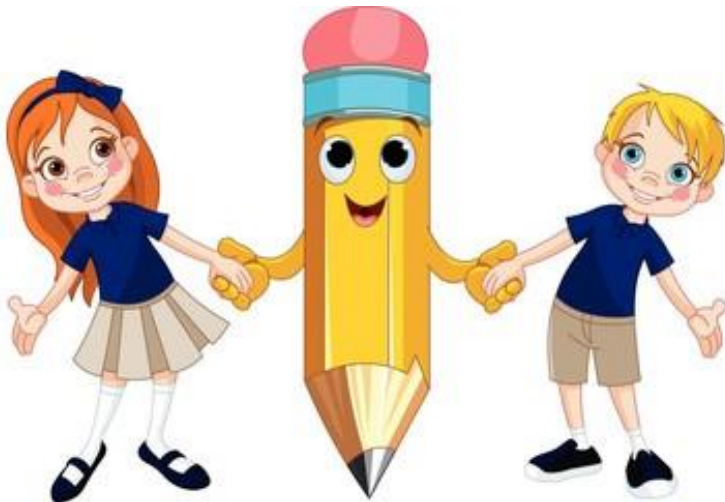




# ROZVÍJAME GRAFOMOTORIKU DEŤÍ

Spracovala Mgr. Jarmila Hlavatá, CPPPaP Martin.



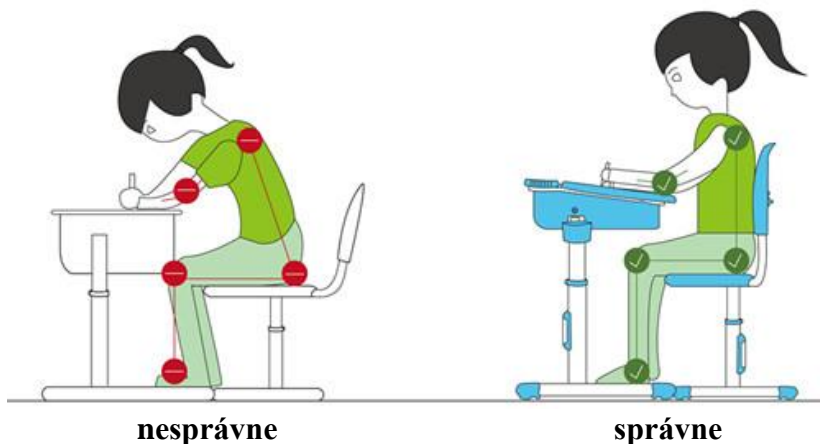
Vedci dokázali, že vývoj ruky je úzko spojený s rozvojom reči a myslenia dieťaťa. Úroveň rozvoja jemných motorických schopností je jedným z ukazovateľov intelektuálnej pripravenosti na školskú dochádzku. Dieťa, ktoré má vysokú úroveň rozvoja jemných motorických schopností, je zvyčajne schopné logicky uvažovať, má dostatočne rozvinutú pamäť, pozornosť, súvislú reč. Nepripravenosť na písanie dieťaťa môže viesť k negatívnemu postojú k škole, do úzkostného stavu dieťaťa v škole na vyučovaní.

Jednými zo základných podmienok pre správne, pohodové písanie, je naučiť deti správne držať písaciu potrebu, správne sedieť pri písaní (i čítaní), mať správny sklon zošita, do ktorého dieťa píše.

## Správny sklon zošita a správne držanie pera



## Sedenie pri písaní



(obr. zdroj. internet)

Už v predškolskom veku veľmi dôležité vyvinúť mechanizmy potrebné na zvládnutie písania, vytvoriť podmienky pre dieťa, aby akumulovalo motorické skúsenosti a rozvíjalo manuálne zručnosti.

## Pre úspešné zvládnutie kreslenia a následného písania je potrebné rozvíjať:

**Hrubú motoriku rúk** – pohyby veľkých kĺbov (rameno, lakeť, zápästie).

Vhodné cvičenia:

- lezenie (po štyroch, na rebrinách, na preliezačkách ...)
- hádzanie a chytanie lopty
- skákanie cez švihadlo
- bicyklovanie
- rôzne cvičenia v telocvični
- rôzne aktivity spojené s pomocou v domácnosti (vysávanie, zametanie, ...)

**Jemnú motoriku** – pohyby prstov.

Vhodné cvičenia:

- modelovanie, skladanie kociek, vkladanie rôznych priestorových tvarov do príslušných otvorov
- premiestňovanie najskôr väčších predmetov (kocky, diely stavebníc ...), a neskôr drobných predmetov
- navliekanie korálok
- vkladanie fazule či iných drobných predmetov do hrdla fľaše
- strihanie a trhanie, skladanie, lepenie a stláčanie papiera
- obliekanie bábik
- montovanie rôznych stavebníc
- hra s prstami, hranie na hudobný nástroj – klavír, flauta...
- dierkovanie papiera dierovačom
- vypichovanie obrázkov ihlou, ihlicou do papiera
- vtlačanie obrázkov do alobalu alebo polystyrénovej tácky od jedla
- vypichovanie dierkových obrázkov pomocou špagle do plastelíny
- modelovanie, stláčanie a hnetenie plastelíny
- vyrábanie misiek a figúrok z modelovacej hmoty alebo hrnčiarskej hliny
- bodkované maľovanie pomocou vatových tyčínok namočených do farby
- odlepovanie a nalepovanie nálepiek
- robenie uzlíkov na šnúrke alebo špagáte
- skladanie mozaiky
- maľovanie so štetcom
- vyšívanie na pevný podklad
- skladanie origami
- spájanie očiek do reťaze
- vytváranie geometrických obrazcov pomocou gumičiek na geodoske
- pomocou v domácnosti:
  - čistenie zeleniny
  - krájanie banánu na kolieska
  - šúpanie uvareného vajíčka
  - osievanie múky
  - mletie ručným mlynčekom
  - vykrajovanie koláčikov z cesta pomocou formičiek

- miesenie cesta, valkanie cesta valčekom
- triedenie strukovín (napr. fazule od šošovice a pod.)
- naberaanie surovín pomocou lyžice či naberačky
- presýpanie surovín z jednej nádoby do druhej
- ručné vytlačanie šťavy z citrusových plodov
- skrutkovanie skrutiek
- zamykanie a odomykanie dverí
- otváranie rôznych typov vrchnáčkov na fľašiach, zubnej paste a pod.
- štipcovanie bielizne na šnúru
- motanie klobiek vlny
- pukanie bublinkovej fólie
- žmýkanie špongie
- zapínanie gombíkov na oblečení
- zatváranie zipsových sáčkov, atď.

**Zrakové vnímanie** – ide o vnímanie obrazu ako celku, ale aj detailov, zhôd a rozdielov - v oblasti zraku a pohybu ruky postupne dochádza k ich súhre = vizuomotorickej koordinácii.

Vhodné cvičenia:

- skladanie obrázkov z farebných kociek, puzzlov
- postrehovaním detailov v ilustráciách pri spoločnom čítaní
- rôznymi cvičeniami a obrázkami (porovnaj obrázky a nájdi rozdiely, čo do radu nepatrí ...) atď.

**Kreslenie**

Vhodné cvičenia:

- dekoratívna kresba - kresba ozdoby, vzoru
- vyfarbovanie
- šrafovanie – po obryse, do hotových šablón s obrázkami objektov
- kreslenie geometrických tvarov
- úlohy na skicovanie detailov, objektov, prírody
- cvičenia v maľovaní - vytváranie vlastného obrazu, podľa reality deja a detailov
- úlohy na reprodukciu figúr.

Napokon je možné prejsť k aktivitám priamo smerujúcim k **písaniu**.

Napríklad:

- riešenie labyrintov a bludísk
- obkresľovanie pomocou šablón
- spájanie bodiek do obrázka
- kreslenie kruhov, čiar, oblúkov
- tvarovanie písmen zo šúľku plastelíny
- obťahovanie tvarov písmen prstom
- písanie husacím pierkom alebo tenkým drevkom do piesku či krupice.

Ďalej podporujeme aktivity, kedy je rozvíjaná **pamäť**, **predstavivosť** i **pozornosť**.

S rozvojom grafomotoriky je potrebné skvalitňovať **rečové znalosti** dieťaťa.