

Rozvoj grafomotoriky u dětí předškolního věku

středa 15. června 2022

Oblast grafomotoriky je bezpochyby jednou z dalších důležitých oblastí, které bychom měli rozvíjet u dítěte v předškolním věku. Protože správně zvládnutý rozvoj grafomotoriky je klíčovým faktorem ve zvládnutí budoucího nácvičku písma ve škole.

Pod nácvičkem grafomotoriky si většina z nás představí vyplňování pracovních listů s různými grafomotorickými prvky, což je určitě správný způsob, ale je dobré vědět, že oblast grafomotoriky je mnohem širší a velmi důležité jsou zejména kroky, které je potřeba zvládnout předtím, než začneme tyto pracovní listy vyplňovat.

Co to vlastně grafomotorika je?

Grafomotorika je soubor psychomotorických činností, které jsou vykonávány při psaní a kreslení. Při psaní je potřeba vykonávat účelné pohyby, které jsou založeny na koordinaci oka – ruka. Vývoj grafomotoriky může být ovlivněn zrakovým vnímáním, rozumovými schopnostmi, senzomotorickou koordinací nebo pozorností. Rozvoj grafomotoriky souvisí s rozvojem jemné a hrubé motoriky. Hrubou motorikou se rozumí celková obratnost těla. Jemná motorika je pohyb ruky, uchopení a manipulace s drobnými předměty.

Každý by měl mít na paměti, že **grafomotorický vývoj dítěte je individuální záležitostí** a neprobíhá ve všech svých oblastech stejnoměrně. Vždy je potřeba přihlídnout k jednotlivým schopnostem a možnostem dítěte.



Vývoj grafomotoriky z hlediska věku dítěte

1 – 2 roky

U dítěte se objevují první, spíše náhodné zkušenosti s kreslením. Úchop je dlaňový s palcem nahoře, nebo dole. Tužku dítě drží až křečovitě, pohybuje celou rukou a pohyb vychází z ramene.

2 – 3 roky

Tužku dítě uchopuje již třemi prsty, někdy přidává čtvrtý prst na podepření. Pohyby při kreslení jsou více koordinované. Dítě se začíná učit kreslit na omezenou plochu papíru.

3 – 4 roky

Při kreslení začínají pravidelné kontinuální pohyby. U dítěte nastává zlepšení v plynulosti pohybů a tužku drží v prstech.

4 – 5 let

Dítě si vytváří špetkový úchop, který je nutný pro psaní a je součástí školní zralosti. Měl by se objevit nejpozději v pěti letech, aby se mohl začít fixovat.

5 – 7 let

Dítě by mělo dokázat držet tužku pevně ve třech prstech, ale netlačit na ní. Dítě by mělo být schopné vyhovět požadavkům školy na kvalitu písemného projevu. Před nástupem do školy je špetkový úchop již fixovaný.

Než začneme psát

Na začátku, než se pustíme do zkoušení konkrétních grafomotorických prvků, je důležité si připomenout, co to vlastně grafomotorika je, a co všechno v životě dítěte ovlivňuje její správný vývoj.

Pod pojmem grafomotorika si můžeme představit jakousi činnost, kterou vykonáváme při psaní či kreslení. Jedná se o činnost, která není vůbec jednoduchá, zapojuje se při ní mnoho činitelů, které ji ovlivňují, například pohyb ruky, spolupráce oka a ruky, prostorová orientace, pozornost, ale také psychické funkce jako je myšlení, vnímání či paměť. Obecně lze říct, že než se dítě dostane do stavu, kdy by mělo procvičovat konkrétní grafomotorické prvky, musí zvládnout spoustu úkonů předtím.

Vývoj grafomotoriky obecně souvisí se správným zvládnutím hrubé a jemné motoriky. Než se pustíme do vyplňování grafomotorických cvičení, měli bychom s dítětem nejprve procvičovat a snažit se co nejvíce rozvinout jeho pohybové, smyslové a rozumové funkce, které jsou základním stavebním kamenem pro psaní.

Jakmile vidíme, že dítě ovládá oblast hrubé a jemné motoriky a taky jsme určili laterální ruku, můžeme se pustit do dalších kroků.

Nyní se můžeme pustit do konkrétních grafomotorických prvků podle posloupnosti. Než vezmeme papír, tužku a posadíme se ke stolečku, čeká nás ještě spousta práce.

Nejllepší způsob, jak začít s nácviem konkrétního grafomotorického prvku je následující postup.

Svislá plocha

Vezmeme velký formát papíru, nejlépe formát A3 či větší, čím větší, tím lepší a přilepíme ho například na dveře, či zeď = svislá plocha. Dítě si stoupne k ploše a začne trénovat konkrétní grafomotorický cvik. Tímto způsobem zajistíme důležitý fakt, kdy je potřeba aby pohyb ruky dítěte vycházel z ramena, ruka je tak uvolněná a dítě si může správně nacvičit a zafixovat daný pohyb. Jako první začínáme volným čmáráním.

Vodorovná plocha

Další krok je vodorovná plocha. To znamená, že vezeme stejný formát papíru, ale tentokrát ho položíme na stůl a dítě si trénuje polohu, v které poté bude psát běžně do sešitu.

Zajímavou obměnou může být například psaní na chodník, či do písku nebo mouky, buď s využitím klacíku nebo prstem. Děti tyto činnosti velmi baví a procvičí si tak konkrétní cvik zábavnou formou.

Tento postup je vhodné volit u nácviu všech grafomotorických prvků, od nácviu volného čmárání, přes čáry, kličky, oblouky až po spojování bodů!



Nyní se můžeme přesunout ke stolečku

Teprve poté, až procvičíme výše zmíněné varianty, můžeme se přesunout na židli, položit klasický formát papíru A4 na stůl a připravit se na psaní, kde je kromě menšího formátu papíru celá ruka položena na podložce a my musíme vynaložit úsilí, při jejím posunutí. Dítě by mělo mít dostatečně uvolněné tělo, mělo by umět vnímat a ovládat napětí a jednotlivé svaly. Měli bychom zkontrolovat, zda dítě správně vzpřímeně sedí a zda drží správně tužku. Důležitá je

také pohyblivost prstů ruky, schopnost koordinace (zapojení obou polovin těla současně, ale také umět vykonat každou rukou jinou činnost) a vizuomotorická koordinace (souhra oko–ruka).

Nastal čas vzít do ruky grafomotorické pracovní listy

Nyní už se můžeme pustit do nácviku jednotlivých grafomotorických prvků, které nalezneme v nejrůznějších grafomotorických sešitech a příručkách. Vždy, bychom měli myslet na to, že každé dítě je individuální osobnost, která potřebuje trochu jiný přístup a jiné množství času, proto bychom měli být trpěliví a snažit se být dětem nápomocni.

Nácvik grafomotorických prvků se snažme udělat něčím zajímavým, vhodné je využít například různá cvičení na procvičení hrubé motoriky nebo jednotlivá cvičení doplnit o zajímavé obrázky či dokonce básničky, tak aby daná činnost byla pro dítě co nejvíce zajímavá.

Napsala: Bc. Zuzana Vítová