii shown to benefit children with dyspraxia*. [Video]. Pridobljeno s strani [http://www.youtube.com/watch?v=UVoCqT\\_W18U](http://www.youtube.com/watch?v=UVoCqT_W18U)
- Kadesjö, B., & Gillberg, C. (1998). Attention deficits and clumsiness in Swedish seven-year-old children. *Developmental Medicine and Child Neurology*, 40, 796–804.
- Kavkler, M. (2002). Vključevanje otrok in mladostnikov z dispraksijo. V N. Končnik Goršič & M. Kavkler (ur.), *Specifične učne težave otrok in mladostnikov* (str. 173–191). Ljubljana: Svetovalni center za otroke, mladostnike in starše.
- Kavkler, M. (2003). Dispraksija – malo znana specifična učna težava. V M. Stabej (ur.), *Prvi slovenski kongres logopedov z mednarodno udeležbo: logopedija za vsa življenjska obdobja* (str. 48–51). Ljubljana: Zavod za gluhe in naglušne Ljubljana.
- Kirby, A., & Drew, S. (2003). *Guide to Dyspraxia and Developmental Coordination Disorders*. New York: David Fulton Publishers.
- Košak Babuder, M. (2007). Neverbalne specifične učne težave – prilagoditve in strategije poučevanja pri vzgojnih predmetih. V G. Reid, M. Kavkler, S. G. Viola, M. Košak Babuder, & L. Magajna (ur.), *Učenci s specifičnimi težavami: skriti primanjkljaji – skriti zakladi* (str. 149–166). Ljubljana: Društvo Bravo.
- Kremžar, B. (1978). *Telesna vzgoja gibalno motenih otrok*. Ljubljana: Državna založba Slovenije.
- Kremžar, B., & Petelin, M. (2001). *Otrokovo gibalno vedenje*. Ljubljana: Društvo za motopedagogiko in psihomotoriko.
- Ozbič, M. (2006). Prepoznavanje razvojne dispraksije in pomoč otrokom z dispraksijo. V M. Kavkler et al. (ur.), *Druga mednarodna konferenca o specifičnih učnih težavah v Sloveniji* (str. 96–102). Ljubljana: Društvo Bravo.
- Terčon, J. (2013). Pojavnost in razlike med spoloma pri petletnikih s sumom na razvojno motnjo koordinacije. *Bilten Bravo*, 10(19), 22–32.
- Terčon, J., Lindav, K., & Obreza, U. (2013). Aktivnosti za spodbujanje motorike in zaznavanja pri predšolskih otrocih. *Bilten Bravo*, 9(18), 43–51.
- Tušak, M., Tušak, M., & Tušak, M. (2003). *Vloga družine in staršev v športu*. Zalog: Klub M. T.