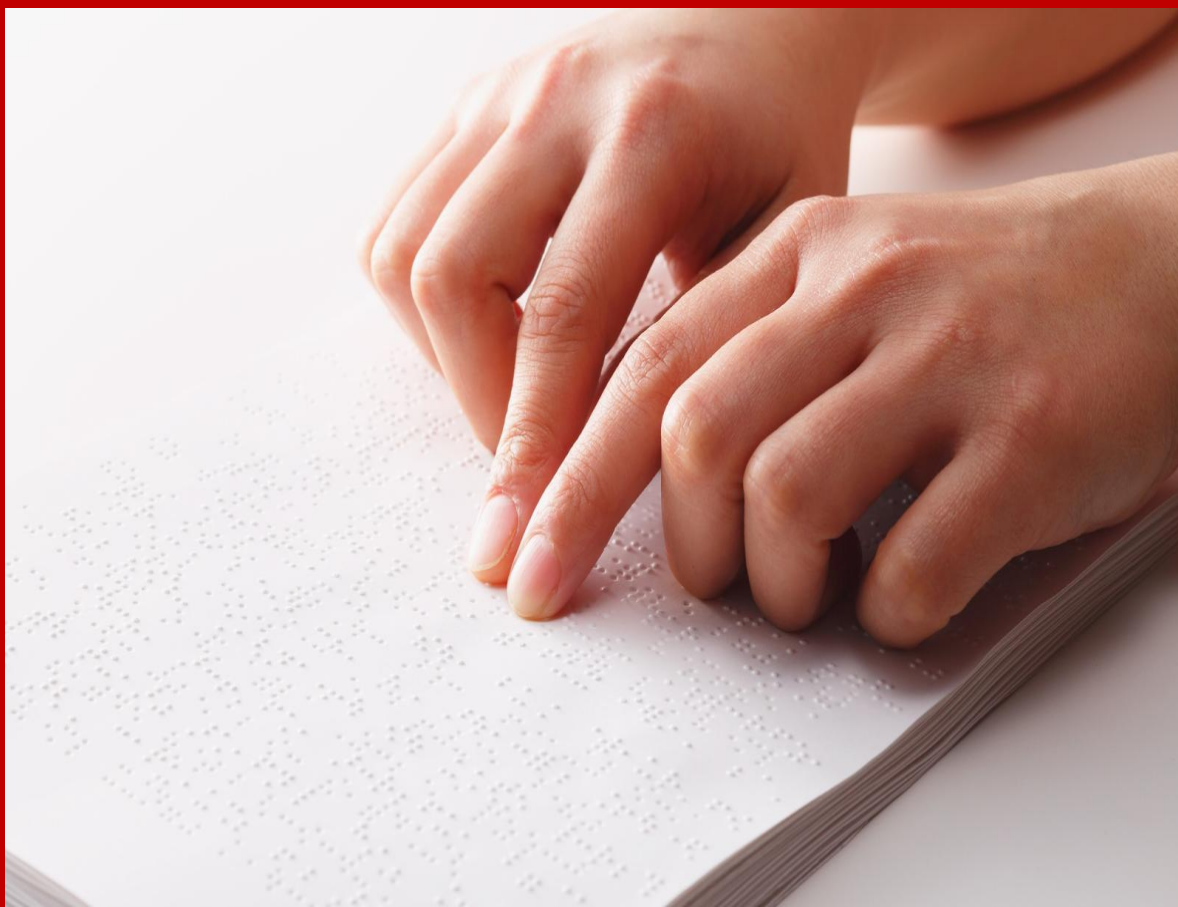




Odporúčania pre plynulé čítanie Braillovho písma 2025



The voice of blind and partially sighted people in Europe

1. Úvod

Plynulosť čítania v Braillovom písme je základom plnohodnotnej gramotnosti pre nevidiacich a ľudí s ťažkým zrakovým postihnutím. Čitatelia, ktorí v braili plynulo čítajú, majú efektívny prístup k informáciám, môžu si čítanie užívať pre potešenie a rovnako sa podieľať na vzdelávaní, zamestnaní a kultúre. Napriek svojej kľúčovej úlohe sa však plynulosť čítania v Braillovom písme vo výučbe a rehabilitácii často podceňuje, pričom rýchlosť čítania a hmatový komfort sa medzi čitateľmi výrazne líšia.

Tieto odporúčania pre plynulé čítanie Braillovho písma boli vypracované pod záštitou Európskej únie nevidiacich (EBU) na základe zistení štúdie pracovnej skupiny EBU pre Braillovo písmo o rýchlosti a plynulosti čítania Braillovho písma (2024). Cieľom týchto odporúčaní je premeniť vedecké poznatky a praktické skúsenosti na jasné a použiteľné usmernenia, ktoré podporujú tak študentov, ako aj učiteľov a inštruktorov Braillovho písma.

Základom týchto odporúčaní je rastúci počet medzinárodných výskumov, ktoré potvrdzujú, že plynulosť v čítaní Braillovho písma sa dá naučiť, precvičovať a posilňovať po celý život. Štúdie, ako napríklad Stanfa & Johnson (2015), „Zlepšovanie plynulosti čítania Braillovho písma: Most k porozumeniu“, ukazujú, že zvýšenie rýchlosti čítania priamo zlepšuje porozumenie a motiváciu. Vzdelávacie prístupy, ako je Swensonova metóda „Flying Fingers“, zdôrazňujú dôležitosť včasného a zaujímavého tréningu plynulosti pre začínajúcich čitateľov, zatiaľ čo zdroje Americkej nadácie pre nevidiacich (AFB) kladú dôraz na fyzické a kognitívne stratégie, ako je poloha rúk, jemný dotyk a mentálna schopnosť predvídania.

Zo všetkých týchto pohľadov vyplýva jeden jasný princíp: plynulosť rastie z praxe, rozmanitosti, motivácie a uvedomelej techniky.

Tieto odporúčania preto poskytujú desať kľúčových stratégií na rozvoj plynulého čítania Braillovho písma – od tréningu hmatových zručností a ergonomickej prípravy až po mentálne a motivačné prístupy. Každé odporúčanie je navrhnuté tak, aby bolo praktické, prispôsobiteľné a inkluzívne pre čitateľov všetkých vekových kategórií a úrovní. Tieto odporúčania boli navrhnuté tak, aby boli nezávislé od jazyka, so

zameraním na univerzálne hmatové a kognitívne princípy plynulého čítania Braillovho písma, skôr než na špecifické jazykové vzory.

Cieľová skupina zahŕňa:

- deti a dospelých, ktorí sa učia Braillovo písmo
- učiteľov a rehabilitačných špecialistov
- Rodičov a rovesníkov
- Tvorcov politik a zástancov

Nasledujúce časti spájajú poznatky založené na výskume, pedagogických skúsenostiach a názoroch skúsených čitateľov Braillovho písma z celej Európy. Spolu tvoria praktického sprievodcu, ako urobiť čítanie Braillovho písma nielen rýchlejším a presnejším, ale aj príjemnejším a trvalejším – zručnosťou pre celoživotnú nezávislosť.

2. Porozumenie plynulosti čítania Braillovho písma

Plynulosť čítania v Braillovom písme sa týka schopnosti čítať plynulo, presne a s primeranou rýchlosťou a porozumením. Predstavuje integráciu hmatového vnímania, motorickej koordinácie, jazykového porozumenia a kognitívnej predikcie.

Na rozdiel od čítania tlačeneho textu, ktoré sa spolieha predovšetkým na vizuálny vnem, čítanie Braillovho písma závisí od aktívneho hmatového skúmania. Každá bunka musí byť rozpoznaná hmatom a preložená do jazykového významu prostredníctvom krátkodobej pamäti a kontextu. Tento multisenzorický proces vysvetľuje, prečo rozvoj plynulosti vyžaduje čas a prax.

Výskum (EBU, 2024; Stanfa & Johnson, 2015) naznačuje, že hmatové čítanie zahŕňa koordináciu viacerých perцепčných a kognitívnych systémov: prsty fungujú ako senzory, ruky ako navigátory a mozog ako tlmočník. Efektívni čitatelia sa naučia minimalizovať zbytočné pohyby rúk, predvídať slovné vzory a udržiavať rytmus čítania, ktorý podporuje porozumenie.

Deti si plynulosť zvyčajne osvojujú postupne, ako sa rozširuje ich hmatová citlivosť a slovná zásoba, zatiaľ čo dospelí, ktorí sa Braillovo písmo učia neskôr v živote, môžu čeliť výzvam súvisiacim s citlivosťou a rýchlosťou, čo však často kompenzujú vyššou kognitívnou prediktívnou schopnosťou a jazykovými zručnosťami.



3. Kľúčové stratégie na rozvoj plynulosti

3.1 Čítajte čo najviac

Prax je najúčinnnejšou metódou na zlepšenie. Aj keď sa čítanie spočiatku zdá pomalé, časté čítanie buduje svalovú pamäť a sebavedomie. Vyhradte si každý deň čas na čítanie a postupne ho predlžujte.

3.2 Dotýkajte sa jemne

Jemný dotyk zlepšuje citlivosť a znižuje únavu. Vyhnite sa príliš silnému tlaku na bodky, pretože to spomaľuje rozpoznávanie a môže namáhať vaše ruky.

3.3 Pripravte seba aj prostredie

Pred čítaním si zahrejte ruky, uistite sa, že sú čisté a suché, a zabezpečte stabilný povrch na čítanie. Sedte s vystretým chrbtom a uvoľnenými rukami.

Poloha rúk a prstov tiež zohráva kľúčovú úlohu v plynulosti. Udržujte zápästia uvoľnené a predlaktia takmer rovnobežné s povrchom na čítanie. Prsty by mali byť mierne ohnuté a prirodzene spočívať na brailovom riadku.

S bodkami by mali prichádzať do kontaktu brušká ukazováka a prostredníka – nie samotné špičky prstov. To poskytuje väčšiu plochu hmatového vnímania a znižuje namáhanie jednotlivých končekov prstov.

Jemný pohyb dopredu s minimálnym tlakom pomáha zachovať citlivosť a zabraňuje únave. Niektorým čitateľom sa ľahšie drží ruky v miernom uhle, ako v dokonalej kolmici k riadkom, čo umožňuje plynulejšie prechody medzi bunkami a riadkami.

3.4 Trénujte svoje hmatové zručnosti

Používajte končeky prstov na objavovanie hmatových grafík, textúr a hier. Venujte sa hmatovým cvičeniam, ako je sledovanie riadkov, identifikácia vystupujúcich vzorov alebo rozlišovanie jemných rozdielov medzi materiálmi.

3.5 Používajte obe ruky a viacero prstov

Úspešní čitatelia Braillovho písma plne využívajú obe ruky, aby si udržali plynulý a nepretržitý pohyb po stránke. Cieľom je minimalizovať pauzy medzi riadkami a udržať rovnomerný rytmus čítania.

Skúsení čitatelia zvyčajne používajú ľavú ruku na začatie ďalšieho riadka, zatiaľ čo pravá ruka dokončuje aktuálny riadok – táto koordinácia sa niekedy označuje ako „nožnicová technika“. Táto metóda pomáha udržiavať pohyb vpred a zabraňuje malým prerušeniam, ktoré nastávajú, keď sa ruky pohybujú spoločne od konca jedného riadka k začiatku ďalšieho.

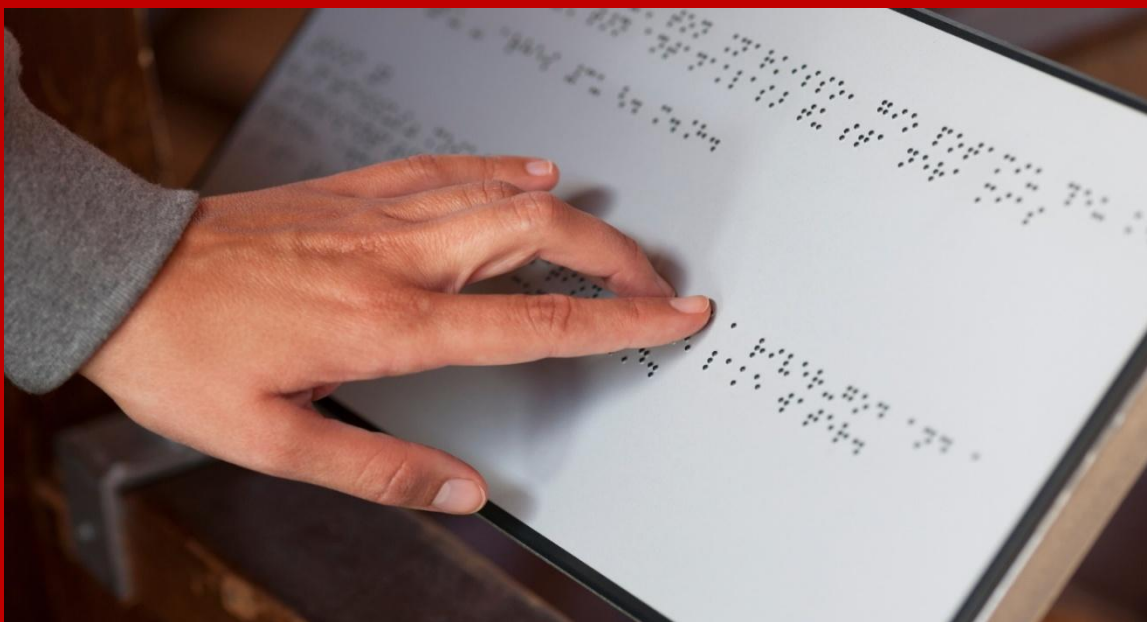
Okrem toho plynulí čitatelia často používajú štyri alebo dokonca šesť prstov, namiesto toho, aby sa spoliehali len na ukazováky. Ďalšie prsty slúžia na predbežné prečítanie nasledujúceho textu, na kontrolu zarovnania alebo na udržanie priestorovej orientácie na strane.

Výskum zhrnutý v knihe *Flying Fingers* (Swenson, *Paths to Literacy*) a podporený článkom AFB American Way o produktivite Braillovho písma ukazuje, že čítanie viacerými prstami podporuje hmatové predvídanie – schopnosť vnímať nasledujúce brailové bunky skôr, ako sú vedome interpretované.

Rozvoj tejto zručnosti si vyžaduje postupné cvičenie. Začnite tým, že si prostredníky jemne priložíte k ukazovákovi a necháte ich „sledovať“ pohyb. Postupom času im prenechajte časť úlohy čítania. Cieľom nie je len rýchlosť, ale plynulejší, rytmickejší pohyb oboch rúk.

Praktická rada: Skúste čítať jednoduché, opakujúce sa texty súčasne oboma rukami. Sústreďte sa skôr na plynulosť pohybu ako na rýchlosť – plynulosť sa začína rytmom, nie rýchlosťou.

3.6 Čítajte Braillovo písmo vytlačené na rôznych materiáloch



Zoznámte sa s rôznymi štýlmi písania – knihy, noviny a časopisy, krátke štítky, výpisy z bankových účtov a účty za služby – ako aj s Braillovým písmom napísaným na rôznych povrchoch – papierové knihy, plastové štítky alebo označenia a brailové riadky. Čítanie rôznorodého obsahu a typov bodiek zvyšuje flexibilitu a prispôsobivosť.

3.7 Čítajte mozgom

Využívajte kognitívne stratégie, ako je predvídanie slov z kontextu, zoskupovanie fráz do zmysluplných celkov a predvídanie toku viet. Takáto mentálna aktivita súčasne zvyšuje rýchlosť a porozumenie. Ako budete napredovať, skúste vnímať brailové bunky nielen ako jednotlivé znaky, ale ako známe hmatové vzory reprezentujúce časti slov alebo celé slová. Vnímanie týchto konfigurácií ako celistvých tvarov – namiesto sekvencie bodiek – pomáha vášmu mozgu spracovávať text rýchlejšie a intuitívnejšie.

3.8 Čítajte s ostatnými

Zúčastňujte sa na spoločnom alebo vedenom čítaní nahlas. Čítajte nahlas viacerým ľuďom alebo jednému partnerovi, ktorý vám poskytuje spätnú väzbu. Veľmi efektívne môže byť aj čítanie v synchronizácii – synchronizácia vášho tempa čítania s nahrávkou.

3.9 Súper te so svojou rýchlosťou

Občas čítajte rýchlejšie, ako je pre vás pohodlné. Aj keď vám niektoré slová uniknú, toto cvičenie trénuje vaše hmatové rozpoznávanie a zvyšuje celkovú rýchlosť.

3.10 Čítajte to, čo máte radi

Motivácia podporuje učenie. Vyberajte si texty, ktoré vás bavia a ktoré vám po krátkych lekciách dodávajú pocit úspechu. Myslíte na to, že každý riadok, ktorý prečítate samostatne, je úspechom, na ktorý môžete byť hrdí.



4. Pre učiteľov a školiteľov

Učitelia a rehabilitační odborníci zohrávajú kľúčovú úlohu pri rozvíjaní plynulosti čítania Braillovho písma. Výučba by mala byť individualizovaná a prostredníctvom zaujímavých aktivít by mala klásť dôraz na presnosť aj rýchlosť. Pravidelné hodnotenie, pozitívna spätná väzba a motivačné posilňovanie pomáhajú študentom dosahovať stabilný pokrok. Podporovanie sebakontroly a reflexie môže čitateľom pomôcť uvedomiť si vlastné zlepšenie.

5. Záver

Plynulé čítanie v Braillovom písme je nielen technickou zručnosťou, ale aj formou osobnostného rastu. Viaže hmatové, kognitívne a emocionálne zapojenie s písaným slovom. Pravidelným cvičením, diverzifikáciou

čitateľských materiálov a podporou motivácie môže každý čitateľ Braillovho písma získať väčšiu sebadôveru a radosť z čítania.

Ako ukazujú tieto odporúčania, plynulosť nie je pevne daná schopnosť, ale neustála cesta – cesta, ktorá otvára dvere k vedomostiam, ku komunikácii a k nezávislosti.

6. Referencie a ďalšie čítanie

- European Blind Union (2024). Study on Braille Reading Speed and Fluency.
- Stanfa, K. & Johnson, N. (2015). Improving Braille Reading Fluency: The Bridge to Comprehension. *Journal of Blindness Innovation and Research*, Vol. 5, No. 2.
- Swenson, A. (n.d.). Flying Fingers: Fluency Instruction for Beginning Braille Readers. *Paths to Literacy*.
- American Foundation for the Blind (2022). Supercharge Your Braille Reading for Pleasure and Productivity.

7. Upozornenie

Obrázok na titulnej strane, dekoratívne vzory a obrázky boli získané prostredníctvom Canva.com.

Spolufinancované Európskou úniou. Vyjadrené názory a stanoviská sú však výlučne názormi autora (autorov) a nemusia nevyhnutne odzrkadľovať názory Európskej komisie a európskych agentúr. Európska komisia ani európske agentúry za ne nenesú zodpovednosť.



**Spolufinancovaný
Európskou úniou**