

Stymulacja umiejętności grafomotorycznych u dzieci w wieku przedszkolnym

I. Definicja grafomotoryki

Grafika – zapis. Motoryka – zdolność wykonywania różnych czynności ruchowych.

Motoryka mała odnosi się do czynności związanych z użyciem palców i dłoni. Czynności z zakresu motoryki małej pobudzane są poprzez naśladowanie, percepcję, motorykę dużą, a przede wszystkim koordynację wzrokowo – ruchową.

II. Rozwój grafomotoryki

Okresem przygotowawczym do rysowania i pisania jest okres tzw. bazgrot. Dopiero około drugiego roku życia dziecko stawia pierwsze kropki stukając kredką, robiąc nieregularne ruchy koliste, następnie pojawiają się linie poziome, a później pionowe.

Rozwój motoryki małej u dzieci w wieku przedszkolnym

1. Trzylatek w zakresie motoryki małej powinien:

- Rysować proste linie pionowe i poziome oraz koło
- Budować z klocków wieże
- Posługiwać się łyżką, widelcem, kubkiem
- Samodzielnie wykonywać podstawowe czynności higieniczne (korzystać z toalety, myć i wycierać ręce)
- Wkładać różnego kształtu klocki do właściwych otworów

2. Czterolatek w zakresie motoryki małej powinien:

- Odwzorowywać linię prostą, koło, kwadrat lub prostokąt i krzyżyk
- Rysować po prostym śladzie
- Usprawniać swoją samoobsługę
- Zamalowywać powierzchnię kartki lub jej wyznaczony fragment (bez precyzyjnego trzymania się wyznaczonych krawędzi)

3. Pięciolatek i sześciolatek w zakresie motoryki małej powinien:

- Posiadać umiejętność pełnej samoobsługi
- Tworzyć rysunki tematyczne
- Mieć precyzyjne ruchy dłoni (nawlekać koraliki, zapinać i rozpinąć guziki, zamalowywać płaszczyzny trzymając się wyznaczonych krawędzi itp.)

III. Zaburzenia grafomotoryki

- Szlaczki nie mieszczą się w liniaturze, są niestaranne
- rysunki bardzo ubogie w szczegóły, schematyczne
- niska sprawność motoryczna ręki, szybka męczliwość

- małe doświadczenia w rysowaniu
- zaburzony rozwój funkcji percepcyjno-motorycznych zaangażowanych w czynność rysowania
- zakłócenia funkcji wzrokowych
- duże napięcie palców, niewłaściwy chwyt narzędzia pisarskiego, niewłaściwy nacisk

Ćwiczenia grafomotoryczne

Ćwiczenia grafomotoryczne przygotowują dzieci do opanowania umiejętności pisania, która jest podstawowym zadaniem na czas nauki w pierwszych klasach szkoły podstawowej.

Pisanie to nie tylko prawidłowe kreślenie liter, ale też poprawność stylistyczna, gramatyczna i ortograficzna. Umiejętność pisania jest bardzo trudnym zadaniem dla maluchów, gdyż wymaga zdolności odtwarzania znaków graficznych i automatyzacji procesu pisania. Zanim dziecko zacznie pisać literki i prawidłowo trzymać długopis czy ołówek w dłoni, potrzeba usprawnienia w zakresie zdolności manualnych. Służą temu właśnie różne ćwiczenia grafomotoryczne, które opierają się przede wszystkim na rysowaniu. Czemu służą ćwiczenia grafomotoryczne i w jaki sposób usprawniać mięśnie dłoni u dzieci?

Cele ćwiczeń grafomotorycznych:

- Rozwijają koordynację wzrokowo-ruchową i motorykę małą.
- Poprawiają poziom graficzny pisma i rysunków.
- Kształtują umiejętność rysowania zgodnie z poleceniami nauczyciela/rodzica.
- Rozwijają umiejętność współpracy z nauczycielem/rodzicem.
- Doskonają orientację w schemacie własnego ciała i orientację przestrzenną.
- Podnoszą poziom techniki pisania i rysowania.
- Doskonają zdolność nazywania przedmiotów prezentowanych na rysunkach.
- Kształcą umiejętność opowiadania o tym, co przedstawiają rysunki.
- Korygują nieprawidłowe nawyki ruchowe, np. nieprawidłowe trzymanie przyborów w ręce, nieprawidłowe napięcie mięśniowe dłoni.
- Stymulują ogólny rozwój dziecka i niwelują **dysproporcje rozwojowe**.
- Wyrabiają motywację do nauki i wzbudzają zainteresowania dziecka.
- Usprawniają mięśnie palców, pracę nadgarstka i współpracę palców dłoni.
- Usprawniają umiejętność prawidłowego posługiwania się narzędziami piszącymi.
- Kształcą wrażliwość estetyczną.
- Wpływają na dokładność i staranność wykonywanych rysunków.

Przykłady ćwiczeń grafomotorycznych przygotowujących do nauki pisania oraz stymulujących motorykę małą u dzieci w wieku przedszkolnym

- Wkładanie klocków o różnych kształtach w odpowiednie otwory w pudełku
- Uzupełnianie obrazków tematycznych
- Lepienie z plasteliny/ciasta różnych kształtów, wałkowanie cienkich wałeczków, ugniatanie na „placki”
- Zabawy klockami: ustawianie wieży, budowanie domów itp.
- Układanie puzzli
- Nawlekanie na sznurek koralików

- Zapinanie guzików
- Sznurowanie butów
- Rysowanie linii, krzyżyków, kół itp. Na kartonach, foliach, tablicach
- Kolorowanie wg ustalonych zasad
- Wycinanie po liniach, różnych kształtów
- Rysowanie po śladzie
- Odwzorowywanie szlaczków i wzorów

- Gra w bierki, pchełki,
- Wydzieranie z papieru
- Lepienie z plasteliny, modeliny, ciasto liny, gliny, masy solnej, śniegu, mokrego piasku
- Malowanie farbami na powierzchniach o różnej wielkości – palcami i pędzlem
- Kalkowanie rysunków
- Rysowanie kredkami, ołówkiem, kredą
- Rysowanie patykami na piasku, na dużym papierze, na tablicy
- Kolorowanie obrazków – zamalowywanie w określony sposób (kreski pionowe, poziome, okrężne)
- Obrysowywanie przedmiotów (własnej dłoni, stopy)
- Odwzorowywanie rysunków – przerysowywanie przedmiotów zgodnie ze schematem lub wzorem
- Rysowanie po śladach – śladem rysunków może być szkic w postaci ponumerowanych kropek albo drobne kreski tworzące kontur rysunku
- Rysowanie szlaczków
- Zagadki ruchowe np. naśladowanie ptaków, samolotów, czynności i ich odgadywanie
- Robienie kul z makulatury
- Nawijanie włóczki, sznurka na kłębek
- Wyciskanie gąbki w ciepłej wodzie
- Labirynty
- Leniwa ósemka Dennisona, dziecko rysuje po śladzie wolnym, płynnym ruchem ósemkę. Czynności powtarza 5 – 7 razy każda ręka (najpierw wiodącą). Na końcu rysuje „ósemkę” dwoma rękami równocześnie

Wykonując ćwiczenia grafomotoryczne z dzieckiem, trzeba zwracać uwagę na to, czy dziecko nie trzyma przyborów piszących zbyt lekko lub zbyt mocno, czy **napięcie mięśniowe** jest odpowiednie, czy dziecko pisze od strony lewej do prawej, którą ręką się posługuje. Nigdy nie wolno zmuszać [dziecka leworęcznego](#), by pisało prawą ręką.

Ważne jest usprawnianie płynności ruchów ręki dominującej. Przed zastosowaniem ćwiczeń manualnych warto na początku podać instrukcje, zaprezentować prawidłowy sposób wykonania ćwiczenia, a nawet pokierować ruchami dziecka, trzymając dłoń malucha w swojej dłoni. Często dopiero po biernym wykonaniu zadania dziecko może samodzielnie i bezbłędnie wykonać ćwiczenie. Nie wolno krytykować dziecka, by nie zniechęcić go do nauki. Ćwiczenia powinny mieć charakter [zabawy](#) i przynosić frajdę. Wszystkie prace malucha powinny być akceptowane. Mniej liczy się końcowy efekt – ważniejszy jest sam proces usprawniania zdolności manualnych.

Opracowały: Aneta Maj - Jędrzejewska
Kamila Kachniarz