

Grafomotorika před školou

Příprava na správné psaní začíná mnohem dříve než v předškolním období. Prevence špatných návyků a nácvik grafomotorických dovedností začíná již u malých dětí. Když děti učíme, jak mají navlékat korálky, a tvoříme s nimi „sypané“ obrázky, tvoříme základ pro správné psaní.

V naší mateřské škole pozorujeme, že postupně přibývá dětí, které tužku nebo pastelku drží špatně. Proto jsme ve spolupráci s PPP Žďár nad Sázavou vytvořili již před několika lety projekt nazvaný *Grafomotorika před školou*; má podobu desetidenního kurzu nápravy vadného držení psacího náčiní. Vycházeli jsme při tom z poznatků PhDr. Ivetty Heyrovské, naší přední odbornice na tuto problematiku. Prvky tohoto projektu (cviky k uvolňování kloubů ruky, přebírání korálků a jejich vsypání do láhve s úzkým hrdlem, kde děti musí vytvořit z palce, ukazováku a prostředníku špetku) zařazujeme do běžné výchovně-vzdělávací práce naší mateřské školy. Programu se účastní také rodiče, kteří pak s dítětem cvičí i doma.

Diagnostika je podstatná

Abychom mohli rozpoznat, že by dítě mohlo mít potíže s nácvikem psaní, musíme děti dobře pozorovat a poznat. Signálem může být to, že dítě nechce kreslit, vybarvovat omalovánky, malovat, stříhat, a pokud k této činnosti přistoupí, mnohdy jsou jeho výsledky nápadně odlišné od toho, co vytvářejí jeho vrstevníci. Sledujeme také, jak dítě drží tužku nebo pastelku – pokud ji nedrží třemi prsty, ale v celé dlani, čtyřmi a někdy i pěti prsty, prolamuje prsty, hodně tlačí, drží tužku tak nízko, že nevidí na špičku, případně si stěžuje na bolest ruky při kreslení, měli bychom také začít s přípravou na správné psaní. U některých dětí lze pozorovat i nešikovnost při dalších činnostech, které s jemnou motorikou souvisí, dítě má třeba obtíže se zapínáním knoflíků a zipů, dělá mu problém jíst lžiči.

Proto se snažíme dětem pomoci překonat problém s držním tužky (a toto naučí také jejich rodiče), ukazujeme rodičům různé typy a triky při nácviku správného držení tužky a pera. Seznamujeme děti i rodiče se cviky na uvolnění celé paže, na koordinaci práce oka a ruky i na posílení jemných svalů prstů. Ukazujeme jim, jak se tužka správně drží, který úchop je zcela nevhodující a dítě se při něm bude skutečně trápit. Všechny úkony je třeba zautomatizovat, aby byly pro dítě přirozené.

Program začíná podpůrnými cviky v různých polohách a s různými pomůckami, které slouží k uvolnění velkých kloubů rukou (rameno – loket – zápěstí) a celého těla. Pokračujeme s grafomotorickými cviky. Dítě při nich stojí a má rozkročené nohy. Houbičkou, korkovou zátkou nebo křídou maluje nebo kreslí velké uvolňovací tvary. Až když tuto fázi zvládne, začne pracovat u stolečku. Nečeká ho ale hned psaní; dítě skládá puzzle, přebírá drobné předměty a korálky a přitom si upevňuje správný úchop třemi prsty. Po zvládnutí všech těchto podpůrných cvičení se přechází na pracovní listy, kde se používají tužky a pastelky. Velice důležitá je i volba psacího náčiní, nejvhodnější jsou trojhranné pastelky a tužky, a to silnější, které dítěti nevypadávají z ruky. Všechny cviky je vhodné motivovat říkankou či básničkou, děti si je lépe zapamatují. K dalším podpůrným prvkům patří také mačkání papírových kuliček, přebírání a třídění korálků, jejich vsypání do láhve s úzkým hrdlem, trhání papíru, ale také uštipování těsta a plastelíny nebo kreslení v písku či mouce.

Dětem se daří

O tom, že se program osvědčuje, svědčí zpětná vazba ze základní školy, kam děti přecházejí; učitelé referují, že „naše“ děti nemívají obtíže s držním psacího náčiní. Je to pro nás velmi důležitá a utvrzuje nás to, že i když to někdy není jednoduché, děláme správnou věc. Pokud se nezačne závčas s nápravou, děti mívají v 1. třídě velké problémy se psaním, které se pak ještě prohlubují. Dítě se soustředí na to, „jak“ píše, a ne na to, „co“ píše. Ve velké většině případů jsou problémy se psaním spojené s vadnou výslovností, protože jemná motorika se týká jak drobného svalstva rukou, tak mluvidel. Pomáhají nám také dětská portfolia. Každé dítě má své desky, do kterých ukládáme pracovní listy; díky tomu můžeme sledovat jejich vývoj a pokroky.

Jana Krejčová
MŠ Masarykovo náměstí, Velká Bíteš
Obrázek namaloval Vojta Koula,
ZŠ Generála Klapálka, Kralupy nad Vltavou.

Nenech smysly zahálet!

Svět, který je kolem nás, i sebe sama vnímáme pomocí smyslů. Díky podnětům zvnějšku se postupně učíme mluvit, chodit, poznáváme příjemné i nepříjemné stránky života.

Už malé dítě (dokonce již v prenatálním období) vnímá, když se někdo nebo něco dotýká jeho těla. Postupně se naučí vnímat chvění, vibrace i změny polohy. K tomu se přidává vnímání zrakové i sluchové a pocho-pitelně také čichové a chuťové. Díky funkčním smyslům člověk dokáže „propojit duši s tělem“, naučí se vyjadřovat své pocity a reagovat na různé podněty.

Smyslová výchova patří také do „repertoáru“ výchovné práce v mateřské škole. *Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání* řadí smyslové a psychomotorické hry mezi vzdělávací nabídku a doporučuje, aby se učitelé věnovali „smyslové kultivaci“. Malým předškolákům bude určitě blízká forma her.

Co to slyším, co to vidím?

Zvukových a zrakových podnětů je kolem nás bezpočet. Ovšem při rozvíjení zraku a sluchu se nesmíme spoléhat pouze na kvantitu. Aby děti ze stimulů, které je obklopují, „něco měly“, musíme je učit, jak s nimi pracovat.

Začneme bystřením zrakového vnímání; objdeme se při tom bez složitých pomůcek. Na jednobarevnou podložku rozložíme různé předměty; od některých si nachystáme dva, jiné připravíme po jednom. A pak necháme děti „pátrat“. Schválně, kdo dřív najde největší věc na podložce? Co tu leží dvakrát? Společně věci třídíme, vytváříme z nich skupiny podle podobnosti, barvy, účelu, tvaru, velikosti...

Na tuto hru můžeme navázat cvičením zrakové paměti. Opět nám bude stačit jednobarevná podložka, na kterou rozložíme několik různých předmětů. Necháme děti, aby si věci prohlédly, zakryjeme je a už jen vzpomínáme, co tam všechno bylo. Se zrakovým vnímáním se pojí i pochopení posloupnosti; k tomu lze využít třeba barevné kostičky, ze kterých poskládáme pestrého hada, a děti se pokoušejí sestavit stejného. K zdokonalování zrakového vnímání můžeme použít i jednoduché

pracovní listy, třeba děti oblíbené „rozdílové“ obrázky. Těmi můžeme postavit základ pro zrakovou diferenciaci tvarově podobných písmen a číslic. Nezapomeneme ani na oblíbené pexeso.

Náš současný životní styl příliš nepodporuje rozvoj sluchového vnímání. Žijeme v neustálém šumu; provoz na silnicích, ruch z ulice, celodenně hrající rádio, to vše vytváří kontinuální zvukovou kulisu, která nás postupně otupuje a snižuje naši citlivost. Prvním krokem k rozvíjení sluchového vnímání tedy bude co možná nejširší odbourání „zbytečných“ zvuků. Opravdu je nutné nechat ve třídě puštěné rádio? Nebude dětským uším milejší pobyt v relativně tichém lesíku než na obrovském hřišti, kde se budou překřikovat a navíc tam doléhá hluk z ulice?

I sluch lze rozvíjet pomocí hříček a her. Vystačíme si s jednoduchým hudebním nástrojem; začneme rozpoznáváním základního rytmu – kolikrát jsem zabubnoval, zazvonil nebo písknul? Postupně přidáváme další zvuky, které děti mohou napodobovat – tuto hru „na ozvěnu“ můžeme obměňovat a postupně zvyšovat její náročnost. Od zvuků hudebních nástrojů přecházíme ke sloům; děti napodobují jednoduché slabiky, krátká slova i celé věty. Sledujeme zejména to, jak dokážou rozlišit jednotlivé sykavky. Děti zaujme také hra na tichou poštu.

Vůně, chuti, doteky...

Většinu informací z vnějšího světa získáváme zrakem a sluchem. Ale ani ostatní smysly nesmějí zůstat „ležet ladem“. Hmatová krabice nebo pytlík, které naplníme zajímavými předměty, bude zdrojem zábavy; do krabice nebo sáčku vložíme různé předměty a děti je postupně nahmatávají a snaží se zjistit, co tam vlastně je. Ještě zábavnější je varianta, kdy jedno dítě má zavázané oči a ohmatává předmět, který ostatní vidí. Hmatové vnímání můžeme rozvíjet opravdu na každém



kroku – povídáme si s dětmi o nových hračkách a zjišťujeme, která je měkká, která studí, která má drsnější povrch... Podobně můžeme poznávat vlastnosti věcí i na procházce.

Čich a chuť také často utlumujeme; třeba tak, že jídlo zbytečně kořeníme a přidáváme k němu různá aromata. Povídáme si s dětmi o tom, co jim chutná a voní, necháme je přivonět k zajímavému koření, voňavému čaji, rozkvetlé květině. Dáme jim ochutnat různé nezvyklé příchuti a povídáme si o tom, co jim potravina připomíná.

I když smyslové hry možná působí triviálně, neměli bychom na ně zapomínat. Bez kvalitních smyslových podnětů by nám pestrý, voňavý, zajímavý a leckdy i chutný svět mohl splynout v nudnou a jednolitou hmotu.

Mgr. Marie Těthalová